

Aus unserer Sicht

Die Ratinger Seniorenzeitung

03/2019



www.seniorenrat-ratingen.de



Unser Thema: Wohnen im Alter

Einsamkeit - ein wachsendes Problem

So fühlt sich Demenz an

Als St. Peter und Paul brannte

Serie „Mein erstes Auto“

Rätselseite

Tipps & Termine

KOSTENLOS!

lesen & weitergeben!

 RATINGEN

Liebe Leserinnen und Leser,

Seniorenratswahl? Na und. Falsche Antwort! – Da sollen sich andere drum kümmern. Auch falsche Antwort! Natürlich haben die politischen Parteien in Ratingen auch die Senioren im Blick, aber sie sind zugleich auch mit vielen weiteren Projekten beschäftigt. Gleiches gilt für die Stadtverwaltung, die auch mal andere Prioritäten setzt. Um die Interessen der Älteren zu vertreten, ist deshalb ein starker Seniorenrat nötig, der nah dran ist an den Belangen und Bedürfnissen der Senioren, der weiß, wo die Alten der Schuh drückt. Aber ein Seniorenrat steht und fällt mit den Akteuren, die sich und ihre Ideen dort einbringen. Deshalb braucht es Kandidaten, die sich mit Elan, Kreativität und Beharrlichkeit für die Älteren in unserer Stadt einsetzen, ihnen eine Stimme geben, die ruhig auch mal ein bisschen lauter sein darf und soll. Deshalb: Engagieren Sie sich, kandidieren Sie,



stellen Sie sich zur Wahl, machen Sie mit im Team, das sich für die Senioren in Ratingen stark macht! Infos dazu finden Sie auf Seite 17. Übrigens: Im nächsten Jahr sind Kommunalwahlen. Da geht 'was! Schließlich stellen Senioren ein Drittel der Bevölkerung und der Wahlberechtigten ...

In diesem Heft widmen wir uns dem wichtigen Thema „Wohnen im Alter“, das auch das Problem der Vereinsamung berührt. Neben Erinnerungen an frühere Wohnverhältnisse gibt es eine neue Folge der Serie „Mein erstes Auto“, wir stellen den neuen „Lotsenpunkt“ vor, erklären, wie sich Demenz anfühlt, blicken zurück ins Jahr 1774, als St. Peter und Paul fast abgebrannt wäre. Viel Spaß beim Lesen!

*Herzlichst
Ihr Joachim Dangelmeyer*

Impressum

Herausgeber:

Der Vorsitzende des Seniorenrates der Stadt Ratingen, Dr. Helmut Freund.

Redaktion:

Koordination, Konzept, Gestaltung:
Dangelmeyer, Joachim (JD)

Autoren dieser Ausgabe:

Dahms, Renate (rd)
Dangelmeyer, Joachim (JD)
Müskens, Hans (müs)
Raßloff, Erhard (er)
Schroeder, Jürgen (JS)
Siegmond, Ralph (RS)
Waxweiler, Werner (ww)

Verantwortlich im Sinne des Presserechts:

Dangelmeyer, Joachim (JD)
c/o Seniorenrat der Stadt Ratingen
Minoritenstraße 2-6
40878 Ratingen
Tel. 02102-550-5050

Titelseite:

Poensgenpark
(Foto: E. Raßloff)

Druck und Verarbeitung:

Druckerei Preuß GmbH
Siemensstraße 12, 40885 Ratingen
Tel. 9267-0

Ausgabe & Auflage:

3/2019 / 5.600 Exemplare

Redaktionsanschrift:

Aus unserer Sicht
Seniorenrat der Stadt Ratingen
Minoritenstraße 2-6
40878 Ratingen
Mail: aus-unserer-sicht@gmx.de

Nächste Ausgabe: Dezember 2019
Redaktionsschluss: 20. November 2019

Spenden für die Herstellung der Zeitung „Aus unserer Sicht“ sind unter dem Stichwort „Seniorenzeitung“ auf das Konto bei der Sparkasse Hilden-Ratingen-Velbert möglich:
IBAN: DE95 3345 0000 0042 1000 73
BIC: WELADED1VEL
Auf Wunsch können auch Spendenquittungen ausgestellt werden.

Wir danken der Stadt Ratingen für ihre Unterstützung.

Der Inhalt der Artikel spiegelt nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wider.

— Anzeige —

Wir verwöhnen Sie! Zu jeder Jahreszeit



HOTEL - RESTAURANT
Europäischer Hof
ZWOLF STERNE FÜR SERVICE MIT HERZ
★★★★★★★★★★★★★★★★
Gastronomie Heinz Hülshoff
Mülheimer Str. 13, 40878 Ratingen
Tel.: 02102 100 48 40
www.hotel-europaeischerhof.de
RESERVIEREN SIE NOCH HEUTE

Das sagen unsere Gäste:

*Stilvolles Ambiente
im Restaurant*

*Rustikaler
Wintergarten und
Thekenbereich*

*Super toller
Außenbereich*

*Ideal für Familien-
feiern oder
Firmenfeiern*

gepflegte Hotelzimmer

Spitzen Service

Leckeres Essen

...und vieles mehr!



Foto: Sam Wheeler/unsplash

Wohnen im Alter

Lebensqualität im Alter hängt eng mit den Wohnverhältnissen zusammen. Will man in den eigenen vier Wänden in vertrauter Umgebung oder in Gemeinschaft mit anderen leben? Es gibt viele Faktoren, die eine wohnliche Veränderung erfordern. Dabei ist vieles zu beachten – und kann Betroffene schnell überfordern.

Wohnen ist ein Grundbedürfnis – wie Essen und Trinken. Wohnen heißt, ein Zuhause zu haben. Und auch einen Raum für gelebte Beziehungen mit Angehörigen, Freunden und Nachbarn. Wie will ich leben, wenn ich älter bin? Diese Frage stellen sich immer mehr Menschen – auch schon lange vor dem Ruhestand, den sie nach eigenen Wünschen und Vorstellungen gestalten wollen. Oft stehen dann Umbauten an: Die Kinder sind aus dem Haus, der Platzbedarf hat sich verändert, andere Bedürfnisse sind entstanden.

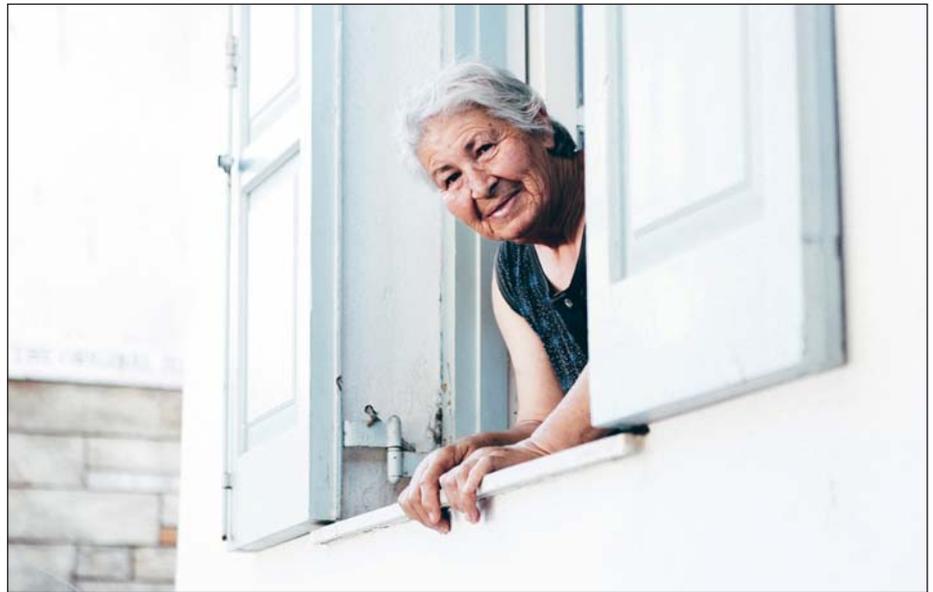
Umbauten und Modernisierungen werden sinnvollerweise auch auf die bevorstehende Lebenszeit hin geplant und barrierefrei ausgeführt. Dazu zählen vorrangig ein Badumbau mit ebenerdiger Dusche und Haltegriffen an den Wänden, oft auch ein Treppenlift abgesenkte Arbeitsflächen in der Küche. Für Modernisierungsmaßnahmen zur Beseitigung oder Verringerung von Barrieren in bestehenden Wohnungen vergibt die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) Zuschüsse oder zinsgünstige Darlehen im Rahmen

des Programms „Altersgerecht umbauen“.

Wohnen ist aber auch für jene immer ein wichtiges Thema, die schon längst im Ruhestand sind. Wenn mit zunehmendem Alter körperliche Fitness und Beweglichkeit abnehmen, drehen sich zwangsläufig die Gedanken um die künftige Wohnsituation: Eigentlich jetzt noch fit, aber wer weiß schon, wie lange noch? Wie sieht es in fünf oder zehn Jahren mit den Treppen aus? Solche Gedanken gehen älteren Menschen häufig durch den Kopf. Alleinlebende haben noch ganz andere Sorgen: Was passiert, wenn ich umfalle und keiner nach mir sieht? Und das sind nicht wenige: 45 Prozent der Frauen über 65 und 20 Prozent der Männer dieser Altersgruppe lebten 2017 in einem Einpersonenhaushalt,

stellte das Statistische Bundesamt Ende 2018 fest. Bei den Hochbetagten ab 85 lebten sogar fast drei Viertel (73 Prozent) der Frauen allein, bei den Männern der gleichen Altersgruppe war es ein Drittel.

Meistens bleiben Alleinlebende nach dem Tod des Ehepartners weiter im Haus oder in der Wohnung, die vorher zu zweit bewohnt wurde, auch wenn die Räumlichkeiten nun oft überdimensioniert sind und nicht mehr genutzt werden. Haus und Garten können dann auch zu einer Belastung werden, wenn man nicht mehr in der Lage dazu ist, sich selbst zu kümmern. Im hohen Alter oder mit Handicaps kann auch die früher so geschätzte ruhige Randlage von Haus oder Wohnung zum Hemmnis werden, wenn beispielsweise die Infrastruktur nicht altersgerecht ist, die Verkehrsanbindung unzureichend, Einkaufsmöglichkeiten und Ärzte schlecht erreichbar sind. Überlegungen, das Haus oder die Wohnung im Grünen zugunsten einer praktischen und barrierefreien Wohnung in Stadtlage zu verkaufen oder zu tauschen, werden häufig schnell beiseite geschoben, weil die Scheu vor dem Aufwand viel zu groß ist. Diese Bedarfslücke



Viele wollen in vertrauter Umgebung alt werden. Foto: N. Karvounis/unsplash

wird mittlerweile auch von Immobilienmaklern erkannt und abgedeckt, die spezielle Servicepakete für Wertermittlung, Verkaufsabwicklung, Tausch, Umzug, Finanzierungsmöglichkeiten, Immobilienverwaltung und -betreuung anbieten.

Betreutes Wohnen

Viele Senioren sind nicht mehr mobil und gesund genug, um in den eigenen vier Wänden zu leben, haben aber Angst vor dem Seniorenheim: Das ist die typische Situation der Menschen, die sich nach Alternativen umsehen. Eine davon ist das „betreu-

te Wohnen“. Davon haben die meisten schon gehört, aber jeder versteht etwas anderes darunter. Was nicht verwundert, denn eine einheitliche Definition dafür gibt es nicht. Und so sehen auch die Angebote ein bisschen aus wie Kraut und Rüben. Manche Anbieter meinen damit barrierefreie Räume und Notrufknopf, andere ergänzen das mit Freizeitvergnügen wie gemeinsames Singen, wieder andere versprechen eine Wohnsituation für alle Fälle, also mit Pflegeabteilung. Nach einer Studie des Kuratoriums Deutsche Altershilfe (KDA) gibt es bundesweit geschätzt 300 000 Einheiten in betreuten Wohneinrichtun-

— Anzeige —

gen. Der Großteil davon in so genannten Verbundprojekten, also in Kombination mit vollstationärer Dauer- oder Kurzzeitpflege, teilstationärer Pflege oder anderen Versorgungsangeboten. Dabei geht der Trend zu immer mehr Einzimmerwohnungen. Die Auslastung liegt im Durchschnitt bei 96 Prozent. Und wer in eine Anlage hinein will, braucht Geduld: Laut Studie hat ein Viertel der Einrichtungen eine Wartezeit von mehr als zwei Jahren.

Zwei Drittel der Bewohner in betreuten Wohnanlagen sind über achtzig, etwa 37 Prozent haben einen Pflegegrad, ein Drittel hat keine Angehörigen mehr. Fast die Hälfte aller Anbieter des betreuten Seniorenwohnens betrachtet ihre Wohnanlage als Alternative zum Heim. Die meistens gewünschte Betreuung bis zum Lebensende können viele Betreiber aber nicht leisten.

In Ratingen wird „Servicewohnen“ in Haus Salem angeboten. Dafür gibt es 58 Apartments mit Küche und Bad sowie Notrufsystem. Fachkräfte stehen rund um die Uhr zur Verfügung, Extraleistungen können bei Bedarf dazu gebucht werden. Das St. Marien-Krankenhaus hält fünf Apartments für „betreutes Wohnen“ vor. Servicewohnen bietet auch der Wohnpark Ratingen-Ost an der Eisenhüttenstraße, der mit insgesamt 51 Wohnungen im vergangenen Jahr fertiggestellt wurde. Dort liegt der Servicebereich in den Händen des Caritasverbandes.

Alternative Wohnkonzepte

Als Alternative zum Seniorenheim gibt es neben dem betreuten Wohnen noch alternative Wohnkonzepte wie Haus- und

Wohngemeinschaften oder Mehrgenerationenhäuser. Sie ermöglichen es, mit Gleichaltrigen zusammenleben und in einem Sozialgefüge seine Zeit aktiv und sinnvoll gestalten zu können.

Haus- und Wohngemeinschaften: Diese Wohnform ähnelt dem Prinzip einer studentischen Wohngemeinschaft – nur leben hier ältere Menschen. Im Vordergrund steht vornehmlich das Zusammenleben, das die Bewohner mit Gleichgesinnten in gemeinschaftlich genutzten Räumen verbringen. Jeder Bewohner besitzt in der Senioren-WG ein eigenes Zimmer, in das er oder sie sich zurückziehen kann. Ein prominentes Beispiel dafür ist der frühere Bremer Bürgermeister Henning Scherf. Mit Ende 40 kaufte er mit Freunden ein großes Haus, in dem sie den Rest ihres Lebens verbringen wollten. In Ratingen bietet derzeit nur das Haus Bethesda auf dem Gelände des Fliedner-Krankenhauses Wohngemeinschaften für Demenzkranke an. Die fünf Wohngemeinschaften haben 52 stationäre Plätze für Menschen mit Demenz.

Mehrgenerationenhaus: Die Mehrgenerationenhäuser beruhen auf einer Initiative des Bundesministeriums für Familie, Senioren und Jugend, die 2006 ins Leben gerufen wurde. Hier leben mehrere Generationen zusammen, ob verwandt oder nicht spielt keine Rolle: Alleinerziehende Mütter mit ihren Kindern, Patchworkfamilien, Senioren mit oder ohne Angehörige und Singles leben miteinander, Alter und Herkunft sind nebensächlich. Grundvoraussetzung für ein funktionierendes Miteinander ist jedoch, dass jede Partei eine eigene Wohnung besitzt: In Gemeinschaftsräumen besteht die Möglichkeit des Zusammenkommens und Austauschens. In Mehrgenerationenhäusern helfen und unterstützen sich die Parteien gegenseitig. Verschiedene Dienstleistungsangebote sollen sicherstellen, dass sich alle Bewohner gleichermaßen wohlfühlen. Nicht nur für Senioren bieten solche Wohnmodelle viele Vorteile. Anstatt in ein Alten- oder Pflegeheim zu ziehen, können ältere Menschen im Mehrgeneratio-

— Anzeige —

Gesundheitsorientiertes Training für Jung und Alt.
In den Sportangeboten oder im Studio an den Geräten.



Basketball • Bogensport • Boule • Floorball • Handball
Lauffreß • Leichtathletik • Reha-Sport • Schwimmen • Tanzen
Tischtennis • Turnen • TuSfit • Volleyball • Gesundheitssport

Wir bewegen Lintorf!



Turn- und Sportverein 08 Lintorf e.V.
Brandsheide 30 • 40885 Ratingen
02102 / 74005-0 • www.tus08lintorf.de

nenhaus selbstbestimmt leben, dank externer Angebote ist das Wohnen bis Pflegegrad 4 hier möglich. Zudem wird der Einsamkeit vorgebeugt. Auch eigene Potenziale können wiederentdeckt und aktiviert werden und durch den regelmäßigen Austausch mit den Mitbewohnern entstehen neue soziale Netzwerke. Natürlich birgt das Zusammenleben unterschiedlicher Menschen auf engem Raum auch Konfliktstoff. Unterschiedliche Auffassungen oder verschiedene Ruhebedürfnisse sind schnell die Grundlage für Streit. Mit der richtigen Balance aus Nähe und Distanz sowie einer funktionierenden Kommunikation können die Generationen aber auch viel voneinander lernen. In Ratingen gilt die DRK-Wohnanlage am Klompenkamp 9 als Mehrgenerationenhaus. Die Einrichtung feierte im vergangenen Jahr ihr 20-jähriges Bestehen.

Auf dem Gelände der Alten Feuerwache an der Lintorfer Straße soll ebenfalls ein Mehrgenerationenprojekt entstehen. Die neu gegründete Genossenschaft „Wohnen Innovativ in Ra-

tingen“ (WIR) will in dem neuen Quartier 40 bis 45 Wohnungen verschiedenster Größe von 42 bis 130 Quadratmeter mit kleinen Gärten, Loggien und Terrassen errichten. Alle Wohnungen sind barrierefrei erreichbar. Aufzüge verbinden die Tiefgarage mit allen Stockwerken. Verschiedene Bereiche werden für gemeinsame Aktivitäten eingerichtet: Dachgärten, begrünter Innenhof mit Bänken und Spielplatz sowie ein großer Gemeinschaftsraum für Versammlungen, Kurse und Partys. Schließlich ist auch geplant, den jetzigen Seniorentreff Mitte von der Minoritenstraße in neuer Form als Mehrgenerationentreff in das Projekt „Alte Feuerwache“ zu integrieren. (Infos unter <https://wir-ratingen.jimdo.com>)

Seniorenheim

Wer körperlich nicht mehr dazu in der Lage ist, seinen Alltag allein zu meistern, erhält in einem Altersheim optimale Betreuung. Dort wird man rund um die Uhr versorgt und bekommt im Notfall sofortige Hilfe. Es ist sinnvoll, sich vorab schon einige

Einrichtungen genau anzusehen und sich über wichtige Faktoren zu informieren: Lage, Atmosphäre, Unterhaltung. Dann sollte man in Ruhe entscheiden, welches Haus für die jeweiligen Bedürfnisse und auch für den Geldbeutel infrage kommt. (JD)

Weiterführende Informationen

► Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Ratingen

Beratung von Älteren, Kranken oder pflegebedürftigen Menschen und deren Angehörigen, um ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben zu Hause zu ermöglichen. Beratung zu ambulanten Diensten, Hausnotrufsysteme, Pflegediensten, Kurzzeitpflege und stationären Einrichtungen usw. Amt für Soziales, Wohnen und Integration, Rathaus, Minoritenstraße 2-6;

► Verein „Wohnen mit Zukunft“ (Womizu)

Der Verein möchte für das Thema Wohnen im Alter sensibilisieren und in Ratingen eine Schnittstelle aller bereits vorhandener Angebote darstellen. Kontakt: Speestraße 38, Telefon 59 73 530

— Anzeige —

Malermeister Ernst Goebel

Das wäre schön:

Frische Farben, schöne Tapeten, neue Teppichböden ...

... aber der Aufwand!

Keine Sorge: *Renovieren mit uns macht Freude!*

Wir kümmern uns einfach um alles (Möbel, Bilder, Lampen).

Malermeister Ernst Goebel · Volkardeyer Straße 5a · 40878 Ratingen

Telefon 0 21 02 / 44 55 93 · Wir freuen uns auf Ihren Anruf.



Einsamkeit im Alter. Ein Thema, das zunehmend in den Blick genommen werden muss. Foto: Angie Conscious/Pixelio

„Eine Epidemie im Verborgenen“

Einsamkeit im Alter ist ein ernstes Problem.

Im Alter einsam – dieses Thema wurde in jüngster Zeit in verschiedenen Medien diskutiert und hat auch auf politischer Ebene zu Maßnahmen geführt. In Großbritannien zum Beispiel wurde im Januar 2018 ein Ministerium für Einsamkeit eingerichtet mit Tracey Crouch als erster Einsamkeitsministerin. Ihre Aufgabe: Sie soll der zunehmenden Vereinsamung von wachsenden Teilen der Bevölkerung entgegenwirken. Mit dem neuen Ministerium will man vor allem Senioren und deren pflegenden Angehörigen sowie solchen Menschen helfen, die um den Verlust eines ihnen nahestehenden Menschen trauern. Es gehe um „Menschen, die niemanden haben, mit dem sie reden oder ihre Gedanken und Erfahrungen teilen können“, sagte damals Regierungschefin Theresa May.

Diese Maßnahme erfolgte auf Grund von Untersuchungen, wonach 200 000 Senioren höchstens

einmal im Monat Gesprächskontakt mit einem Freund oder Verwandten hatten. In Berlin fand im März 2019 ein Fachkongress statt zum Thema „Einsamkeit im Alter vorbeugen“. Einsamkeit kann Studien zufolge auch die Lebenserwartung reduzieren. Das Rote Kreuz spricht im Zusammenhang von Einsamkeit und Isolation von einer „Epidemie im Verborgenen“, die Menschen aller Altersstufen und in den unterschied-

lichsten Lebensphasen treffen könne.

Wenn sich für ältere Menschen die Familienkonstellation ändert, weil Kinder ausgezogen sind, eine Trennung der Partnerschaft erfolgt ist oder der Ehepartner verstirbt, minimieren sich die sozialen Kontakte und es besteht die Gefahr der Vereinsamung. Auch eingeschränkte Mobilität bedingt durch Krankheit zählt zu den Einsamkeitsfaktoren.

— Anzeige —

LEBEN, WOHNEN, BEGEGNEN
in Ratingen wird mit unserer Hilfe noch wertvoller!

Wohnen mit Assistenz bewahrt Ihre Selbstständigkeit 

Behindertenfahrdienst macht Sie mobil 

Hausnotruf gibt Ihnen Sicherheit 

Erste Hilfe hält Sie gesund 

Und auch sonst
haben wir einiges zu bieten!

 **Deutsches Rotes Kreuz**

www.drk-ratingen.de · Hochstraße 42 · 40878 Ratingen
Tel. 021 02-251 51 · Fax 021 02-3 098 093

Wie begegnet man diesem Gefühl von Einsamkeit? Zunächst wäre es wichtig, sich der eigenen Bedürfnisse klar zu werden. Gemeinschaft und Geselligkeit bieten beispielsweise Seniorentreffs und Begegnungsstätten. Auch Kirchengemeinden bieten verschiedene Möglichkeiten an. Viele kulturelle Angebote werden leider aus einem falsch verstandenen Schamgefühl heraus nicht wahrgenommen. Ältere Menschen haben oft das Gefühl, unter Beobachtung zu stehen,

wenn sie alleine Veranstaltungen besuchen.

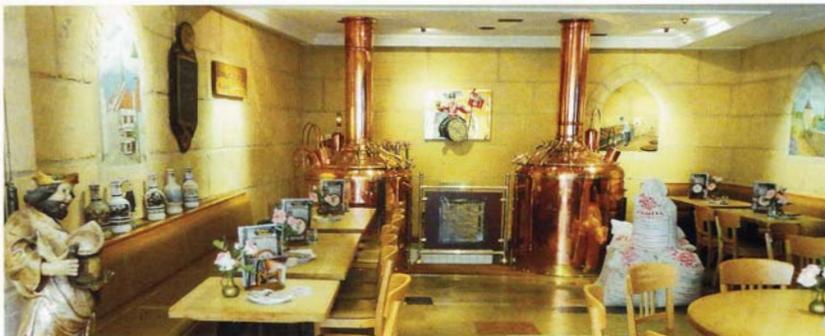
Ein weiteres Thema ist die Diskussion über die Wohnsituation. Große Wohnungen, die von der Familie ausgefüllt waren, sind nach dem Wegzug der Kinder und dem Verlust des Partners oft nur noch Erinnerungsräume die schnell das Einsamkeitsgefühl verstärken und die Gefahr von Depressionen mit sich bringen können. Es gibt eine Textzeile aus einem Gedicht – „drücke mein Gesicht gegen die Wände, in je-

dem Raum streicheln meine Hände, fasst mich an ihr Bilder, wie lange bin ich schon hier, Dornen sind gewachsen, draußen vor der Tür“ –, die erkennen lässt, wie schwer es fallen kann, eine gewohnte Umgebung mit so vielen Erinnerungen zu verlassen. Ein Wohnungswechsel sollte dennoch kein Tabuthema sein. Der Spruch „Alte Bäume verpflanzt man nicht“ sollte nicht mehr gelten. Erinnerungen sind im Kopf gespeichert und können überall hin mitgenommen werden. (RS)

— Anzeige —

Das Ratinger Brauhaus

Ein Haus mit rustikalem Flair



Das nur hier erhältliche Ratinger Alt und herzhaft rheinländische Gerichte laden alle ein, die die zünftige Atmosphäre dieser Gaststätte lieben.

Sportlich wird es auf unseren Kegelbahnen.

Zusätzlich bieten wir insgesamt fünf getrennte Räume für Ihre Feierlichkeiten an. Unser Spiegelsaal ist für bis zu 180 Personen ausgelegt. Mit eigener Bar, Tanzfläche, Licht- und Tonanlage stehen wir ohne zusätzliche Kosten zu Ihrer Verfügung.

Gastronomische Vielfalt im Glanze alter Zeiten.

Besichtigung ist jederzeit möglich, keine zusätzlichen Raumkosten.

Info und Reservierung unter: www.poensgen.net
kontakt@poensgen-gastronomie-ratingen.de



Bahnstraße 15
Ratingen-Mitte
Telefon 02102/21981
Fax 0211/4089557

Öffnungszeiten:
Die.-Fr. ab 16.00 Uhr,
Küche ab 16.00 Uhr
Wochenende und Feiertage
ab 11.00 Uhr,
Warme Küche ab 11.00 Uhr durchgehend

Begegnungsstätten für Senioren

- **Seniorenbegegnungsstätte Mitte:** Minoritenstraße 14, Telefon: 550 5070; Leitung: Ljubow Schönberg-Ziegler
- **Seniorenbegegnungsstätte Ost:** Carl-Zöllig-Straße 55; Telefon 550 5075; Leitung: Angelika Enders
- **Seniorenbegegnungsstätte Süd:** Karl-Mücher-Weg 19, Telefon 550 5085; Leitung: Martina Schröder
- **Seniorenbegegnungsstätte West:** Erfurter Straße 33; Telefon 550 5080; Leitung: Cornelia Schillig
- **Mehrgenerationentreff Tiefenbroich, Sohlstättenstr. 33c,** Telefon 550 5095; Leitung: Barbara Buscher-Sander
- **„Weiße Villa“ der AWO Ratingen:** Düsseldorfer Straße 141, Telefon 84 72 41;
- **AWO Angerland: Breitscheider Weg 25,** Telefon 33 698
- **Aktivtreff 60plus (Ev. Kirchengemeinde Lintorf-Angermund):** Krumpfenweger Straße 1, Telefon 31 611; Leitung: Bettina Borsch

Ein Badezimmer war Luxus pur

Spannende Erinnerungen ans Wohnen in früheren Jahren.

Geboren wurde ich 1941 in Lintorf im Haus im Loch, einem alten Fachwerkhaus am Zechenweg. „Im Loch“ hieß es, weil es in einer Mulde lag. Heute gehört dieser Bereich zum Hünnebeck-Gelände. Ich war das vierte Kind in unserer Familie. Außer uns wohnten dort noch der jüngste Bruder meines Vaters mit seiner Frau und meine Großmutter. An die einzelnen Zimmer erinnere



In diesem alten Fachwerkhaus am Zechenweg wurde unsere Autorin geboren. Foto: privat

ich mich nicht mehr, wohl aber an die Wiese rund ums Haus und seinem Blumengarten. Unter den vielen Sträuchern legten die frei herumlaufenden Hühner ihre Eier ab. Manchmal tauchen Bilder aus dieser Zeit in mir auf. Dann sehe ich meine Mutter schreiend und mit den Händen in der Luft wedelnd aus dem Haus rennen. Als ich ihr entgegen laufe, höre ich einen großen Knall: Im Gelände hinter mir war eine Bombe eingeschlagen. Ich sehe auch noch tote schwarze Pferde auf der Straße liegen, und wie ich

mit meiner Mutter unterwegs war. Nach dem Krieg, mussten wir das Haus verlassen und kamen bei Verwandten unter, bis wir in eine Wohnung am heutigen Hülsenbergweg, damals Ratinger Straße 14, einzogen. Mit dabei war auch meine Tante. Wir wohnten in diesem Haus mit sechs Personen auf zwei kleinen Zimmern. Meine Tante hatte ein eigenes. Außer uns gab es noch zwei weitere Familien mit Kindern. Das Plumpsklo befand sich im Garten, ein Holzhäuschen mit Herz in der Tür.

Im Innenhof trafen sich vor allem im Sommer die Bewohner des Hauses. Dann wurden Brombeeren und Himbeeren aus dem nahen Wald zu Marmelade verarbeitet, Bohnen geschnibbelt und Weißkohl gehobelt. Beides wurde in Fässer mit Salz eingelegt und kam im Winter auf den Tisch. Ich hatte sogar ein eigenes Schwimmbaden: eine große Zinkbadewanne. Wenn sie im Sommer von der

Sonne aufgeheizt war, legte ich mich genüsslich hinein. Die beengten Räumlichkeiten störten mich überhaupt nicht, da ich die meiste Zeit draußen spielte.

Anfang der 1950er-Jahre baute der Siedlerbund auf der Johann-Peter-Melchior-Straße eine Siedlung aus kleinen Doppelhäusern. Jeweils eine Hälfte konnte mit viel Eigenarbeit zu einem sehr günstigen Preis erworben werden. Mein Vater war Dachdecker und handwerklich sehr begabt, und so konnten wir bald in eine Haushälfte einziehen. Unsere

— Anzeige —

Kuchen macht glücklich!
Wir verwöhnen Sie gerne!

Konditorei - Café Iland - Vogt

Mittagstisch – täglich frisch – auch als Seniorenportion

Nachbarn wurde die Familie der Lintorfer Hebamme Anna Fohrn. Für jede Haushälfte gab es noch eine Auflage: Zwei Zimmer mussten als Einliegerwohnung vermietet werden. Meine Tante, deren Mann für tot erklärt worden war, zog ein und hatte den Luxus eines eigenen Zimmers. Das andere Zimmer bekam eine Cousine mit ihrem Mann, die kurz aufeinander drei Kinder bekamen.

Für unsere Familie blieb wieder nur sehr wenig Platz: Eine Küche, vielleicht acht bis zehn Quadratmeter groß, mit Kohleofen, auf dem immer ein Topf mit heißem Wasser stand. Das Klo befand sich direkt daneben. Das Wohnzimmer (etwa 15 m²) war mit einem Ess-Tisch, einem Schrank und einem Sofa ausgestattet. Später kam noch ein Fernseher mit Musikanlage hinzu. Im einen Schlafzimmer schliefen mein Vater und mein Bruder, im anderen meine Mutter mit uns Mädchen. Außerdem gab es eine Waschküche mit einen beheizbaren



In das neue Siedlungshäuschen an der Johann-Peter-Melchior-Straße zog die Autorin (l.) Anfang der 1950er-Jahre ein. Foto: privat

großen Waschbottich und einer großen Mangel für die große Wäsche, die im Garten zum Trocknen aufgehängt wurde. Später baute mein Schwager dort ein Badezimmer ein. Bis dahin war samstags Badetag in der Küche. Dort wurde eine Zinkwanne aufgestellt und nacheinander stiegen alle hinein.

Der Luxus an diesem Haus war der Garten mit Beerensträuchern und Obstbäumen. Wir zogen un-

ser Gemüse selber, außerdem gab es einen Hühner- und Kaninchenstall. Auf dem Speicher züchtete mein Vater Brieftauben, die auch mal auf dem Speiseplan standen. Wenn ein Kaninchen für uns sein Leben gelassen hatte, hing es an einem Stock über einer Stuhllehne. Dort wurde ihm das Fell abgezogen und hing dann rosig glänzend einen Tag in der Küche, bis es zum Sonntagschmaus wurde. In diesem Haus wurde geboren, gelebt, geliebt, gestritten und auch gestorben.

1964 heiratete ich. In dieser Zeit wurden auf der anderen Straßenseite Mehrfamilienhäuser gebaut. Noch vor der Geburt unserer ersten Tochter bekamen wir dort 1965 eine Drei-Zimmer-Wohnung mit Balkon im dritten Stock: 72 Quadratmeter Wohnfläche.

Neben dem Wohn- und Schlafzimmer (beide etwa 20 m²) hatte unsere kleine Tochter auch ihr eigenes Zimmer (15 m²). In der Küche gab es schon einen Elektroherd. Außerdem hatten wir ein Badezimmer mit Heißwasserboiler und etwas später auch eine Waschmaschine. Für mich war diese Wohnung der reinste Luxus! (rd)

— Anzeige —

Der Johanniter-Hausnotruf. Macht selbständig und sicher!



Jetzt 4 Wochen
-mehr Leistung-
gratis testen!
23.09. bis 31.10.2019

Servicenummer:
02102 70070-80
www.johanniter.de/mettmann

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



„Das war eine richtige Rakete“

Serie „Mein erstes Auto“: Hanno Paas hatte mit seinem BMW viel Spaß.

Sein erstes Auto? „Das war wirklich ein ganz heißes Teil: ein BMW 1600“, erinnert sich Hanno Paas noch ganz genau. Kein Wunder: Der Wagen war kompakt, sportlich und ordentlich motorisiert. Mit den Fahrzeugen dieser Serie – allesamt Zweitürer – gründete BMW sein Image vom sportlichen Fahren und zog sich aus der damaligen Existenzkrise. Für Hanno Paas, damals noch keine 20 Jahre jung, ging es um etwas anderes: Er wollte ein Auto, das nicht bloß vernünftig und praktisch ist, sondern auch Spaß macht. Die Auswahl an Fahrzeugen Ende der 1960er-Jahre war zwar groß, aber irgendwie nicht passend: Audi 60, VW Käfer, Opel Kadett, Ford Taunus, NSU Prinz – alles entweder zu klein, zu altbacken, zu spießig, zu bieder, zu langsam, zu antiquiert ...

Der Wagen war gebraucht und etwa zwei oder drei Jahre alt. Entdeckt hatte Hanno Paas ihn bei einem Händler in Düsseldorf an der Stockumer Landstraße. „Der hatte vorher einem Flugkapitän der Lufthansa gehört und war nicht so viel gefahren worden.“ Wie viel er für den flotten Flitzer bezahlt hatte, weiß er nicht mehr. Beim Kaufpreis hätten sein Vater und er „halbe-halbe“ gemacht. Ansonsten sei er immer auch sehr sparsam gewesen, betont Paas. Und er habe ja auch schon früh auf dem Hof mitgearbeitet. Weil er dort auch mit den Landwirtschaftsfahrzeugen umgehen musste, durfte er den Führerschein schon früher machen.



85 PS, 160 km/h Spitze: Das war schon sehr viel für einen 20-Jährigen. Hanno Paas liebte seinen BMW 1600 gerade deshalb. Foto: privat

„Mit Sechzehndreiviertel“, sagt Paas. Allerdings durfte er mit diesem Führerschein sich nur in einem Umkreis von 50 Kilometern um den Schimmershof bewegen. „Den Führerschein habe ich bei von Gersum gemacht.

Insgesamt habe ich vier Stunden dafür gebraucht: drei Fahrstunden und eine Prüfungsstunde. Ich konnte ja vorher schon fast alles fahren.“ Ein Motorrad hatte er nie, da sei sein Vater dagegen gewesen.

— Anzeige —



turnverein
ratingen
1865 e.V.

Gesundheitsorientiertes Training nach neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Einstieg jederzeit möglich.



**Sport- und Gesundheitszentrum
Standort Mitte**

Stadionring 5
40878 Ratingen
Tel.: 02102 / 20 96 26

Standort Ost

Kokkolastr. 3
40882 Ratingen
Tel.: 02102 / 89 21 311

Mit dem schnittigen 1600er war Paas genauso flott unterwegs wie mit einem Motorrad. Der Vierzylindermotor holte aus knapp 1600 Kubik Hubraum 85 PS und trieb den nur 940 Kilogramm schweren Wagen auf eine Spitzengeschwindigkeit von 160 km/h – ein Tempo, von dem Käfer- und Kadettfahrer nur träumen konnten. Zum Vergleich: Der Käfer hatte damals in der Regel 40 PS und fuhr maximal 122 km/h.

Drei Jahre später trennte er sich von dem Wagen. „Der Händler rief an und sagte, er hätte einen recht neuen und günstigen 2002 ti“, erinnert sich Paas. Zunächst guckte er sich den BMW erst mal alleine an – und war begeistert. „Das war schon eine tolle Karre, da war ich richtig heiß drauf.“ Aber gewitzt wie er war, ließ Paas den Händler erst mal ein bisschen zappeln. Nach sechs Wochen war der BMW im Preis gesunken und wechselte seinen Besitzer. Im Freundes- und Bekanntenkreis sorgte der „2002er“ natürlich für Aufsehen und Be-

wunderung. „Ich bin damit dann auch zur Landwirtschaftsschule gefahren und der König gewesen“, lacht Paas rückblickend.

Zwei Liter Hubraum, 120 PS, zwei Doppelvergaser: Der knapp 1000 kg schwere Wagen ging ab wie die Post und schaffte 185 km/h Spitze. „Das war eine richtige Rakete.“ 1971 heiratete Paas seine Freundin Christa und fuhr im BMW auf Hochzeitsreise – quer durch Frankreich, Marseille, Cote d’Azur, Monaco, dann die italienische Riviera entlang, Ligueglia, Allasio, Genua und weiter bis Mailand. „Das war eine herrliche Tour – und ein tolles Auto.“

Meistens fuhr Paas die Autos nur zwei oder drei Jahre lang, dann sollte ein neues her – gebraucht natürlich. Gewaschen und geputzt wurden die Wagen immer von ihm selbst. Dazu kam, dass Paas sie immer gut verkaufen konnte. „Da ist nie viel Geld verloren gegangen – in drei Jahren vielleicht so tausend Mark.“

Ende 1971 stieg er eine automobile Klasse höher und legte



sich einen BMW 2800 (Foto/privat) zu. Dem folgte ein 3000 Si.

Nach vier BMW wechselte er 1977 auf Mercedes um. Als Hanno Paas und seine Frau Christa in der Session 1977/78 Ratinger Karnevalsprinzenpaar wurden, sorgte ein Mercedes 350 SE für das standesgemäße Fortkommen. Als besonderen Clou fertigte damals der Seniorchef des Autohauses Sahn noch eigens eine Standarte aus Messing an, die dann auf dem Kotflügel montiert wurde – wie bei einer richtigen Staatskarrosse. Eigentlich ist ein Ratinger Karnevalsprinz ja auch immer ein bisschen präsidental oder royal oder – auf jeden Fall etwas Besonderes! (JD)

— Anzeige —

Lösungen rund um die IMMOBILIE

FULLSERVICE FÜR EIGENTÜMER
UND DIE, DIE ES WERDEN WOLLEN

IBT
Immobilien
 Vermietung
 und Verkauf
✓

IBT
Bau-
finanzierung
✓

IBT
Haus-
verwaltung
✓

IBT
Immobilien-
betreuung
 Dienstleistungen
✓

Die IBT GRUPPE mit Sitz in Ratingen Mitte ist die erste Fullservice Anlaufstelle für Eigentümer und die, die es werden wollen. Das entwickelte Konzept bündelt alle Kernkompetenzen rund um die Immobilie wie Verkauf, Vermietung, Verwaltung und Finanzierung und ergänzt sie durch die Zusammenarbeit mit qualitativen Partnern für Dienstleistungen, Versicherungen und Handwerk.

EIN ANSPRECHPARTNER
ALLE LÖSUNGEN

IBT
 GRUPPE

☎ 0 21 02 – 14 61 880
|
WWW.IBT-GRUPPE.DE

So fühlt sich Demenz an

Spezieller Parcours verhilft zu einem besserem Verständnis.

Sie blicken auf die Uhr und können nicht sagen, wie spät es ist. Sie möchten einen Kaffee trinken und wissen nicht mehr, wie die Maschine eingeschaltet wird. Sie gehen Einkaufen und verlieren auf dem Weg zum Supermarkt die Orientierung, obwohl Sie die Gegend kennen wie Ihre Westentasche. Sie möchten beim Bäcker ein Brötchen kaufen und Ihnen fällt das Wort „Brötchen“ nicht mehr ein: So ergeht es auch Erna Müller. Sie kommt mehrmals täglich an ihre Grenzen. Und sie weiß dabei nicht einmal, warum. Mittags steht das warme Essen duftend auf dem Tisch. Ihre Kinder sagen immer, sie müsse nur alles aufessen. Das sei doch kein Problem. Erna hat auch Hunger, sie hat aber vergessen, was sie tun muss. Für sie ist alles ein Problem, weil sie an Demenz erkrankt ist. Demenz ist mehr als Vergessen, denn Orientierung und Koordinierung fallen immer schwerer. Demenz ist ein tägliches, oft einsames Scheitern. Und das führt zu Frust und Wut, was im Umfeld häufig Unverständnis auslöst.

Zu mehr Verständnis und Einsicht verhelfen kann der Demenz-Parcours „Hands on Dementia“, den ein Remscheider Psychologiestudent entwickelt hat. Die Rateringer Demenzinitiative hat sich ein solches Set angeschafft, mit dem die Symptome einer Demenz simuliert werden können. Der Demenzsimulator führt durch einen ganz gewöhnlichen Tag mit 13 alltäglichen

Situationen, dem Tag von Erna Müller. Vom Anziehen bis zum Abendessen können dabei Personen, die nicht an Demenz erkrankt sind, erfahren, wie sich Demenz anfühlt. Sie erfahren ihre Grenzen, empfinden Unbehagen, erleben ihr Unvermögen und Scheitern und die daraus resultierende Enttäuschung und Wut. Zum Abschluss jeder Alltagssituation gibt es kurze Infos mit Wissenswertem zur Symptomatik einer Demenz. Auch Gina Kuypers von der Rateringer Demenzinitiative (RDI) nutzt den Parcours gezielt zur Aufklärung. „Für unsere Angehörigentreffen an jedem zweiten Donnerstag im Monat bauen wir nur ein paar Stationen auf. Spätestens wenn drei oder vier Stationen ausprobiert

wurden, sind die Leute intensiv im Gespräch miteinander.“ Und das sei entscheidend, um das Tabu „Demenz“ zu brechen und die Scham, die viele empfinden, zu nehmen.

Noch viel wichtiger sei aber, Angehörigen, Pflegekräften und allen, die Umgang mit Demenzkranken haben, zu ermöglichen, sich in die Lage von Demenzkranken zu versetzen. Dabei kommen auch die kleinen Holzboxen mit den integrierten Spiegeln zum Einsatz, mit denen scheinbar einfache und selbstverständliche Situationen nachgestellt werden. Bei der Station „Mittagessen“ sollen beispielsweise mit einem Löffel Murmeln aus einer Schale in Becher gelegt werden. Die Holzbox ist vorne zum Reingrei-

— Anzeige —

Salz und Meer...
SALZGROTTE RATINGEN

**Genießen Sie die wohltuende
Salzluft in entspannter Atmosphäre.**

Telefon 0 21 02 / 8 76 27 32
Bahnstr. 10, 40878 Ratingen
www.salzgrotte-ratingen.de



Sieht einfach aus, ist es aber nicht: An der „Mittagessen“-Station sieht man alles nur durch den hinten integrierten Spiegel. Foto: J. Dangelmeyer

fen geöffnet, oben zur Hälfte geschlossen. Durch die hintere Hälfte kann man Schale, Murmeln, Becher und seine Hände sehen – allerdings über einen innen angebrachten Spiegel. Im Selbstversuch erweist sich das spiegelverkehrte Hantieren als extrem schwierig. Zunächst entlockt das mehrmalige Scheitern ein verlegenes Lachen, dann ein zuneh-

mend genervtes „Das gibt’s doch gar nicht!“ Als nach weiteren Versuchen („So, jetzt noch einmal ganz langsam und konzentriert“) immer noch keine einzige Murmel im Becher ist, dafür viele neben der Schale liegen, rutscht erstmals ein Fluch heraus: „Wie bescheuert bin ich denn?“

Anderen ergehe es dabei ebenso, sagt Kuypers. „Das ist

genau das Gefühl, das Demenzkranke erfahren: Was man früher spielend konnte, klappt plötzlich nicht mehr. Das Selbstwertgefühl ist komplett im Keller.“ Dazu werde man ungeduldig, aber auch wütend. Diesen Ärger und auch Aggressivität als Folge von erfahrener Unfähigkeit zu sehen, sei wichtig für das Verständnis von Demenzkranken.

Viele wissen auch nicht, wie schnell das Zeitgefühl verloren geht. Kuypers: „Es gibt für Demenzkranke zwei Kategorien: ‚jetzt‘ und ‚nicht jetzt‘. Wenn man das weiß, vereinbart man auch keine Termine im Vorfeld, sondern sagt: ‚Jetzt haben wir einen Termin beim Arzt.‘“ Dass auch die Orientierung schnell verloren geht, sorgt im Alltag häufig für Probleme. So findet ein Demenzkranker im Restaurant oft noch den Weg zur Toilette, den Rückweg zum Tisch aber nicht mehr. Unauffälliges Begleiten könne da schon helfen. Die Stationen des Parcours vermitteln noch weite-

— Anzeige —

Bleiben Sie mobil und aktiv!

**Riesenauswahl,
Top-Preise &
fachkundige
Beratung!**

**Einladung zur
Probefahrt!**

sanitätshaus brockers
orthopädie - technik & orthopädie - schuhtechnik

b Mülheimer Straße 37, Ratingen
tel. **0 21 02 - 14 57 130**

Anziehen. Das ist einfach – oder?

Los geht's!

7äh1en 3ie bitt0 b9s se6hsunddr3ißig.
D4bei z1e7en S1e er5t 2ie H2nd5chu7e
an, d3nn de7 K1tte1 u0d knöp7en i9n
5chne77 zu.

re Einsichten, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen: wenn das Zeichnen von Sonne, Mond und Stern durch den Spiegel in der Box zur ungelungen, kaum erkennbaren Kritzelei wird, wenn das Fangen eines Balles motorisch völlig daneben geht, wenn aus wenigen Handgriffen bestehende Aktionen misslingen und überfordern – etwa beim Anziehen. Bei dieser Parcoursstation soll man sich mit dicken Arbeitshandschuhe einen dünnen Stoffkittel überziehen und zuknöpfen: ein heilloses Unterfangen! Kuypers: „Im echten Leben drängen dann Angehörige schon

Die Aufgabenstellung (oben) muss erst einmal verstanden und dann umgesetzt werden. Gina Kuypers (rechts) mit den Utensilien der „Anziehen“-Station: Handschuhe und Stoffkittel. Fotos: J. Dangelmeyer



mal und sagen: ‚Mach doch, das kann doch nicht so lange dauern, bis du die Jacke angezogen hast.‘ Das ist Stress pur plus Frust.“

Selbst für Angehörige, die Demenzkranke schon seit Jahren gepflegt, ist es oft sehr schwer, sich in deren Lage zu versetzen.

— Anzeige —

Unser Schwerpunkt: Immobilieneigentümer im besten Alter

WUNDES & PARTNER Immobilien-Makler seit 1971

Ihre Immobilie passt nicht mehr zu Ihrer Lebensphase?
Sind die Kinder aus dem Haus oder die Immobilie zu groß?
Sie möchten sich nun langersehnte Träume verwirklichen?

Gemäß unserem Motto „GEMEINSAM ERFOLGREICH“ wissen wir, dass Immobilienverkauf in erster Linie Vertrauenssache ist. Mit unserem RUNDUM-SORGLOS-Service kümmern wir uns um alles und bringen Sie sicher zum Ziel!

Wir hören Ihnen zu, denn Ihre Wünsche sind uns wichtig. Gerne helfen wir Ihnen bei den anstehenden Veränderungen. Sie erhalten von uns völlig kostenlos und unverbindlich eine Wertermittlung Ihrer Immobilie. **Rufen Sie uns einfach an!**

Steinhauser Str. 26, 40882 Ratingen-Homburg,
Tel.: 02102 - 5793997 - info@wundes.de

Sie möchten ganz entspannt verkaufen?



Kuypers freut sich immer wieder zu sehen, wenn es bei vielen Angehörigen wirklich „Klick“ macht: Wenn sie auf einmal verstehen, wie es den Betroffenen ergeht, und erkennen, dass sie von ihnen zu oft zu viel verlangen und fordern. „Wichtig ist es, Handlungen in Einzelschritte zu zerlegen. Früher liefen komplexe Abläufe automatisch, das funktioniert nicht mehr und bringt die Betroffenen schnell auf 180.“ Angehörige sollten dafür Verständnis entwickeln und Handlungen Schritt für Schritt und bewusst langsam ablaufen lassen.

Kuypers weiß, dass es für Angehörige und Pflegekräfte eine Riesenherausforderung ist, immer geduldig und verständnisvoll zu reagieren. Der Parcours helfe

dabei, einen Blick aus einer ganz anderen Perspektive zu bekommen und sich besser einzufühlen.

► Die Rateringer Demenzinitiative bietet zahlreiche Info-

veranstaltungen, Treffpunkte und Beratungen für Menschen mit Demenz und pflegende Angehörige im „Laden“ in der Wallpassage. Die Öffnungszeiten stehen auf Seite 35.

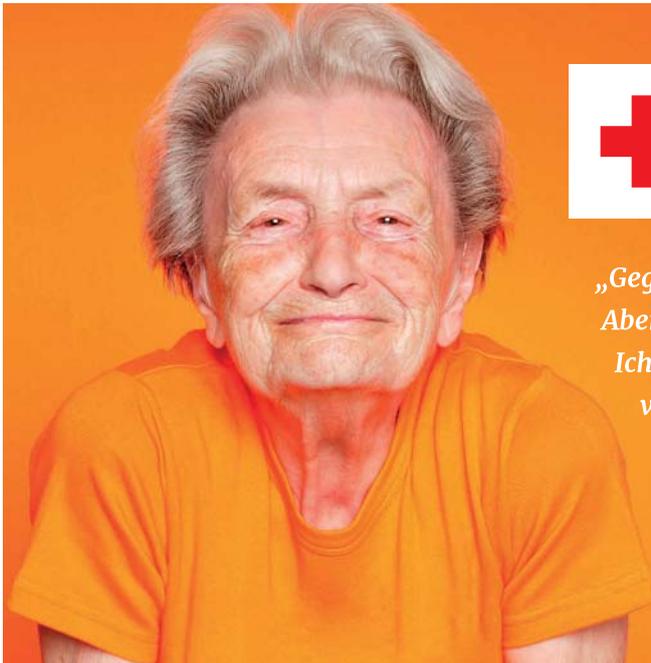
„Ich möchte eine Pampelsine“

Die Rateringer Demenzinitiative lädt am 30. Oktober um 18 Uhr zu einer Lesung mit Lotti Beitz ins Café Oase im Marienhof, Angerstraße 2, ein.

„Als ich gelernt hatte, was wichtig für mich ist, konnte ich als pflegende Ehefrau besser mit der schwierigen Situation umgehen“, sagt die Rateringerin Lotti Beitz, die ihren an Demenz erkrankten Mann Josi über Jahre zu Hause betreute. Sie schreibt, wie es möglich ist, die täglichen Herausforderungen mit der Demenzerkrankung zu managen, gar zu überleben und auch weitere Tücken im Leben erfolgreich zu meistern. Sie gibt hilfreiche Tipps für betroffene Angehörige und klärt sachlich und unpathetisch über das Thema Demenz auf.

Der Eintritt ist frei. Anmeldung erforderlich unter: Rateringer Demenzinitiative, Gina Kuypers, Telefon 0170-917 00 43; E-Mail: info@ratindemenz.de

— Anzeige —



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

DRK-Kreisverband
Düsseldorf e.V.

*„Gegen dumme Zufälle ist kein Kraut gewachsen.
Aber ich war auch nie so der Kräuter-Typ.*

*Ich verlasse mich lieber auf den Hausnotruf
vom Roten Kreuz. Da bleibt im Notfall nichts
dem Zufall überlassen.“*

Hausnotruf. Älter, bunter, sicherer.

Telefon 08000 365 000 · www.drk-duesseldorf.de · hausnotruf@drk-duesseldorf.de

Seniorencafés in St. Peter und Paul

Jeden dritten Mittwoch im Anschluss an die Frauen- und Seniorenmesse (Beginn 9 Uhr) und jeden vierten Samstag von 9.30 bis 12.30 Uhr kann im Pfarrzentrum von St. Peter und Paul kostenlos ein Kaffee getrunken werden. Einen kleinen Imbiss gibt es ebenfalls. Einfach vorbeikommen, Sie werden herzlich empfangen. Es bedarf keiner Anmeldung.

Das Café Horizont, ebenfalls im Pfarrzentrum St. Peter und Paul, bietet Begegnung für Trauernde und Senioren an jedem zweiten Sonntag im Monat in der Zeit von 15.30 bis 17.30 Uhr. Auch dieses Angebot ist kostenlos und bedarf keiner Anmeldung

Neue Kurse im MGT Tiefenbroich

Im neuen Mehrgenerationentreff (MGT) Tiefenbroich haben gerade neue Kurse begonnen: Bis zum 7. Oktober läuft jeweils montags (9.30 bis 10.30 Uhr) der Hula-Schnupperkurs, bei dem das positive Lebensgefühl des Aloha Spirits, aber auch vieles rund um den hawaiianischen Tanz (Hula) vermittelt wird. Dieser schult die Koordination, fördert Beweglichkeit und unterstützt das körperliche Wohlbefinden.

Gerade begonnen hat ein Präventionskurs Wirbelsäulengymnastik: mittwochs von 10.30 bis 12 Uhr. Der Kurs hat zwölf Einheiten von jeweils 90 Minuten Dauer. Die Kosten können von der Krankenkasse erstattet werden. **Infos bei der Treffleiterin Barbara Buscher-Sander unter Telefon 550-5095.**

Aktuelles

Kandidaten gesucht

Der Seniorenrat wird neu gewählt

Sind Sie 60 Jahre oder älter, und wohnen Sie in Ratingen? Dann haben Sie die Wahl! Sie können bei der nächsten Seniorenratswahl über die Zusammensetzung dieses Gremiums mitbestimmen. Sie können aber auch kandidieren und sich zur Wahl stellen. So oder so: Es ist wichtig, dass der Seniorenrat als direkte Interessenvertretung der älteren Menschen in Ratingen breiten Zuspruch und Unterstützung erfährt, um auch weiterhin seine wichtige Arbeit für die Senioren in unserer Stadt zu leisten.

Denn ein Seniorenrat ist keine Selbstverständlichkeit oder gar Vorschrift, sondern ein freiwilliges Gremium. Der Stadtrat hat einstimmig beschlossen, dass auch für die Wahlperiode 2020 bis 2024 ein Seniorenrat gebildet wird.



Der Zeitfahrplan für die Seniorenratswahl: **Bis 19. Oktober können Wahlvorschläge eingereicht werden.** Am 28. Oktober entscheidet der Wahlausschuss über die Zulassung der Vorschläge. Danach wird das Wählerverzeichnis bis 2. November öffentlich ausgelegt. Und dieser Termin ist der Wichtigste: **Am 6. Dezember ist Wahltag. Bis 12 Uhr müssen die Wahlbriefe im Rathaus eingegangen sein.**

Die Wahlordnung sieht vor, dass jede/r Wähler/in bis zu elf Stimmen hat, die auf bis zu elf Kandidaten verteilt werden können (pro Kandidat eine Stimme).

► **Bewerbungsunterlagen können bei der Stadt angefordert werden. Kontakt: Jörg Saborni, Rathaus Minoritenstraße 2-6 (Raum 2.16); Telefon: 550-5010**

— Anzeige —

Haus Wichern
Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann

Ein Zuhause in Ratingen!

24h-Pflegeaufnahme!

- | Leben in Gemeinschaft
- | Langzeit-, Kurzzeit- & Verhinderungspflege
- | Betreuung für Menschen mit Demenz
- | Helle, großzügige Zimmer
- | Große Grünanlage
- | Cafeteria & frisch zubereitete Speisen
- | Friseur

 **Haus Wichern**
Altenhilfeeinrichtung der Diakonie im Kirchenkreis Düsseldorf-Mettmann
Dorfstr. 8-12 | 40882 Ratingen | Telefon 02102 - 955-0 | www.diakonie-kreis-mettmann.de

Als auch St. Peter und Paul brannte

1774 wurde die Kirche von einem Blitz getroffen.

Als im April in Paris die Kathedrale von Notre Dame in Flammen stand, hielt die Welt den Atem an. Vor 245 Jahren, am 14. Juli 1774, drohte auch Ratingens Pfarrkirche St. Peter und Paul nach einem Blitzeinschlag niederzubrennen.

Den ganzen Tag über war es ungewöhnlich heiß gewesen. Drückende Hitze lag auf der Stadt. Das Vieh in den Ställen war auffällig unruhig. Die Tiere litten unter der Hitze. Die Menschen mussten immer wieder die Arbeit unterbrechen. Jeder Handgriff war zu viel. Gegen Abend hatte sich der Himmel von Westen her mit dunklen Wolken zugezogen. „Es gibt bestimmt ein Gewitter“, sagte Gerhard Louwen, als er aus der Werkstatt in die Wohnküche trat, wo die Familie gleich das Abendbrot einnehmen würde. „Wo sind die Kinder?“ fragte er noch. Da stürmten sie auch schon herein mit hochroten Köpfen. „Überall blitzt es!“ riefen sie in die Küche. Von Ferne hörte man

Am 15. April ist die Kathedrale Notre-Dame de Paris bei einem Großbrand teilweise zerstört worden.

Foto: LeLaiserPasser/
Wikimedia
commons



den Donner. Großmutter Louwen hatte die Gewitterkerze auf den Tisch gestellt. Die flackerte jetzt auffällig wild, weil ein Windstoß die Fensterflügel aufgedrückt

hatte. „Hoffentlich geht das Gewitter bald vorüber!“, murmelte die Mutter am Herd.

Jeder im Haus hatte bei diesem Wetter ein ungutes Gefühl, ohne dass er das zugab. „Was kann denn passieren?“, fragte der kleine Gerhard, der älteste Sohn von den Louwens. „Nun ja, jedes Haus ist in Gefahr, dass der Blitz einschlägt. Vor allem sucht er sich die höheren Häuser aus wie zum Beispiel den Kirchturm von St. Peter und Paul oder freistehende Häuser und hohe Bäume draußen vor der Stadt. Wollen wir beten, dass es auch diesmal gut geht!“ Während sie nun alle um den Tisch saßen, ein „Va-

— Anzeige —

CHRISTIAN ABEL
MALERMEISTER

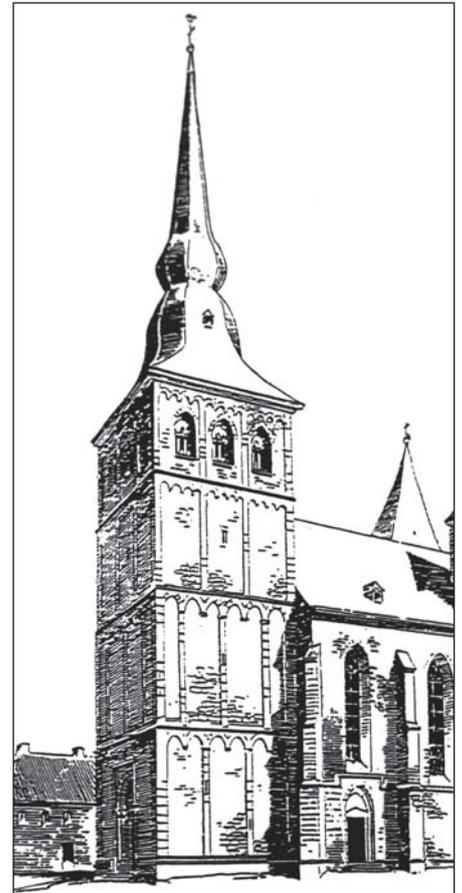
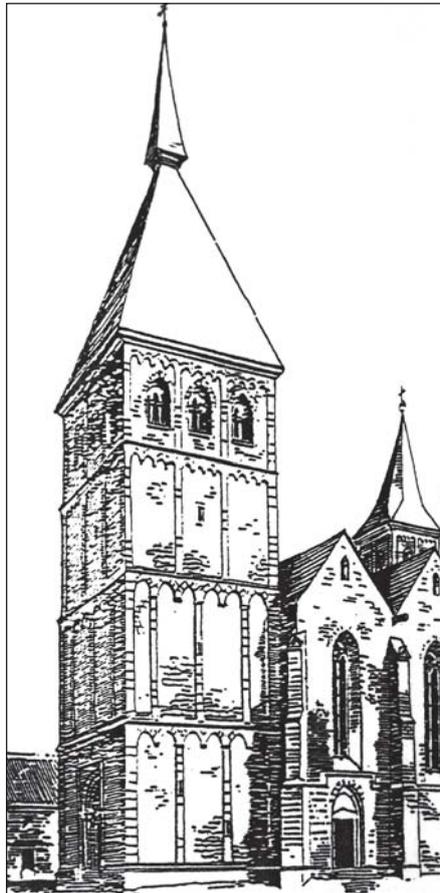
Seniorenservice

Wir übernehmen die Vorarbeiten:
Möbel verrücken, Regale ausräumen,
Bilder ab- & umhängen u.v.m.

02102 1461962 | WWW.MALERMEISTER-ABEL.DE

ter unser“ sprachen und dabei in die brennende Kerze sahen, war es draußen Nacht geworden, obwohl es von der Tageszeit her noch hell sein musste. Denn es war gerade erst 19 Uhr. Eben hatte der „Angelus“ vom Turm von St. Peter und Paul geläutet. Durch das Fenster sahen sie das Wetterleuchten, dann die immer greller aufleuchtenden Blitze und hörten das stärker werdende Grollen des Donners. „Das Gewitter kommt näher“, meinte der Vater. Die kleinen Geschwister krochen ganz nah zu ihrer Mutter. Gerhard, der Älteste, wollte nicht zeigen, dass er Angst hatte. Er saß aufrecht wie sein Vater am Tisch und guckte aber aus den Augenwinkeln vorsichtig zu ihm hin. Denn auch er spürte die Angst vor der Dunkelheit, die Angst vor dem plötzlichen Licht der Blitze und dem Donner.

Plötzlich war es draußen ganz still geworden. Die Menschen um den Tisch sahen sich an und sagten nichts mehr. Spannung lag in der Luft, als ob jetzt gleich etwas passieren würde. Die Kerze verbreitete ihr unruhiges Licht in der sonst dunklen Küche. Da! Ein Blitz. Für einen Augenblick war es taghell. Kaum später ein unheimlicher Donnerschlag. „Das hat eingeschlagen! Ganz in der Nähe!“ Vater Louwen war aschfahl im Gesicht. Die Kinder zitterten und auch Gerhard griff nach der Hand des Vaters. Noch brannte die Kerze auf dem Tisch. Da rief auch schon die Brandglocke! „Der Blitz ist in den Kirchturm eingeschlagen!“ Ein Nachbar rannte am Haus vorbei und hatte es ihnen zugerufen. Vater Louwen und Gerhard stürzten nach draußen. Jetzt sahen sie es selbst durch die enge Gasse: Die schöne uralte Spitze des Turms von St.



Die alte Turmspitze (links) wurde bei dem Brand von 1774 zerstört. Danach bekam die Kirche die heutige Barockhaube. Foto/Repros: Hans Müskens

Peter und Paul war nicht mehr da. Flammen schlugen aus dem Gebälk. Dachbalken und Bretter drohten auf das Kirchendach zu fallen. „Komm, wie müssen lö-

schen helfen, damit zumindest die Kirche gerettet wird.“

Vater und Sohn liefen trotz Wind und Gewitter die wenigen Schritte zum Kirchplatz. Auf dem

— Anzeige —

Wenn der Alltag zuhause manchmal schwerfällt.

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

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

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.

Wir sind in Ratingen für Sie da!

Rufen Sie uns an! Tel. 02102 89443 -0

ratingen@homeinstead.de

www.homeinstead.de

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



Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich.

Home Instead®
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Friedhof um die Kirche herum sah es wüst aus. Der Sturm hatte Schieferplatten, Dachbalken, brennende Bretter heruntergeworfen. Viele Menschen standen schon in einer langen Schlange und schleppten Eimer für Eimer mit Wasser die schmalen Turmtreppen nach oben, um das Feuer zu löschen. Einige Männer versuchten auf das Kirchendach zu klettern, um die brennenden Holzteile herunterzuwerfen. Gott sei Dank begann es in dem Augenblick wie aus Kübeln zu regnen. Die Kirche war gerettet.

Am nächsten Morgen – es war, als ob nichts gewesen wäre: Der Wind hatte in der Nacht alle Wolken weggeblasen. Der Himmel war strahlend blau und wolkenlos. Die Sonne leuchtete. Erst jetzt sah jeder das ganze Ausmaß der Verwüstung. „Hier ist das Kreuz von der Turmspitze!“ Gerhard hatte es auf dem Kirchplatz gefunden. Pfarrer Schmitz sah man in dem Augenblick die Sorgen an, die ihm das Gewitter bereitet hatte: „Gut, dass es in der Nacht keinen erschlagen hat.“ Tief atmete er durch. „Bit-

te, Meister Louwen, sieh dir den Schaden genau an, damit wir den Turm notdürftig reparieren.“

Gerhard Louwen kletterte mit seinem Sohn über die vielen Treppen nach oben. Jetzt erkannte man genau, was zu tun war. Die alte Turmspitze war weitgehend zerstört. Blitz und Sturm hatten ganze Arbeit geleistet. In den nächsten Tagen zimmerte Meister Louwen ein Notdach, damit das Regenwasser nicht in das Mauerwerk eindringen konnte. Die Glocken und die Kapelle im Turm mussten ja geschützt werden. Wie es weiterging mit der schönen Turmhaube, würde man dann sehen. *(müs)*

Ganz in der Nähe vom Markt (Brunostraße) und der Pfarrkirche St. Peter und Paul findet man einen kleinen Platz, den „Luwenshof“. An dieser Stelle stand bis 1960 eine Scheune, die „Luwenschür“. Der Name geht auf die Familie Louwen zurück, die hier im 18. Jahrhundert lebte. Der bekannteste Vertreter war



der Zimmermann Gerhard Louwen, der 1775/76 nach den Plänen des Hofbaumeisters Wanters aus Düsseldorf die Barockhaube auf dem Turm von St. Peter und Paul aufrichtete, die am 14. Juli 1774 bei einem Gewittersturm vernichtet worden war. (Vielleicht wurde die neue Turmhaube auch erst 1780 fertig gestellt, weil für dieses Jahr der neue Wetterhahn nachgewiesen werden kann.)

Neben der Luwenschür stand ein altes Fachwerkhaus mit einem schönen barocken Giebel. Es wurde in den 1980-Jahren als Wohnhaus wieder hergestellt.

— Anzeige —



HÖRGERÄTE | AKUSTIK

WITTECK

MEISTERBETRIEB FÜR MODERNE HÖRSYSTEME

Speestraße 28 | 40885 Ratingen-Lintorf |
Telefon 02102 - 15 58 80 | Fax 02102 - 15 58 82

Öffnungszeiten:
 Mo, Di, Do, Fr 9 - 13 und 14 - 18 Uhr
 Mi 9 - 13 Uhr, Sa 10 - 13 Uhr
 und nach Vereinbarung

Erstellung eines persönlichen Hörprofils

Anpassung auch zuzahlungsfreier Hörgeräte

Hörgeräte-Anpassung so gut wie unsichtbar

Tinnitus-Bestimmung / Tinnitus-Beratung

Hausbesuche

Parkplätze direkt vor dem Geschäft

Rollstuhlgerechter Eingang

KOSTENFREIER HÖRTEST



BESSER HÖREN, MEHR ERLEBEN.

Lotsen geben Orientierung

Neue Anlaufstelle in der Turmstraße für Fragen, Hilfe und Beratung.

In den verschiedensten Bereichen gibt es in Ratingen vielfältige Hilfsangebote. Daher ist es oft nicht so leicht, das passende Hilfsangebot und den direkten Weg dahin zu erkennen. Das trifft besonders auf ältere Menschen zu, die sich in einer Notlage befinden. Dann ist es gut, wenn man einen „Lotsen“ hat. Und die findet man jetzt beim „Lotsenpunkt“ in der Turmstraße.

Von weitem gut erkennbar dreht sich die blaue Lotsenpunkt-Flagge vor der Tür. Vorübergehend sei man im Pfarrsaal von St. Peter und Paul untergekommen, berichtet Christiane Hartel, eine der beiden Koordinatorinnen des Lotsenpunktes. Langfristig wolle man in den Neubau des SkF an der Düsseldorfer Straße ziehen.

Das Konzept „Lotsenpunkt“ des Erzbistums Köln wird in vielen Städten umgesetzt, jetzt auch in Ratingen. Es ist ein Projekt der katholischen Kirchengemeinde St. Peter und Paul, des Sozialdienstes katholischer Frauen (SkF) und des Caritasverbandes für den Kreis Mettmann. „Wir werden einen Ort schaffen, zu dem alle Menschen kommen können, unabhängig von Religion, Alter, Bildung und anderen Merkmalen“, schildert Katharina Müller, die zweite Koordinatorin des Lotsenpunktes. Mit Unterstützung von Ehrenamtlichen hat der Lotsenpunkt dreimal in der Woche geöffnet.

„Tagsüber komme ich gut aus, aber abends brauche ich immer ein bisschen Ablenkung“, erzählt



Christiane Hartel und Katharina Müller sind die Koordinatorinnen des neuen Lotsenpunktes an der Turmstraße.

Foto: Erhard Raßloff

eine Besucherin. Ehrenamtliche des Lotsenpunktes beschreiben das vielfältige Angebot als willkommene Gelegenheit für man-

chen, auf einen Kaffee und ein Schwätzchen vorbeizukommen. Andere hätten konkrete Anliegen wie Probleme mit dem Vermieter

— Anzeige —

Aktiv genießen.

Wir wissen wie!
Bei uns bekommen Sie die richtigen Tipps, damit Sie fit bleiben. Vertrauen Sie dem Fachmann zum Thema Gesundheit.

Herz-Apotheke

Duisburger Str. 23 · 40 885 Ratingen
Tel 0 21 02 - 3 55 12 · Fax 0 21 02 - 89 32 62

oder benötigten Hilfe beim Ausfüllen von Formularen. Entweder helfen die Ehrenamtlichen direkt vor Ort oder sie vermitteln die Besucher weiter an zuständige Fachberatungsstellen. Auch eine Begleitung zu schwierigen Behördengängen steht gelegentlich auf der Agenda des Lotsenpunktes.

Seit Eröffnung im Oktober 2018 ist Birgit Auer im Team des Lotsenpunktes aktiv und freut sich über die zunehmende Besucherzahl. „Man weiß nie, wer oder was kommt, das finde ich interessant und spannend.“

Neben den Öffnungszeiten finden unter der Marke „Lotsenpunkt“ noch weitere Angebote statt. So berichteten Mitarbeiterinnen der Zentralen Unterbringungseinrichtung (ZUE) in Ratingen, vor welchen Herausforderungen die Bewohner und Bewohnerinnen stehen. Aber auch eine Sprech-

stunde mit einem Fachanwalt für Sozialrecht, der sich um Fragen rund um die Themen Grundsicherung und Arbeitslosengeld II kümmert, gibt es unter dem Dach des Lotsenpunktes. Jeden Dienstag von 14 bis 15.30 Uhr kann man ohne Termin zur kostenlosen und vertraulichen Beratung im Zentrum für Arbeit und Integration, Graf-Adolf-Straße 7-9, kommen.

„Herzlich laden wir zu unserem kleinen Fest zum einjährigen Bestehen am 10. Oktober von 12-14 Uhr in den Lotsenpunkt ein. Bei Suppe und Getränken wollen wir feiern und mit den Menschen ins Gespräch kommen“, freut sich Christiane Hartel.

Für die Koordinatorinnen ist es selbstverständlich, dass eine enge Vernetzung mit allen Stellen, die Hilfen anbieten, unerlässlich ist. So gibt es neben den Kontakten mit den kirchlichen Anbietern auch

eine enge Zusammenarbeit mit der Miteinander.Freiwilligenbörse Ratingen, bei der auch viele Informationen zusammenkommen und abgerufen werden können. (er)

► Lotsenpunkt (Turmstraße 9)

Öffnungszeiten:

**montags 10-12 Uhr, 18-20 Uhr,
dienstags 10-12 Uhr, 16-18 Uhr,
donnerstags 12-14 Uhr**

Kontakt:

Katharina Müller (Dipl. Soz.päd.)

SkF Ratingen, Graf-Adolf-Str. 7-9

Telefon: 71 16 908

Mobil: 0176 – 45702330

E-Mail: mueller@skf-ratingen.de

Christiane Hartel

St. Peter und Paul, Grütstr. 2

Telefon: 102 67-25

Mobil: 0171-8609521

E-Mail: engagementfoerderung@pprtg.de

— Anzeige —



SCHNEIDER IMMOBILIEN

Zeit für Veränderung...







Tobias Otten
|
Carlos Carulla
|
Stefan Schneider
|
Petra Borjan
|
Sebastian Schmitz

Sind die Kinder aus dem Haus, ist die Wohnung zu groß oder macht der Garten zu viel Arbeit?

Wir unterstützen Sie tatkräftig bei anstehenden Veränderungen. Wir helfen Ihnen bei der Wohnungssuche, dem Umzug, der Entrümpelung, den notwendigen Renovierungen, den Behördengängen und wir begleiten Sie beim sorgenfreien Verkauf Ihrer Immobilie.

Ihre Fragen finden bei uns ein offenes Ohr. Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Termin mit uns.

Schneider Immobilien GmbH - Telefon 02102.709400

www.schneider-immobilien.com | Bahnstraße 1 | 40878 Ratingen







Aus Ernas Sicht

Einsam und allein? Das muss nicht sein.

„Typisch britisch“, dachte ich, als ich im vergangenen Jahr las, dass in Großbritannien eine „Ministerin für Einsamkeit“ ernannt wurde. In dem Bericht stand, dass durch Jobverlust, Trauerfall oder Trennung sich mehr als neun Millionen Briten häufig einsam fühlen. Zuerst dachte ich: „Was für ein Quatsch!“ Doch dann ließ mich dieses Thema nicht mehr los und ich beschäftigte mich eingehender damit. Und ich schaute mich in meiner Umgebung um.

Mir geht es gut. Ich habe eine aufmerksame Nachbarschaft. Wir kennen uns, wir sprechen miteinander und es fällt auf, wenn der eine oder die andere sich mal rar machen. Dann kümmern wir uns.

Nun habe ich festgestellt, dass dies durchaus nicht die Regel ist. Je jünger die Hausgemeinschaft wird, desto mehr verändert dies auch das Zusammenleben. Da bleiben wir Alten oft auf der Strecke. Dabei geht es nicht so sehr um das Wollen, vielmehr um das zeitliche Können. Beruf, Kinder und andere Verpflichtungen sind oft der Grund für wenig Kontaktaufnahme zum Nachbarn.

Nun habe ich gelesen, dass unsere Nachbarstadt Düsseldorf

dieses Problem auch erkannt hat. Dort soll eine Kampagne gegen Einsamkeit auf den Weg gebracht werden. Das Motto dieses Projektes heißt „Heute schon die Nachbarn gesehen?“ Der dortige Seniorenrat wird sich zusammen mit der Verwaltung, der Politik und den Sozialverbänden dieses Themas annehmen. Ihr könnt sicher sein, dass ich die Entwicklung verfolgen werde.

In Ratingen haben wir seit über 20 Jahren ein „Haus gegen Einsamkeit“, das Mehrgenerationenhaus Klompenkamp. Davon könnten viele Vermieter lernen und in ihren Anlagen Nachbarschaftshelfer einsetzen. Solch ein Vorhaben muss nicht viel kosten, denn die Personen, die sich bereits jetzt um die Nachbarn kümmern, sind ehrenamtlich tätig

und somit ein gutes Beispiel für andere.

An Beratungsmöglichkeiten fehlt es in Ratingen wahrlich nicht. Nun ist mit dem „Lotsenpunkt“ der Pfarrei St. Peter und Paul ein weiteres Angebot hinzugekommen. Auch an Seniorentreffs fehlt es nicht. Die Ratinger Begegnungsstätten sind sehr gut aufgestellt und bieten viele Kontaktmöglichkeiten. Sie sind auch ein gutes Mittel gegen die Einsamkeit. Mein Tipp: Einfach mal hingehen und reinschnuppern!

Für den neuen Seniorenrat, der ja im Dezember gewählt wird, gibt es eine Menge zu tun. Machen Sie mit und kandidieren Sie!

In diesem Sinne wünsche ich eine schöne Herbstzeit
Eure und Ihre Erna

— Anzeige —

Wir können dem Leben nicht mehr Tage, aber den Tagen mehr Leben geben.
nach C. Saunders



Wir begleiten sterbende Menschen und ihre Angehörigen in unserer Stadt kostenlos, sowohl ambulant als auch stationär.

Wir bieten Einzelgespräche und Gruppentreffen für trauernde Erwachsene und Kinder an.

Wir beraten zu Patientenverfügung, zu Möglichkeiten palliativer Versorgung und vermitteln ergänzende Hilfen.

**Bechemer Straße 1, 40878 Ratingen, Tel.: 0 21 02/2 38 47
Bürozeiten: Montag, Mittwoch u. Freitag von 9.00 – 11.00 Uhr
und nach Vereinbarung**

www.hospizbewegung-ratingen.de

— Anzeige —



Vom Berufsleben in den Ruhestand

Neuer Ratgeber gibt wichtige Tipps für den Übergang.

Endlich mehr reisen, ein neues Hobby ausprobieren oder nebenbei noch etwas arbeiten, um geistig fit zu bleiben? Es gibt ganz unterschiedliche Wünsche für die Gestaltung des Ruhestands. Doch Rentner oder Pensionäre befinden sich in einer besonderen finanziellen Situation: Einkünfte, Ausgaben und Zeithorizont sind überschaubar geworden. Es gelten Sonderregelungen, etwa bei der Besteuerung, oder Einschränkungen bei der Vergabe von Krediten. Der neu aufgelegte Ratgeber der Verbraucherzentrale „Rente

in Sicht“ bereitet Betroffene auf diese neue Lebenssituation vor, gibt rechtliche Hinweise und beantwortet wichtige



Fragen zu Altersvorsorge, Kapitalanlagen und Versicherungen.

Die Leserinnen und Leser erfahren, was sie bei der Rente, der Pension und betrieblichen Altersvorsorge be-

achten müssen, wie sie ihren Renteneintritt und -antrag planen, wie viel sie nebenbei verdie-

nen dürfen und was sie versteuern müssen. Außerdem sollte im Ruhestand die Finanzstrategie noch einmal neu entwickelt werden. Auch eine Überprüfung der privaten Versicherungen kann sich lohnen. Wer kurz vor seinem Ruhestand steht, findet im Ratgeber Checklisten und konkrete Beispielrechnungen.

Der Ratgeber „Rente in Sicht“ hat 200 Seiten und kostet 16,90 Euro. Er kann im Online-Shop (www.ratgeber-verbraucherzentrale.de) oder unter 0211/38 09-555 bestellt werden. Der Ratgeber ist auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel erhältlich.

— Anzeige —



PFLEGEUNION

Ambulant sicher versorgt

Nur 3 Schritte zur bestmöglichen ambulanten Pflege:

- ✚ Kontaktaufnahme
- ✚ Kostenlose und unverbindliche Beratung
- ✚ Wunschleistungen buchen

02102/101 62 95



Lise-Meitner-Straße 4 • 40878 Ratingen • www.ratingen.pflegeunion.de

Auf das Schloss kommt es an

Dramatischer Einsatz mit gutem Ausgang und Lerneffekt.

Der nicht mehr ganz taufrische Homberger wachte von seinem Mittags-Nickerchen auf. Irgendetwas hatte ihn geweckt. Er war allein in der Wohnung. Seine Frau war einkaufen. Über ihm, in seiner Einliegerwohnung, wohnte seit Jahren der alte Oberst. 90 Jahre alt, aber geistig noch voll da. Dann hörte er es wieder: Piep – Piep – Piep – Piep. Es kam aus dem Treppenhaus. Er lief zur Tür. Qualm kam ihm im Treppenhaus entgegen. Er rannte die Treppe hoch. Aus den Türritzen drang beißender Rauch. Immer wieder hämmerte er mit seinen Fäusten gegen die Wohnungstür und schrie den Namen des alten Herrn. Keine Antwort. Nur ein leises Stöhnen glaubte er zu hören. „Piep – Piep – Piep“ machten die Rauchmelder. Drei Stück hatte er seinerzeit montiert.

Was tun? Da fiel es ihm ein: der Notschlüssel. Er stürmte hinunter in seine Wohnung, riss dabei die Haustür auf, damit der Qualm abziehen konnte. Schnell fand er den Zweitschlüssel für die obere Wohnung. Er rannte wieder die Treppe hoch, einen Hustenanfall unterdrückend. Mühelos glitt der Schlüssel ins Zylinderschloss. Aber der Schlüssel ließ sich nicht drehen: Der alte Oberst hatte von innen abgeschlossen und den Schlüssel stecken lassen!

Als der Dumeklemmer damals den Türbeschlag eingebaut hatte, hatte ihm niemand geraten, unbedingt einen Schließzylinder mit „Notfunktion“ zu verwenden. Dann wäre eine Blockade von in-

nen nicht möglich gewesen. Die Gedanken in seinem Kopf überschlugen sich. Was sollte er tun? Er dachte an die kilometerlange Autoschlange nach Homberg, an der sich die Ratinger Feuerwehr würde vorbei kämpfen müssen. Und das würde Zeit kosten, kostbare Zeit. Er musste selbst handeln. Und zwar sofort.

Er stürmte wieder die Treppe hinunter bis in den Keller. Mit der armlangen Brechstange in der Hand keuchte er wieder zurück nach oben. Wieder und wieder versuchte er die schmale Seite der Brechstange zwischen Tür und Rahmen zu zwingen, bis endlich Holz splitterte und die Tür aufsprang. Eine Rauchwolke nahm ihm fast Atem und Sicht.

Der alte Herr lag stöhnend hinter der Tür. Der Dumeklemmer schob ihn behutsam zur Seite,

stieg über ihn hinweg und rannte hustend in die dahinter liegende Küche. Auf dem Herd sah er die Pfanne mit den qualmenden, schwarz verkohlten Hähnchenschenkeln. Er riss das große Fenster auf und schmiss die Pfanne mit Inhalt weit in den Garten.

„Typisch“, sagte die routinemäßig eintreffende Dame der Diakonie, „der alte Herr hat mal wieder zu wenig getrunken.“ (wvw)

► **N+G-Profilzylinder (Not- und Gefahrenfunktion) sind so konstruiert, dass man den Schließzylinder betätigen kann, obwohl auf der entgegengesetzten Seite bereits ein Schlüssel im Türschloss steckt. So lässt sich mit einem Ersatzschlüssel die Wohnungseingangstüre öffnen – bei Gefahr oder wenn man sich versehentlich ausgesperrt hat.**

— Anzeige —



Musikschule bietet „Blockflöte 60plus“

Die Musikschule wird im Herbst einen Blockflöten-Musikerkreis für Menschen ab 60 einrichten. Hierbei ist vollkommen unerheblich, ob Vorkenntnisse auf der Blockflöte bestehen oder nicht. Denn die Blockflöten-Familie bietet für alle Interessierten viele Möglichkeiten, gemeinsam zu musizieren. Die Instrumente

(insbesondere die Sopran-Blockflöte) sind finanziell erschwinglich und größere Flöten können auch ausgeliehen werden.

Da engagiertes Musizieren emotionale, motorische und kognitive Aspekte beinhaltet, wird dieses Hobby von vielen Fachleuten als ein Baustein des körperlichen und seelischen

Wohlbefindens empfohlen. Die wöchentlich wiederkehrende gemeinsamen Musizierstunde wird, gestaffelt nach der Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer, zwischen 90 und 183 Euro für ein Schulhalbjahr kosten.

Weitere Infos bei der Musikschule unter Telefon 550-4032.

— Anzeige —



**Wir pflegen nicht nur Menschen.
Wir pflegen auch Beziehungen.**

Perspektive Mensch – seit 175 Jahren.

Haus Bethesda-Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

Haus Bethesda liegt auf dem weitläufigen Gelände des Fliedner Krankenhauses in Ratingen. Die fünf Wohngemeinschaften bieten 52 stationäre Plätze für Menschen mit Demenz.

► Wohngemeinschaften

Im Mittelpunkt steht der an Demenz erkrankte Bewohner. Die Wohngemeinschaften (52 Plätze) bieten die nötige Normalität.

► Vertrauensvolle ganzheitliche Pflege

Ein qualifiziertes, gerontopsychiatrisch geschultes Pflegeteam gewährleistet eine bedürfnisorientierte individuelle Pflege.

► Eingestreuete Kurzzeitpflege

Bei zur Verfügung stehenden freien Plätzen ist eine Kurzzeitpflege für Menschen mit Demenz möglich.

► Betreuung in der Häuslichkeit

Dieses Entlastungsangebot ist für pflegende Angehörige.

Haus Bethesda-Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

Gisela Neldner (Einrichtungsleitung) • Thunesweg 58 • 40885 Ratingen
Telefon: (02102) 30 37 00 • info.haus-bethesda@fliedner.de

Leben im Alter



www.bethesda.fliedner.de



Theodor Fliedner Stiftung

www.175jahre.fliedner.de

Tanzcafé

„Ein Walzer mit Dir“

Die Veranstaltungsreihe „Ein Walzer mit Dir“, das Tanzcafé in der Tanzschule am Wall für Menschen mit und ohne Demenz, ihre Angehörigen und Begleiter findet auch in diesem Jahr an folgenden Terminen immer dienstags statt:

10. September und

26. November

jeweils von 14.30 bis 16 Uhr.
Der Eintritt kostet fünf Euro pro Paar. Ort: Tanzschule am Wall, Wallstraße 42. Anmeldung bei der Ratinger Demenzinitiative, Telefon 0170 - 91 70 043 oder Mail: info@ratindemenz.de

Schreiben Sie uns!

Haben Sie Lob, Kritik, Anregungen oder Ideen für weitere Themen? Dann schreiben Sie uns einfach:

Redaktion „Aus unserer Sicht“,
Minoritenstraße 2-6,
40878 Ratingen; oder per Mail:
aus-unserer-sicht@gmx.de

Rätsel

Wer weiß es?

1. In welchem Land war Imelda Marcos bis 1986 die First Lady?

- A: Peru
- B: Argentinien
- C: Sri Lanka
- D: Philippinen

2. Welchen Saft liefert die Frucht der Purpurgrenadilla?

- A: Mangosaft
- B: Pfirsichsaft
- C: Maracujasaft
- D: Orangensaft

3. Welche namhafte Persönlichkeit stammt wie Michael Schumacher aus Kerpen?

- A: Konrad Adenauer
- B: Willy Millowitsch
- C: Adolf Kolping
- D: Max Planck

4. Welches Doldengewächs wird auch Wanzendill genannt?

- A: Pastinake
- B: Safran
- C: Ingwer
- D: Koriander

5. Wie viel Bier nehmen Engländer mit einem Pint zu sich?

- A: 1,15 Liter
- B: 0,56 Liter
- C: 0,336 Liter
- D: 1,54 Liter

6. In welchem Film hatte Ex-Beatle George Harrison einen Auftritt?

- A: Blues Brothers
- B: Das Leben des Brian
- C: Easy Rider
- D: Blade Runner

7. Bei welcher Oper ist die Titelfigur am Ende noch am Leben?

- A: Madame Butterfly
- B: Turandot
- C: Tosca
- D: La Traviata

Lösungen auf der nächsten Seite

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

mit freundlicher Unterstützung von www.sudoku-aktuell.de

	16	5			18	6		25	4
8			9	3			10		
15				21					
	15	5	24			17			12
7			11			24	13		
16				21	6	10			
		33						17	6
	14	11	4	18			12		
11					22		16		
27						11			

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

	16	5				18	6		25	4	
8	7	1	9		3	1	2	10	9	1	
15	9	4	2	21	5	4	7	2	3		
	15	5	24	7	9	8	17	9	8	12	
7	6	1	11	7	4	24	13	5	9		
16	9	4	3	21	6	10	2	4	1	3	
			33	8	4	5	7	9	17	6	
	14	11	4	18	8	1	9	16	12	9	3
11	5	3	1	2	22	6	9	5	2		
27	9	8	3	7		11	7	3	1		

Lösungen

- 1 D (Philippinen)
- 2 C (Maracuja)
- 3 C (Adolf Kolping)
- 4 D (Koriander)
- 5 B (0,56 Liter)
- 6 B (Das Leben des Brian)
- 7 B (Turandot)

— Anzeige —

Sanitätshaus Höfges & Koch

Calor - Emag - Str. 5, 40878 Ratingen
Tel. 02102-22144 Fax 02102-22757



Troja 2G

**HÖFGES
&
KOCH**

Bleiben Sie mobil
Gratis Rollator Sicherheitscheck



Indoor - Rollator

Unser Team
überprüft Ihren Rollator
stellt die richtige Griffhöhe ein
kontrolliert die Bremsen
bringt Reflektoren an
gibt Ihnen Tipp's zum
besseren Handling



Gemino

www.ratinger-sanitaetshaus.de



Ganz große Musik

Musikschule lädt zu besonderen Veranstaltungen und Aufführungen ein.



Beim Großen Musikschulkonzert wirken rund 200 Kinder und Jugendliche mit: Konzertchor, Jugendsinfonieorchester, Jugendblasorchester, Vororchester, Flauteenies, NuCombo, Gitarrenensemble „NoName“. Foto: Städtische Musikschule

Sonntag, 29.9.; 16.30 Uhr

Großes Musikschulkonzert: Fast 200 MusikschülerInnen in den Orchestern, Chören und Ensembles singen und spielen Musik aus vielen Epochen; Stadthalle am Europaring.

Donnerstag, 21.11.; 19 Uhr

Fachbereichskonzert Tasteninstrumente mit Musik zum Thema „Die vier Jahreszeiten - ohne Vivaldi“; FTS

Freitag, 22.11.; 19 Uhr

Im Gedenken an Sabine Könner. MusikschülerInnen, Lehrkräfte und befreundete Musiker spielen ein Gedenkkonzert zu Ehren von Sabine Könner (18.07.1977 – 12.08.2019); St. Peter und Paul.

Sonntag, 1.12.; 18 Uhr

Adventskonzert mit Funny Flutes, Streicher-Vororchester, Bläser-Vor-

orchester und Harfenensemble; Evangelische Stadtkirche, Lintorfer Straße 26.

Sonntag, 15.12.; 17 Uhr

Festliches Weihnachtskonzert mit dem Kinder- und Jugendchor unterstützt vom Jugendsinfonieorchester; Stadthalle am Europaring.

Donnerstag, 19.12.; 19 Uhr

Treffpunkt Musikschule:

— Anzeige —

SchülerInnen der Musikschule präsentieren sich auf ihren Instrumenten.

Vorschau: Sonntag, 12.01.2020

Neujahrskonzert mit Bläser-Vororchester, Jugendblasorchester Ratingen und Mülheim a.d.Ruhr; Stadttheater

FTS = Ferdinand-Trimborn-Saal,

Poststraße 23
Der Eintritt ist frei.



podologische Fachpraxis
„wie auf Wolken“
Heike von Itter

Bahnstraße 25
40878 Ratingen

Tel: 02102 /7324 777
www.podologie-vonitter.de

...wie auf Wolken!
Im Einsatz für Ihre Fußgesundheits

Auch Ältere profitieren von Jugendrats-Idee

Die Verbesserungsvorschläge des Jugendrates für das ÖPNV-Angebot werden von der Volkssolidarität Ratingen unterstützt. „Da für die heutige ältere Generation der Tag nicht mehr mit Beginn der Tagesschau um 20 Uhr endet, weil sich Freizeitaktivitäten grundlegend geändert haben, ist den Forderungen des Jugendrates

nur beizupflichten“, erklärt Gabi Evers, Vorsitzende der Volkssolidarität Ratingen. Für eine Stadt wie Ratingen mit fast 90 000 EinwohnerInnen besteht bzgl. des öffentlichen Nahverkehrs noch viel Luft nach oben. „Wenn wir etwa abends mit mehreren Personen in die Oper gehen, haben diejenigen, die nicht aus Mitte kommen,

oft Schwierigkeiten mit dem Bus in ihre Stadtteile zu kommen,“ so Evers weiter. Auch die Anbindung des Flughafenbahnhofs Düsseldorf in den Abendstunden stellt nicht nur die Jugend vor Probleme. Evers hofft auf einen Erfolg für den Vorstoß des Jugendrates, weil die Problematik generationsübergreifend besteht.

— Anzeige —

Hörgeräte können ...



Fernsehen
➔ direkt im Ohr



Telefonieren
➔ ohne Störungen



Straßenverkehr
➔ mehr Sicherheit



Gespräche
➔ wieder gut verstehen

**Wir beraten Sie gerne persönlich.
Schauen Sie einfach bei uns vorbei ...**

GUT HÖREN  Lintorf
Hörgeräte



Konrad-Adenauer-Platz 6
40885 Ratingen
Tel. 02102 - 7060505
Inh. M. Janitzky

GUT HÖREN  Ratingen
Hörgeräte GmbH

Lintorfer Str. 11
40878 Ratingen
Tel. 02102 - 9296577

Vortrag über Vermögensschutz

Auf Grund der großen Nachfrage auf der „Messe 50+“ in Ratingen wird Rechtsanwalt Marcel Kappert den Vortrag „Wie schütze ich Vermögen vor späteren Pflegeheimkosten?“ in Homberg halten: Am Donnerstag, 31. Oktober, um 18 Uhr in den Büroräumen von Wundes & Partner an der Steinhauser Straße 26. Im Anschluss steht Marcel Kappert für Fragen zur Verfügung. Er ist Fachanwalt für Erbrecht und Vermögensschutz. Bei Interesse Voranmeldung bei Agnes Kowalska unter der Telefon 0171- 11 32 422.

Aqua-Sport für Senioren

Die Ratinger Bäder bieten regelmäßig den Kurs Aqua-Sport in beiden Bädern an. Er ist speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten. Am besten sollte man sich auf der Bäder-Homepage informieren und die Verfügbarkeit prüfen: www.ratinger-baeder.de

Hilfe kommt per Knopfdruck

Ein Hausnotruf gibt Sicherheit. Das DRK baut sein Netz weiter aus.

Die meisten Menschen wünschen sich, möglichst lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden zu wohnen. Doch gerade wer häufiger allein ist und Gesundheitsprobleme hat, muss sich der Angst stellen: Was, wenn etwas passiert und niemand in der Nähe ist? Ein Hausnotruf gibt Sicherheit.

Der Hausnotrufanschluss besteht aus dem Basisgerät und einem Handsender, der an einer Halskette oder einem Armband getragen wird. Er ist stoßfest, wasserdicht und funktioniert schnurlos überall in der Wohnung, auch in der Badewanne oder unter der Dusche. Bei einem Notfall aktiviert der Betroffene per Knopfdruck den Notruf und es wird automatisch eine Verbindung zu der rund um die Uhr besetzten Hausnotrufzentrale hergestellt. Dank Freisprecheinrichtung kann der Teilnehmer von überall in der Wohnung mit dem DRK-Mitarbeiter sprechen. Das sensible Mikrofon überträgt auch leise Stimmen aus einiger Entfernung. Das DRK-Düsseldorf bringt dann die richtige Hilfe auf den Weg und verständigt beispielsweise Angehörige, den DRK-Bereitschaftsdienst oder die Feuerwehr.

Möglich ist auch eine Tages-taste: Hier meldet sich das DRK, wenn der Kunde nach einer vereinbarten Zeitspanne nicht signalisiert, dass alles in Ordnung ist. Als weitere Zusatzleistung kann unter anderem der Haus-schlüssel sicher aufbewahrt oder

ein Rauchwarnmelder montiert werden.

Für aktive Menschen gibt es auch außerhalb der Wohnung eine gute Lösung: den DRK-„Rot-ruf“. Auch hier wird per Knopfdruck ein Sprechkontakt zur Zentrale hergestellt. Ein Mitarbeiter erfragt die Verfassung und Situation. Mithilfe von GPS-Daten wird der Standort übermittelt und bedarfsgerechte Hilfe verständigt.

In Ratingen verfügt das DRK über 100 Hausnotrufanschlüsse. Zusammen mit dem DRK-Düsseldorf soll dieses Netz jetzt ausgebaut werden. „Wir werden dabei noch enger mit den Kollegen in Düsseldorf zusammenarbeiten, um auch mit dem Hausnotruf dazu beizutragen, Leben retten zu können“, sagt Erhard Raßloff, stellvertretender Vorsitzende des DRK-Ratingen.

Um sowohl älteren und behinderten Menschen, als auch deren Angehörigen diese lebensrettende Technik näherbringen zu können, bietet das DRK zwei **Info-abende** an: Am **14. Oktober** und am **18. November**, jeweils von 16.30 bis 18 Uhr, erfahren Teilnehmende alles über die Geräte, die Anschlussmöglichkeiten, die Kosten und welcher weiteren Vorteile ein Hausnotruf des Roten Kreuzes bietet. Die Veranstaltungen finden im Gemeinschaftsraum des DRK-Mehrgenerationenhaus, Klompenkamp 9, statt.

Weitere Infos bieten die Webseiten des DRK-Düsseldorf und DRK-Ratingen unter: www.drk-duesseldorf.de und www.drk-ratingen.de. Fragen werden telefonisch unter 0211/22 99 2000 oder per E-Mail an hausnotruf@drk-duesseldorf.de beantwortet.

— Anzeige —

Mit Vielfalt und Lebensfreude für die Menschen in der Region!
Unsere Diakoniestationen sind an 365 Tagen im Jahr für Sie da!



Diakoniestation Mettmann/Homburg/
Erkrath/Hochdahl/Düsseldorf-Unterbach
Bismarckstr. 39 | 40822 Mettmann
Tel. 02104 - 7 22 77

Diakoniestation Haan
Bismarckstr. 12a | 42781 Haan
Tel. 02129 - 3 47 57 30

Diakoniestation Hilden
Martin-Luther-Weg 1b | 40723 Hilden
Tel. 02103 - 39 71 71

Diakoniestation Ratingen
Angerstr. 11 | 40878 Ratingen
Tel. 02102 - 95 44 34



Diakoniestation | Ambulante Pflege | Stationäre Pflege | Kurzzeitpflege
Alltagshilfen | Servicegesellschaft | Soziale Betreuungsleistung | Demenz WG
www.diakonie-kreis-mettmann.de

Prinzenkürung statt Nepal-Wanderung

Eigentlich wollte er im kommenden Winter Nepal zu Fuß erkunden – oder eben Prinz werden. Peter Hense und Michael Schleicher vom Vorstand des Karnevalsausschusses (KA) bekamen Wind von den Plänen und durchkreuzten sie. Dann war es beschlossene Sache: Bernd Conrad, bislang Adjutant der Prinzengarde Rot-Weiss, wird der neue Prinz. Künftig an seiner Seite: Claudia II. (Clemens). Schirmherr der Session 2020 wird die T. Kels Lebensmittel GmbH. Die Präsentation des designierten Prinzenpaares und Schirmherrenteam (Theodor Kels, Felix Theodor Kels sowie Marco Saborowski) fand jetzt auf Schloss Linnep statt. Für Conrad (55) ist es das Allergrößte, das man als gebürtiger Rater und Karnevalist überhaupt erreichen kann: Prinz in der Heimatstadt. Auch Claudia II. freut sich auf diese Zeit. Sie wird in der Karnevalswoche 2020 55 Jahre alt. Aufgewachsen ist sie mit ihren drei Schwestern auf Gut Carpenhof (Schwarzbach). Das Motto des Sesion lautet: „Jung, jeck, Dumeklemmer“. Foto: Andreas Berndt



— Anzeige —

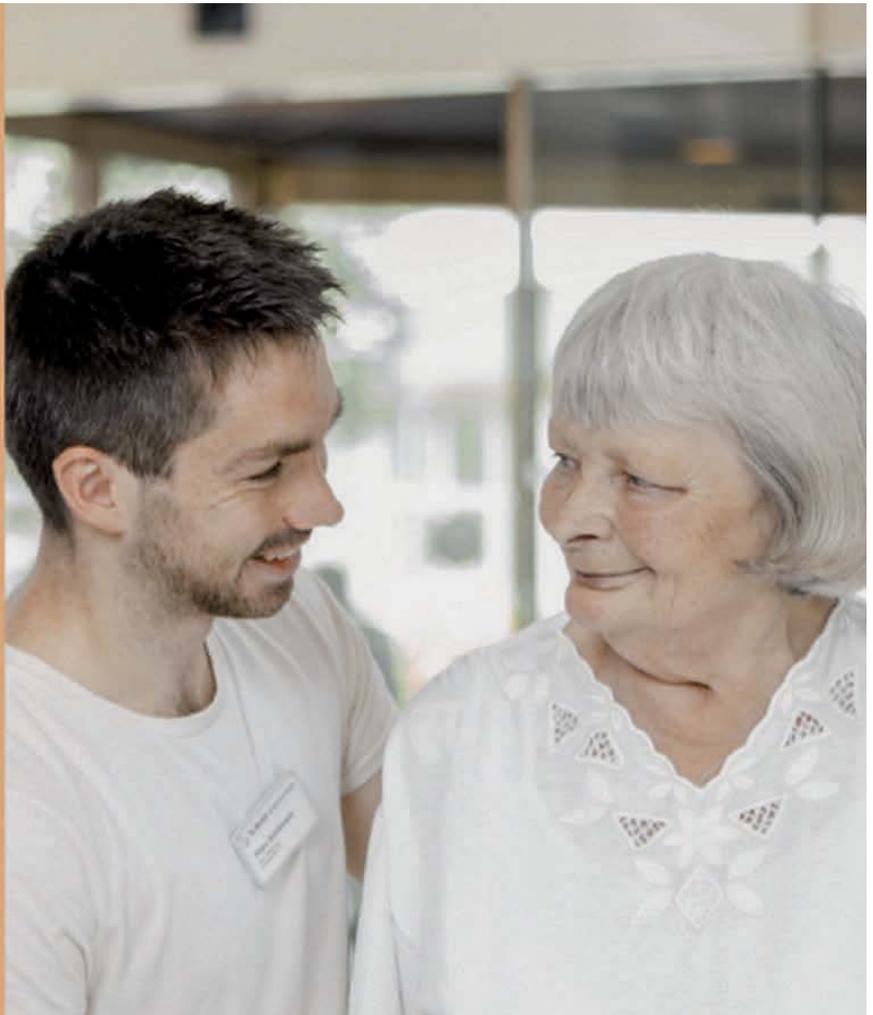
SANKT
MARIEN
SENIOREN
HAUS

Heimat für
Senioren

im St. Marien Seniorenheim und
Seniorenzentrum Marienhof

sankt-marien-ratingen.de/seniorenhaus

St. Marien-Krankenhaus GmbH
Waldener Str. 3 | 40878 Ratingen
Tel: 02102/851-0
Mail: info@sankt-marien-ratingen.de



Termine & Service

Aktivtreff 60plus

Regelmäßige Angebote:
„Singen macht glücklich“, Qi Gong,
Nachbarschaftscafé, Musik-Café,
Sitz-Yoga, Kartenspiele, Gedächtnis-
training, Sitzgymnastik. „Nadia“ (Sport
für an Demenz Erkrankte und Partner);
Demenz-Café an jedem dritten Diens-
tag im Monat (14.30 bis 17.30 Uhr)

► Infos unter **Telefon 31 611**

Awo Angerland

20.9., 18.10.: Wandern
23.10.: Tagesfahrt nach Wülfrath mit
Bergischer Kaffeetafel
6.10., 3.11., 1.12.: Familienfrühstück, 9 Uhr
10.11., 15.12.: Sonntagscafé, 14 Uhr
11.10., 8.11., 13.12.: After-Work-Spiele-
Abend, 17 Uhr
17.9.: Plogging mit Fam.Zentrum, 10 Uhr

Regelmäßige Veranstaltungen: Bingo,
Gehirnjogging, Skat, Doppelkopf, Krea-
tivkreis, Singkreis

► Infos unter **Telefon 33 698**

Awo „Weiße Villa“

24.9.: Sicherheit im Alter: Hör- und
Sehtest unter fachlicher Begleitung
von Gut Hören und Smile Optik
Ratingen, 14.30 Uhr
1.10.: Oktoberfest-Brunch; 10 bis 13
Uhr; Anmeldung Telefon 84 72 41
27.10.: Märchenhaftes Sonntagscafé,
14 Uhr: Kaffee, hausgemachte Kuchen
und Märchen-Lesung; Anmeldung
erforderlich
29.10.: Tipps gegen Taschendiebstahl
und Trickbetrüger mit Kriminalhaupt-
kommissar Holger Kresken; 14 Uhr
14.12.: Weihnachtsfeier im Haus am
Turm, 14 Uhr; Anmeldung Tel. 84 72 41

Demenz-Café an jedem 2. und 4.
Mittwoch im Monat, 9 bis 12 Uhr

Außerdem: Renteninformation, Vor-
sorgeberatung, IT-Hilfe für Senioren,
Gehirnjogging, Seniorengymnastik,
Singkreis, Malclub

► Infos unter **Telefon 84 72 41**

Geschwister Gerhard-Stiftung

26.9.: Infoveranstaltung zur Taschen-
geldbörse; 14 Uhr
27.9.: Smartcafé, 18 Uhr
9.10.: Ausflug zur Marcienne Collection
Heinsberg mit Modenschau, anschl. Fahrt
zum Kürbisgarten Huys en Hof
10.10.: Workshop Sturzprophylaxe; 14.30
Uhr. Anmeldung erforderlich
24.10.: Frühstück mit dem Seniorenrat,
9.15 Uhr (Anmeldung bis 21.10.)
25.10.: Filmclub „Flimmerkiste“, 14.30
26.10.: Ausflug an die Mosel mit kleiner
Weinprobe, Moselschiffahrt und Be-
such von Bernkastel-Kues
Regelmäßig: Computerclub, Englisch,
Französisch, Canasta, Doppelkopf,
Boule, Yoga und Gymnastik

► Infos unter **Telefon 68 101**

HINWEIS: Infos zu Veranstaltungen und
Angeboten in anderen Ratinger Senio-
renbegegnungsstätten finden Sie auf
der jeweiligen Homepage.

— Anzeige —

RATINGER-BAEDER.DE
SaunaPremium
DEUTSCHER SAUNA-BUND

Dem Herbst einheizen

Ratinger Bäder

Hallenbad Angerbad
Freibad Angerbad
Allwetterbad Lintorf mit Sauna

Stadtwerke
Ratingen

Das Allerletzte

Senioren qualmen öfter

Ältere Menschen sind laut einer Studie häufiger süchtig nach Zigaretten. Besonders bedenklich ist die Lage bei Frauen. Eine von der Krankenkasse KKH veröffentlichte Untersuchung zeigt, dass 2017 rund 50000 Versicherte zwischen 55 und 79 Jahren wegen Tabakabhängigkeit, Entzugserscheinungen oder psychischer Probleme aufgrund des Konsums ärztlich behandelt wurden. Das waren 130 Prozent mehr als noch 2007. Die Zahl der 65- bis 69-jährigen Frauen, die exzessiv rauchen, verdreifachte sich. Die Gründe sind vielfältig: Zum einen sei die heute ältere Generation in einer Zeit aufgewachsen, als das Rauchen als selbstverständlich galt. Auch die Einsamkeit vieler Senioren spiele eine Rolle. Die Zigarette diene dann häufig als Mittel zur Kommunikation, um etwa vor Restaurants und Kneipen mit Gleichgesinnten in Kontakt zu kommen.

Ihr kompetenter Ansprechpartner
in allen Fragen der Gesundheit

Arkaden Apotheke Kappus

Gesund werden –
fit bleiben!

Schwerpunktapotheke Diabetes!

Telefon: 02102 - 28 2 28

Oberstraße 51
40878 Ratingen



Beerdigungsinstitut
Krämer
Inh. G. Kammann GmbH

Der Tod ist nichts, was die
Menschen trennt, sondern sie
in Liebe und Trauer vereint.

Tag & Nacht (02102) 2 25 51

Düsseldorfer Str. 18-20 · Eggerscheidter Str. 4-6 · Jenaer Str. 30 a · www.kraemerratingen.de

Öffnungszeiten & Notdienste

Öffnungszeiten Büchereien:

Medienzentrum – Hauptstelle

Dienstag: 10 bis 18 Uhr
Mittwoch: 10 bis 18 Uhr
Donnerstag: 10 bis 19 Uhr
Freitag: 10 bis 18 Uhr
Samstag: 10 bis 14 Uhr

Peter-Brüning-Platz 3
Telefon: 550 - 4128

Stadtteilbibliotheken:

Hösel: Telefon: 550 - 4160
Homburg: Telefon: 550 - 4170
Lintorf: Telefon: 550 - 4145
West: Telefon: 550 - 4140

Öffnungszeiten Bürgerbüro:

Montag, Dienstag: 8 bis 16 Uhr
Mittwoch, Freitag: 8 bis 12 Uhr
Donnerstag: 8 bis 18 Uhr
Samstag: 10 bis 13 Uhr

Telefon: 550 - 3222
Peter-Brüning-Platz 3

Öffnungszeiten Demenzladen:

Der Demenzladen in der Wallpassage 30 ist wie folgt geöffnet:

Montag: 13 bis 17 Uhr
Dienstag: 9 bis 13 Uhr Fam.Pflege
13 bis 16 Uhr – Gedächtnis-
sprechstunde (nur nach telefoni-
scher Vereinbarung)
Donnerstag: 9 bis 13 Uhr
jeden 2. und 4. Samstag im Monat
10.30 bis 12.30 Uhr

Ansprechpartnerin:

Gina Kuypers
Telefon: 0170 - 91 70 043

Für Blinde und Sehbehinderte:

Der Blinden- und Sehbehindertenverein Ratingen bietet für Mitglieder und Nichtmitglieder an jedem ersten Donnerstag im Monat im Demenzladen der Fliedner-Stiftung, Wallpassage 30, eine kostenlose Beratung an.

Anmeldung unter Telefon 732 460

Öffnungszeiten Schwimmbäder:

Hallenbad-Mitte

(September bis Mai)

Montag: 13 bis 14 Uhr
(Damen)
14 bis 15 Uhr
(Senioren)

Dienstag: 6.45 bis 21 Uhr
Mittwoch: 6.45 bis 17 Uhr
Donnerstag: 6.45 bis 21 Uhr
Freitag: 6.45 bis 19 Uhr
Samstag: 7.00 bis 13 Uhr
Sonntag: 7.00 bis 13 Uhr

Freibad-Mitte

(Mai bis September)

Montag: 6.45 bis 20 Uhr
Dienstag: 11.00 bis 20 Uhr
Mittwoch: 6.45 bis 20 Uhr
Donnerstag: 6.45 bis 20 Uhr
Freitag: 6.45 bis 20 Uhr
Samstag: 7.00 bis 20 Uhr
Sonntag: 7.00 bis 20 Uhr

Allwetterbad Lintorf

Montag bis
Samstag: 6.45 bis 22 Uhr
Sonntag: 6.45 bis 20 Uhr

Saunawelt im Allwetterbad

Montag: 10 bis 16 Uhr
(Herren)
16 bis 22 Uhr
Dienstag: 10 bis 22 Uhr
(Damen)

Mittwoch bis
Samstag: 10 bis 22 Uhr
Sonntag: 10 bis 20 Uhr

Seniorenrat-Sprechstunde:

Der Seniorenrat der Stadt Ratingen steht den Bürgern in Seniorenfragen im Rahmen von Sprechstunden Rede und Antwort. Sie finden abwechselnd in städtischen und nichtstädtischen Begegnungstätten statt.

Mehr Infos unter:
www.seniorenrat-ratingen.de

Notruf-Nummern:

Notarztwagen: 112

bei akuten, lebensbedrohlichen oder schwersten Erkrankungen und bei Unfällen, die einen Einsatz eines Arztes vor Ort erfordern.

Ärztlicher Notdienst

Zentrale Rufnummer: 116 117
von 23 Uhr bis 8 Uhr – bei notwendigen Hausbesuchen und bei gewünschter Information über ambulante Versorgung außerhalb der Sprechstunden des Hausarztes.

Beachten Sie:

Notfallversorgung für ambulante Patienten ausschließlich in der **Notfallpraxis**, Mülheimer Str. 37
Telefon: 700 64 99

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do.: 19 bis 22 Uhr
Mi. und Fr.: 16 bis 22 Uhr
Sa., So., Feiertag: 8 bis 22 Uhr
Außerhalb der Öffnungszeiten:
Telefon 116 117 oder 112

Kinderärztlicher Notdienst

Mülheimer Straße 37
Telefon: 700 64 99
Mi. und Fr.: 16 bis 19 Uhr
Sa., So. Feiertag: 10 bis 13 Uhr
und 16 bis 19 Uhr

Apotheken-Hotline

Bundesweite Rufnummer:
0800 002 2833; vom Handy ohne
Vorwahl: 22 833

Giftnotrufzentrale

Universität Bonn
Telefon: 0228 - 19 240

Augenärztlicher Notdienst

Zentrale Rufnummer: 116 117

Tierärztlicher Notdienst

Kreis Mettmann
Telefon: 02051 - 805 777

Zahnärztlicher Notdienst

Zentrale Nummer: 0180 59 86 700



Nähe ist einfach.



sparkasse-hrv.de

Weil man die Sparkasse
immer und überall erreicht.
Von zu Hause, mobil und in
der Filiale.

Wenn's um Geld geht
 Sparkasse
Hilden • Ratingen • Velbert