



Die Brücke

**Grefrather Seniorinnen- und Seniorenzeitung
des Vereins „Älterwerden in der Gemeinde Grefrath e.V.“
62. Ausgabe – April 2020**

Ehre dem Ehrenamt

Im Allgemeinen wird unter Ehrenamt eine Tätigkeit verstanden, bei der eine Einzelperson oder eine Gruppe freiwillig und unentgeltlich Arbeit leistet. Die Tätigkeit kann regelmäßig oder auch sporadisch sein. Ehrenamtliches Engagement hilft sowohl den Nutznießern als auch den Helfern. Eine Gesellschaft ohne die vielen ehrenamtlich tätigen Personen ist unvorstellbar. Sie ist aber auch nicht selbstverständlich. Wer sich ehrenamtlich betätigt, egal in welcher Form und in welcher Einrichtung, verdient unseren Respekt und unsere Anerkennung.

In unserer Gemeinde ist es gute Tradition, jedes Jahr ehrenamtlich tätige Einzelpersonen und Gruppen für ihr Engagement besonders zu ehren.

In diesem Jahr erhielten Ida Koch von der Hospizgruppe, die aktiven Helferinnen und Helfer der Grefrather Tafel und die Gruppe der ehrenamtlichen Mitarbeiter des Altenzentrums Oedt den Ehrenamtspreis. Bürgermeister Manfred Lommetz lobte in seiner Laudatio das beispielhafte Engagement beim Besuchsdienst und der Hospizgruppe.



Foto: S. Füsers

Die Laudatio für die Gruppe der ehrenamtlichen Mitarbeiter des Altenzentrums Oedt hielt die stellvertretende Bürgermeisterin Kirsten Peters (siehe hierzu die Seite 2).

Der stellvertretende Bürgermeister Roland Angenvoort übergab die Ehrenurkunde den Helferinnen und Helfern der Grefrather Tafel.

Die Brücke gratuliert allen Ausgezeichneten ganz herzlich.

Eine verdiente Auszeichnung!

Die Freude bei den 40 ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern über den Ehrenamtspreis ist groß. Das im Antrag formulierte Engagement wurde damit gewürdigt.

Sehr geehrter Herr Lommetz,
sehr geehrte Damen und Herren,

gerne möchten wir die Gruppe der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen des Ev. Altenzentrum Oedt für den Ehrenamts-Preis vorschlagen.

Im Ev. Altenzentrum Oedt gibt es eine feste Gruppe von 40 ehrenamtlich Engagierten, welche schon seit Jahren, viele sogar seit Jahrzehnten, tätig sind. In und mit vielfältigen Angeboten unterstützen sie die hier lebenden Menschen und erhöhen so in erheblichem Maße deren Wohlbefinden und Lebensqualität. Sie sorgen durch kontinuierliche Kontakte und einen regen Austausch für ein lebendiges Miteinander und die hier lebenden Bewohnerinnen und Bewohner erfahren weiterhin eine enge Anbindung an die Nachbarschaft und dem Leben in der Gemeinde Grefrath.

Musikalische Angebote, der Herrenstammtisch, Reiseberichte, Qigong, Unterstützung bei Ausflügen, Feste und Feiern, Spaziergänge im Ort oder die Mitarbeit bei der Hauszeitschrift „Die Lupe“ sind nur einige Beispiele aus dem Repertoire des Engagements, von denen unsere Bewohner erheblich profitieren.

Mit freundlichen Grüßen

EV. ALTENZENTRUM OEDT

M. Clemens
Monika Clemens
Ehrenamtskoordinatorin

B. Spangenberg
Bernd Spangenberg
Einrichtungsleitung

Wegen des begrenzten Platzes im Eingangsgebäude des Dorenburg-Geländes konnten nicht alle bei der Übergabe der Auszeichnung durch Bürgermeister Manfred Lommetz dabei sein.



Foto: S. Füsers

Die Laudatio hielt die stellvertretende Bürgermeisterin Kirsten Peters. Sie lobte die vielfältige ehrenamtliche Mitarbeit der Gruppe im Altenzentrum Oedt. Die Leiterin des Sozialen Dienst, Monika Clemens, nahm die Ehrenurkunde für die Gruppe entgegen.

Frau Annedore Lennartz bedankte sich im Namen der ehrenamtlichen Mitarbeiter für die Auszeichnung. Mit ihrer emotionalen Rede sprach sie über die persönlichen Erlebnisse. Sie wünschte sich mehr ehrenamtliches Engagement und hofft auf eine stärkere Bereitschaft, in der Gruppe mitzumachen.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiter bereichern durch ihr persönliches Engagement den Alltag und das soziale Leben der Bewohner. Die Arbeit der Ehrenamtlichen ist ein Gewinn, denn sie trägt dazu bei, die Lebensqualität der Bewohner zu verbessern.

Die ehrenamtliche Mitarbeit sorgt auch für eine unterstützende Entlastung des Pflegepersonals. Bei der intensiven Pflege der Bewohner bleibt oft wenig Zeit für eine begleitende Betreuung. Insofern ist das Pflegepersonal sehr dankbar für die ehrenamtliche Unterstützung.

Der Ehrenamtspreis ist für die ehrenamtlichen Mitarbeiter des Altenzentrums Oedt Anerkennung und Ansporn zugleich. Sie leisten einen sozialen Beitrag, der in unserer Gesellschaft unverzichtbar ist.

„Wenn jeder dem anderen helfen wollte, wäre allen geholfen.“

Kurz und Knapp

Wir freuen uns, dass dank der Unterstützung der Sponsoren (siehe letzte Seite) auch in diesem Jahr wieder drei Ausgaben unserer Zeitung erscheinen werden, und zwar Anfang April, Anfang August und Anfang Dezember.

Wir gratulieren

Wie erwartet gingen bei der Zeitungsgruppe mehr richtige Lösungen zu unserem Weihnachtsrätsel ein, als es Gewinne gab. So musste natürlich das Los entscheiden.

Den 1. Preis, ein Gutschein über 30 € gewann: Irmgard Schmidt.

Den 2. Preis, ein Gutschein über 20 € gewann: Gisela Rinne.

Den 3. Preis, ein Gutschein über 10 € gewann: Hildegard Kroppen.

Neuer Zugang zum Treffpunkt

Mit dem neuen Zugang ist der Treffpunkt Älterwerden direkt vom Parkplatz aus zu erreichen. Das ist gut für alle Rollstuhlfahrer und diejenigen, die einen Rollator benötigen. Mit dem Auto darf er aber nicht befahren werden.



Für den Transport irgendwelcher Gegenstände steht jetzt am Eingang ein Handwagen zur Verfügung.

Fotos: Winfried Hüren

Jahresrückblick

Mit einem Glas „Kalte Ente“ wünschten sich die Mitglieder der **Kochgruppe 2** mit Partnerin bzw. Partner alles Gute für das Neue Jahr. Mit einer Power-Point-Präsentation erinnerte Winfried Hüren im Treffpunkt Älterwerden an die gemeinsamen Kochnachmittage des Jahres 2019.

Anschließend begab sich die Gruppe in das italienische Restaurant „Turi“ auf der Hochstraße.



Jeder hatte nach seinem persönlichen Geschmack das Jahresabschlussessen vorbestellt. In angenehmer Atmosphäre verging der Abend wie im Fluge.

Brauchtum

Zu Ostern suchen die Kinder bunt bemalte versteckte Hühnereier und Süßigkeiten, die vom „Osterhasen“ versteckt wurden. Es gibt auch den Brauch, Zweige in Vasen oder auf Bäumen im Garten mit bunt bemalten Ostereiern zu schmücken. Als Ostergebäck gibt es einen Kuchen in Hasen- oder Lamm-Form.



Foto: Internet

**Wir
wünschen
ein
frohes
Osterfest.**

Frühlingserwachen

Nun will es endlich Frühling werden;
man sieht's an Baum und Strauch.
Es grünt und sprießt auf Erden;
die Vöglein wissen's auch.

Es pfeift der Star so froh sein Lied,
selbst wenn der Schnee noch fällt.
Die Lerche jubelnd durch die Lüfte zieht,
als blühte schon die ganze Welt.

Noch ist's ein leises Wehen;
bald wird ein Sturm daraus,
und über Nacht – du wirst es sehen –
sieht die Welt ganz anders aus.

Dann blühen Blumen bunt und schön.
Die Bäume tragen ihr Blütenkleid;
die Schwalben durch die Lüfte ziehen,
und überall ist Heiterkeit.

Drum liebes Herz, zaudre nicht,
sei froh und unverzagt.
So wie die Sonne durch die Wolken bricht,
kommt auch für Dich ein Frühlingstag.

Waltraud Schmitz



Foto: H. Renz

Rembrandt Harmenszoon van Rijn zu seinem 350. Todestage im Oktober 2019

Ausstellung im Wallraf-Richartz-Museum in Köln



Radierung 1636 - Selbstbildnis mit seiner geliebten Ehefrau Saskia
Foto: artnet.de

Das Museum Wallraf-Richartz würdigt zurzeit diesem malerischen Ausnahmegenie zwei hochinteressante Ausstellungen:

- Rembrandts graphische Welt (03.10.19 - 12.01.20)
und die große Bildersammlung (01.11.19 - 01.03.20)

INSIDE REMBRANDT • 1669 - 1606

mit Leihgaben aus den renommiertesten Häusern Europas und der Welt, wie dem Amsterdamer Rijksmuseum, der Getty Collection, der Prager Nationalgalerie, dem Metropolitan Museum of Art in New York, der Münchner Pinakothek und der Staatsgalerie Stuttgart.

Zum Auftakt ihrer kunst- und erlebnisreichen Programme für das Jahr 2020 hatte sich die **Kulturgruppe** am 09. Januar nach Köln aufgemacht, um, wie der Flyer des Museums ihn nennt, „den Meister, das Genie oder den Star – die Synonyme für Rembrandt sind so vielseitig wie seine Kunst, die die Menschen weltweit begeistert“, nun anhand der fast 60 hochkarätigen Kunstwerke und der Leihgaben in die bewundernswerte Künstlerwelt des Niederländers einzutauchen. Licht und Schatten werden in fast dramatischer Perfektion in den zahlreichen Portraits gezeigt, „detailversessen in passende Interieurs platziert und somit in ein geradezu spirituelles Licht gesetzt.“

Der Flyer ergänzt wie folgt: „Anfang der 1630er Jahre zieht es ihn von Leiden nach Amsterdam. Hier wird aus seiner Könnerschaft eine Meisterschaft. Schnell steigt er zum bestbezahlten Maler der Niederlande auf. Seine Strahlkraft steckt nicht nur in den eigenen Gemälden, Radierungen und Zeichnungen, sondern auch in den Werken seiner Schüler wie Lievens, Flinck und Bol und seiner Kollegen, die ihm nacheifern.“

Aber das Leben Rembrandts verlief nicht nur in goldenen Bahnen. Während seines dramatischen Künstlerlebens verstarb seine von ihm so geliebte Ehefrau Saskia 1642 nach achtjähriger Ehe an Schwindsucht. Drei Töchter starben in dieser Zeit im frühen Kindesalter, und der 1641 geborene Sohn Titus lebte auch nur 27 Jahre. Im Jahre 1653 geriet Rembrandt in finanzielle Schwierigkeiten, hatte sich wohl mit seinem Vermögen verspekuliert und musste Insolvenz beantragen. Sein Haus und seine Sammlungen wurden verkauft. Dennoch hat er sich aus dieser Misere wieder hervorgearbeitet und mit dem Bild der „Staalmeesters“, der Stempelmacher, seine Rückkehr in die Künstlerwelt 1661 mit neuer Schaffenskraft gestartet.

Am 04. Oktober 1669 nahm der Tod ihm dann Pinsel und Radiernadel aus der Hand.



Demenz – „Ohne Geist“

„Ohne Geist“, so lautet eine wörtliche Übersetzung des Begriffes Demenz. Die Demenz ist jedoch weit mehr als eine einfache „Gedächtnisstörung“. Häufig kommt es im Krankheitsverlauf auch zu Störungen der Aufmerksamkeit, der Sprache, des Auffassungs- und Denkvermögens, sowie der zeitlichen und räumlichen Orientierung.

Warnsignale könnten sein:

- Vergessen kurz zurückliegender Ereignisse
- Schwierigkeiten, gewohnte Tätigkeiten auszuführen
- Sprachstörungen
- Nachlassendes Interesse an Arbeit, Hobbies und sozialen Kontakten
- Schwierigkeiten, sich in einer fremden Umgebung zurechtzufinden
- Fehlender Überblick über finanzielle Angelegenheiten
- Fehleinschätzungen von Gefahren
- Ungekannte Stimmungsschwankungen, andauernde Ängstlichkeit, Reizbarkeit oder Misstrauen
- Hartnäckiges Abstreiten von Fehlern

Die Erstdiagnose wird meist von Hausärzten gestellt. Sie sollten dann aber zur weiteren Einschätzung einen Neurologen oder Psychiater hinzuziehen.

Es gibt in der Gemeinde Greifath zahlreiche Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz, aber auch Entlastungsangebote für pflegende Angehörige.

- Beratung (z.B. durch das gerontopsychiatrische Zentrum der LVR Klinik, oder den Pflegestützpunkt und die Wohnberatung vor Ort)
- Schulungen für Angehörige von Menschen mit Demenz
- Gesprächsgruppen für Betroffene und Angehörige
- Tagespflege
- Stundenweise Betreuung in der Häuslichkeit
- 24-Stunden Betreuung
- Kurzzeit- und dauerhafte vollstationäre Pflege
- Hauswirtschaftliche Hilfen und Mahlzeitendienste
- Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz
- Begegnungsangebote für Menschen mit Demenz und deren Angehörige (z. B. Demenzcafés)
- Sport- und Bewegungsangebote für Menschen mit Demenz
- Technische Hilfsmittel
- Veranstaltungen, die in besonderer Weise für Menschen mit Demenz geeignet sind (z. B. Veranstaltungen des Demenz Netzwerkes Greifath)

An jedem 4. Mittwoch im Monat ist im Quartiersbüro Oedt, Hochstraße 53 - im **"Café Zeitlos"** - von 15 bis 17 Uhr ein offenes Angebot für Demenzkranke und deren Angehörige; Anmeldung dafür ist erwünscht.

Wir beraten Sie zu allen Fragen rund um das Thema Pflege und Alter
Sprechzeiten des Pflegestützpunktes:

Montag	14.00 bis 17.00 Uhr	im Grefrather Rathaus, Zimmer 51
Dienstag	9.00 bis 12.00 Uhr	im Pflegestützpunkt im Oedter Rathaus
Mittwoch	14.00 bis 16.00 Uhr	im Pflegestützpunkt im Oedter Rathaus
Donnerstag	9.00 bis 12.00 Uhr	im Pflegestützpunkt im Oedter Rathaus

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Anja Dammer

Ewa Majdzinska-Otto

Tel.: 02158/4080-508 oder -509

Mobil: 0157-88617241

E-mail: pflegeberatung@grefrath.de

47929 Grefrath-Oedt,

Johannes-Girmes-Straße 21, Erdgeschoss



Älter werden in Balance



Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) entwickelt seit 2014 das Präventionsprogramm „Älter werden in Balance“, das ältere Menschen darin unterstützt, ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden durch mehr körperliche Aktivität möglichst lange zu erhalten. Denn das Risiko, von den typischen altersbedingten Krankheiten betroffen zu sein, ist für bewegungsaktive Menschen deutlich geringer. Regelmäßige körperliche Aktivität hält das Herz-Kreislaufsystem sowie das Gehirn in Schwung und steigert das allgemeine Wohlbefinden.

Eine Webseite informiert über das Thema Bewegung im Alter. Dabei werden ältere Menschen gleichermaßen angesprochen wie Angehörige, Institutionen und Organisationen. Die auf „Älter werden in Balance“ bereitgestellten Informationen sind wissenschaftlich belegt und qualitativ geprüft.

Auch eine „Bewegungspackung“ wurde dazu entwickelt: Eine kleine Schachtel mit 25 Karten, mit Übungen, die aus dem Alltags-Trainings-Programm (ATP) entnommen sind, und die Motivation und Anregung zu Bewegungen bieten.

- Die Übungen sind leicht in den Alltag integrierbar
- Es werden keine Sportgeräte oder Sportkleidung benötigt
- Die Übungen machen nicht nur alleine, sondern auch in der Gruppe Spaß
- Die Übungen können überall durchgeführt werden (z.B. zu Hause, im Park)



Ein persönliches kostenloses Exemplar der **Bewegungspackung** können Sie im Internet bestellen; nähere Informationen dazu finden Sie unter www.aelter-werden-in-balance.de.

Zu Gast bei der Besuchsgruppe

Die Gruppe „Besuchsdienst“ wurde im August 2015 gegründet und ist seitdem ein sehr aktiver Part im Kreis der über 30 Gruppen von „Älterwerden in der Gemeinde Grefrath e.V.“

Seit dieser Zeit gibt es alleinstehende Senioren in der Gemeinde Grefrath, die sich über regelmäßige Besuche der Damen des Teams freuen.

Bei diesen Treffen wurde die Besuchsgruppe oft zwangsläufig mit Fragen zum Thema „Pflege“ konfrontiert. Jetzt fand man es an der Zeit, einmal „Licht ins Dunkel“ zu bringen.

Im Februar wurde Frau Dammer, die bei der Gemeinde Grefrath für die Pflegeberatung tätig ist, zum turnusmäßigen Gruppentreffen eingeladen. Sie beantwortete gerne alle Fragen, die aus dem Kreis der Gruppe gestellt wurden.

Wir möchten ihr dafür sehr herzlich danken!



Text und Foto: Besuchsgruppe

Ein ganz normaler Tag?

Es ist Freitag. Für viele der wichtigste Tag für den Wochenendeinkauf. Ausgestattet mit Einkaufsbeutel oder Einkaufstaschen, wegen des Umweltschutzes natürlich keine Plastikbeutel, geht es los zum nächsten Einkaufsmarkt. Einkaufen soll bekanntlich Spaß machen – ist aber häufig stressig. Mit dem gefüllten Warenkorb oder Wagen geht es schließlich zur Kasse.



Die gekauften Artikel aufs Band, bezahlen und die Ware einpacken, das alles geschieht oft unter Zeitdruck.

Voll bepackt geht es nach Hause. Vor der Haustür beginnt die Suche nach dem Haustürschlüssel. Fehlanzeige, er ist nicht in der Tasche. Er liegt in der Wohnung. Das darf doch nicht wahr sein!

Wer für dieses Missgeschick richtig vorgesorgt hat, hat damit kein Problem. Der bei den Nachbarn oder bei Verwandten oder Bekannten hinterlegte Ersatzschlüssel löst das Problem.

Wer nicht vorgesorgt hat, sollte die folgenden Informationen lesen und beachten. Klar ist auf jeden Fall, ohne fachliche Hilfe geht es nicht. Und diese bieten Schlüsseldienste an.

Suchen Sie einen nahen Schlüsseldienst, möglichst vor Ort. Die *Gelben Seiten* verweisen auf geprüfte Schlüsseldienste. Erfragen Sie Preise und Notrufnummern außerhalb der Geschäftszeiten. Bei einem unbekanntem Dienst erfragen Sie den festen Endpreis. Holen Sie einen Zeugen zur Öffnung hinzu.

Leider wird der gute Ruf seriöser Schlüsseldienste durch Abzocker beschädigt.

Hierzu ein aktuelles Beispiel:

Frau Unbekannt steht draußen. Sie sucht per Handy einen lokalen Schlüsseldienst. Statt die Tür einfach zu öffnen, bohrt der Monteur den Zylinder auf und verlangt für Arbeit und Material je ca. 500 €. Rechnungsadresse eine fingierte Firma in einer weit entfernten Stadt.

Der ortsübliche reguläre Preis läge bei ca. 140 €.



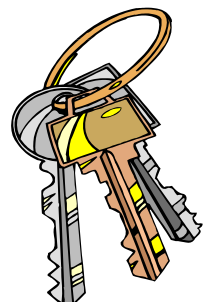
Foto: Internet

Auf jeden Fall sollten Sie nicht zu viel bezahlen. Bezahlt werden muss, aber nur ein angemessener Preis für die erbrachte Leistung. Gerichte gehen von maximal etwa 110 bis 250 € aus, je nach Region und Tageszeit.

Im Internet unter „test.de/schlossauf“ finden Sie weitere Tipps, wie Sie sich gegen Abzocke wehren.

Fazit:

Auch wenn Sie nur kurz vor die Tür gehen, immer den Schlüssel mitnehmen, denn durch einen Windzug kann die Tür zuschlagen.



Gruppen und Gruppensprecherinnen bzw. -sprecher im Überblick

	Ansprechpartner	Termine	Treffpunkte
Besuchsgruppe	Wita Wehlings Tel. 911579	nach Absprache	Treffpunkt Älterwerden
Botanikgruppe	Irmgard Vohwinkel Tel. 02162 70520	2. Mittwoch im Monat 15:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Bügelgruppe	Werner Niehues Tel. 952793	2. Dienstag im Monat ab 15:00 Uhr	Freilichtmuseum
Computergruppe	Hans-Josef Hegger Tel. 5298	jeden Donnerstag 14:00 – 18:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden Computerraum
Fotogruppe	Hans-Josef Hegger Tel. 5298	jeden Mittwoch 10:00 – 12:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Kegelgruppe 1	Winfried Schnabel Tel. 3986	monatlich	Alt Grefrath
Kegelgruppe 2	Angelika Schwartz Tel. 800178	alle vier Wochen freitags	Alt Grefrath
Kochgruppe 1	Norbert Finken Tel. 5672	1. Dienstag im Monat 15:00 Uhr	Grundschule Oedt
Kochgruppe 2	Christel Dollen Tel. 3513	1. Dienstag im Monat 15:00 Uhr	Sekundarschule Burgweg, Grefrath
Kreativgruppe	Erika Erdenberger Tel. 4378	letzten Donnerstag im Monat ab 14:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Kulturgruppe	Andreas Petirsch, Tel. 3867	1. Freitag im Monat 16:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Malgruppe 2	Angela Buckenhüskes Tel. 1366	jeden Freitag 09:15 – 12:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Malgruppe 3	Margret Zartingen Tel. 4041877	jeden Donnerstag 10:00 – 13:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Mundartgruppe	Renate Goebbels Tel. 5860	1. Dienstag im Monat 15:00 – 17:00 Uhr	Altenzentrum Oedt
Patchworkgruppe 1	Alice Weber Tel. 2621	alle zwei Wochen dienstags (abwechselnd mit Gruppe 2) 09:00 – 12:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Patchworkgruppe 2	Marion Gatzen-Lucht Tel. 911807	alle zwei Wochen dienstags (abwechselnd mit Gruppe 1) 09:00 – 12:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Qi Gonggruppe	Mechtild Vohwinkel Tel. 400759	jeden Mittwoch 17:15 – 18:15 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Radgruppe 1	Hans Jörg Evers Tel. 6764	3. Dienstag im Monat	Bahnhof Mülhausen bzw. Rathaus Grefrath
Radgruppe 2	Mia Nentwich Tel. 3350	1. Dienstag im Monat	Flugplatz Niershorst

Rad- gruppe 3	Gerd Gras Tel. 692981	1. Donnerstag im Monat	Bahnhof Mülhausen und Rathaus Grefrath
Rad- gruppe 7	Hermann Josef Wiene Tel. 5446	2. Dienstag im Monat	Bahnhof Mülhausen
Schwimm- gruppe	Herta Tophoven Tel. 4337	jeden Dienstag 11:30 Uhr	Hallenbad bzw. Freibad Grefrath
Senioren- Zeitung	Hartmut Renz Tel. 5951	nach Absprache	Treffpunkt Älterwerden
Singkreis	Georg Voirin Tel. 9297510	2. u. 4. Freitag im Monat 14:30 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Skatgruppe	Helmut Heffungs Tel. 800695	2. Dienstag im Monat ab 15:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Spiele- gruppe 1	Waltraud Schmitz Tel. 6079	mittwochs alle 14 Tage 14:30 – 18:00 Uhr	Ev. Gemeinderäume Oedt, Bergweg 2
Spiele- gruppe 2	Erika Schwenke Tel. 408877	2. u. 4. Freitag im Monat 14:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Spiele- gruppe 3	Ursula Scholz Tel. 6188	1. u. 3. Donnerstag im Monat ab 14:00 Uhr	Altenzentrum Oedt
Sprachgruppe Englisch 1	Hanne Priebe Tel. 3902	jeden Montag 09:30 – 11:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Sprachgruppe Englisch 2	Hugh Norman Tel. 404828	jeden Montag 11:15 – 12:45 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Sprachgruppe Französisch	Barbara Holstein Tel. 5725	mittwochs alle 14 Tage 15:00 – 16:30 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Sprachgruppe Niederländisch	Winfried van Hoof Tel. 6294	mittwochs 09:30 – 11:00 Uhr	Treffpunkt Älterwerden
Walking- gruppe	Ingrid Conrad Tel. 3830	mittwochs und freitags 10:00 Uhr	Sekundarschule Burgweg, Grefrath
Wander- gruppe	Albert Meurer Tel. 2696	2. Donnerstag im Monat 13:00 Uhr	Parkplatz Alter Friedhof

Impressum:

Herausgeber: „Älterwerden in der Gemeinde Grefrath e.V.“ www.aelterwerden-grefrath.de
Am Schwarzen Graben 3 47929 Grefrath

Vorsitzender: Georg Voirin Am Graben 14 47929 Grefrath Tel. 02158 9297510

Unser Spendenkonto: IBAN DE06 3205 0000 0002 0039 60 SWIFT-BIC: SPKRDE33

Redaktionsteam: Dorothea Hooge, Waltraud Schmitz, Winfried Hüren, Hugh Norman, Hartmut Renz

Berichte per Email an: Hartmut.Renz@gmx.net

Titelfoto: Hajo Hegger, Fotogruppe

Druck: HPZ Werkstatt „Impuls“, Kempen

Beiträge in dieser Ausgabe von: A. Buskenhüskes, A. Dammer, D Hooge, W. Hüren, H. Renz, W. Schmitz

Die Redaktion behält sich vor, Beiträge redaktionell und sinngemäß zu bearbeiten und/oder zu kürzen.

Redaktionsschluss für die 63. Ausgabe ist am 27.5.2020

Neues vom „Klatschmohn“

Die **Malgruppe 2** hat wieder einmal fleißig vor ihren Staffeleien gesessen und gestanden, um in diesem Jahr erneut zwei interessante Ausstellungen mit ihren Meisterwerken zu bestücken und um zu zeigen, was mit Farbe und Pinsel gezaubert werden kann.



Gemälde von Keiko Kirsch

In der Biologischen Station Krickenbecker Seen sind vom 03. Februar bis zum Mai Tier-, Pflanzen- und Landschaftsbilder vom Niederrhein in Aquarell gerahmt und in Acryl auf Leinwand von sechs Künstlern der Malgruppe zu bestaunen und bei Gefallen auch zu erstehen.

Im Lobbericher Krankenhaus werden im Mai und Juni ebenfalls Bilder der Malgruppe gezeigt. Hier werden die Themen sehr unterschiedlich sein. Es werden Stillleben und Landschaftsbilder zu sehen sein. Tiere und Menschen sind in Bildern dargestellt, und Abstraktes in Aquarell und Acryl darf nicht fehlen.

Alle Mitglieder der Malgruppe erhoffen sich ein lebhaftes Interesse an ihren Werken in den beiden Ausstellungen und sind auf die Reaktionen der Besucher sehr gespannt.



von links: May Vossen, Therese Roberg, Günther Mietz, Angela Buckenhüskes

Achtung Aufnahme!

Immer mehr Menschen fotografieren sich mit einem Kunstwerk im Hintergrund – möglichst so, dass sie wie ein Teil des Werkes sehen.

Ist das überhaupt rechtlich erlaubt? Und wie sieht es mit Kunstwerken in einem Park oder auf einem öffentlichen Platz aus?

Zunächst ist das gesetzliche Urheberrecht zu beachten. Dazu erläutert Frau Michaela Rassat, Juristin der D.A.S. Rechtsschutz Leistungs-GmbH die rechtlichen Grundlagen:

Das Gesetz erlaubt Selfies und Fotos von Ausstellungsstücken, solange diese ausschließlich privaten Zwecken dienen oder als Bilder in der Wohnung aufgehängt werden oder auf dem Handy den Freunden gezeigt werden.

Sobald diese aber in den sozialen Netzen hochgeladen werden, müssen der Künstler oder dessen Erben um Erlaubnis gebeten werden. Ist der Künstler jedoch schon vor 70 Jahren verstorben, so ist das Urheberrecht erloschen.

Aber nicht nur das Urheberrecht ist relevant, sondern auch das Hausrecht ist zu beachten. Das bedeutet, dass selbst bei einer Ausstellung eines längst verstorbenen Künstlers beim Veranstalter nachgefragt werden sollte, ob das Handy oder die Kamera gezückt werden darf. Denn Museen und Galerien dürfen in ihren eigenen Räumen entscheiden, ob sie Fotos oder Videoaufnahmen zulassen oder nicht.

Meist ist dies erlaubt, aber ohne Selfie-Stick und Stativ, denn dies sind sperrige Gegenstände.

Im Gedränge der Besucher besteht die Gefahr, dass ein Kunstwerk damit beschädigt werden könnte. Blitzlicht – und besonders mit älteren Geräten – ist eine Gefahr für lichtempfindliche Kunstwerke und ist daher auch verboten. Ein weiterer Grund eines Fotoverbots kann sein, dass der Leihgeber eines Kunstwerkes dies zur Bedingung seiner Herausgabe gemacht hat.

Bei Kunstwerken unter freiem Himmel ist das Fotografieren kein Problem, so die D.A.S. Expertin, denn „In Deutschland gilt die sogenannte Panoramafreiheit!“

Diese Freiheit erlaubt es jedem, von öffentlichen Straßen aus Fotos von Gebäuden und Denkmälern zu schießen und diese ohne Zustimmung des Urhebers zu veröffentlichen – somit auch im Internet.

Dies gilt zumindest für Außenaufnahmen von öffentlichen Flächen aus. Hilfsmittel wie Drohnen oder Leitern sind allerdings wieder verboten.

Auch mit dem Selfie-Stick über eine Hecke oder einen Zaun zu fotografieren, ist nicht zulässig.

Im europäischen Ausland ist die Panoramafreiheit sehr oft abweichend geregelt oder gar nicht vorhanden, wie zum Beispiel in Italien.

Hier ist jede Veröffentlichung, also auch das Hochladen des Bildes in einem sozialen Netzwerk unzulässig. Es kann sehr gut möglich sein, dass bei Nichtbeachten des Verbotes mit deftigen Abmahnungen zu rechnen sein kann.

Wegweiser durch die digitale Welt

Das Internet ist für die meisten aus ihrem Alltag nicht mehr wegzudenken. Und doch sind ca. zwölf Millionen Menschen in Deutschland noch offline – die meisten von ihnen 50 Jahre und älter.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen BAGSO hat nun einen kostenlosen „Wegweiser durch die digitale Welt – für ältere Bürgerinnen und Bürger“ herausgegeben. Dieser Wegweiser ist ein leicht verständlicher Ratgeber und zeigt auf anschauliche Weise, welche unterschiedlichen Wege ins Internet führen.

Er gibt einen Überblick über die Möglichkeiten des Internets und beantwortet zahlreiche Fragen, wie zum Beispiel:

- Wie halte ich online den Kontakt zu meiner Familie?
- Wie kaufe ich im Internet eine Fahrkarte oder buche eine Reise?
- Wie bewege ich mich sicher im digitalen Netz?

In der Neuauflage des Wegweisers finden sich erstmals Kapitel zu den Themen „Digitaler Nachlass“ und „Unterhaltung im Netz“.

Die Neuauflage des 2008 erstmals erschienenen Wegweisers wurde vom Bundesministerium für Verbraucherschutz (BMJV) unterstützt und liegt in einer Auflage von 200.000 Exemplaren vor. Die Broschüre ist kostenlos über den Publikationsversand der Bundesregierung per Post zu bestellen: Postfach 48 10 09 in 18132 Rostock oder per E-Mail: publikationen@bundesregierung.de

Der Ratgeber kann auch als PDF Dokument heruntergeladen werden unter: www.bagso.de/publikationen/ratgeber/wegweiser-durch-die-digitale-welt, und er ist auch als Hörversion zu bestellen.

Die BAGSO vertritt mittels ihrer 120 Mitgliedsorganisationen viele Millionen ältere Menschen in Deutschland und wirbt für ein möglichst gesundes, aktives und engagiertes Älterwerden.



Quelle und Logo: bagso

Umtausch der Führerscheine

Laut einer EU-Richtlinie müssen alle Führerscheine, die vor Mitte Januar 2013 ausgestellt worden sind, bis spätestens zum 19. Januar 2033 umgetauscht werden. Dieser Umtausch betrifft viele Autofahrer, die schon seit vielen Jahren mit ihren bis dato gültigen Dokumenten unterwegs sind. Es handelt sich um 15 Millionen Papierführerscheine aus der Zeit bis 1998 und weitere 28 Millionen Plastikkarten, die zwischen Januar 1999 und 2013 ausgestellt wurden.

Hierzu gelten folgende Umtauschfristen:

<u>Geburtsjahr</u>	<u>Umtausch bis</u>
vor 1953	19.01.2033
1953 – 1958	19.01.2022
1959 – 1964	19.01.2023

Für Führerscheine, die ab dem 01.01.1999 ausgestellt worden sind, ist das Ausstellungsjahr maßgeblich:

<u>Ausstellungsjahr</u>	<u>Umtausch bis</u>
1999 – 2001	19.01.2026
2002 – 2004	19.01.2027
2005 – 2007	19.01.2028
2008	19.01.2029
2009	19.01.2030
2010	19.01.2031
2011	19.01.2032
2012 – 18.01.2013	19.01.2033

Für den Umtausch sind ein biometrisches Passfoto, der aktuelle Führerschein sowie der Personal- oder Reisepass notwendig. Kosten für den neuen Ausweis: 25 Euro. Wer sich an diese Fristen nicht hält und mit einem alten Führerschein erwischt wird, muss mit einem Verwarnungsgeld von 10 Euro rechnen.

Niemand muss befürchten, durch den Umtausch seine Fahrerlaubnis zu verlieren. Dies ist rechtlich gar nicht möglich. Der neue Führerschein ist nur 15 Jahre gültig – er wird laut ADAC ohne Prüfung und Gesundheitsuntersuchung ausgestellt.

Mit dem Umtausch werden die alten Fahrklassen neu geregelt. Grundsätzlich geben die kleinen aufgedruckten Zahlen im neuen Führerschein Auskunft über Einschränkungen oder Erweiterungen. Eine Übersicht zu den Zahlen hat der ADAC online in einer Liste zusammengestellt.



Info und Foto: ADAC

Hasentörtchen

250 g Butter oder Margarine
200 g Zucker
1 Prise Salz
4 Eier

Abrieb von 1 unbehandelten Zitrone
200 g Mehl
100 g Speisestärke
1 gestr.TL Backpulver

schaumig rühren
unterheben
dazu

nach und nach
unterrühren

zufügen
sieben, zusammen mit

" und

" und nach und nach unterrühren



2 Papierförmchen ineinanderstecken und auf ein Backblech stellen.

Teig in die Förmchen verteilen; im vorgeheizten Backofen ca. 20 - 25 Minuten bei 175° backen.

--

Inzwischen 50 g Puderzucker mit 4 EL Saft der ausgepressten Zitrone glattrühren. Die noch warmen Törtchen mehrfach mit einem Holzspießchen einstechen und mit dem dünnen Guss mehrfach beträufeln.

--

Für die Ohren 175 g Marzipanrohmasse mit 60 g Puderzucker und 1 TL Kakao verkneten, zwischen Folie nicht zu dünn ausrollen und 16 Paar Ohren ausschneiden.

--

150 g Puderzucker, 2 EL Zitronensaft und 1 EL heißes Wasser verrühren und die Hälfte der Törtchen damit bestreichen und trocknen lassen.

--

Restlichen Zuckerguss in drei Portionen teilen; eine mit Lebensmittelfarbe rosa und eine mit etwas Kakao braun färben; das restl. Drittel mit Puderzucker noch etwas dicker machen.

--

Ohren auf die Törtchen setzen, evtl. mit kleinen Holzspießchen von hinten stützen.

Ohren mit rosa und weißem Guss bestreichen, mit braunem und weißem Guss Augen auf die Törtchen malen.

Barthaare und Näschen mit brauner und roter Zuckerschrift auftragen.

Zum Schluss Pupillen mit brauner Zuckerschrift oder weißem Guss vorsichtig auftragen.



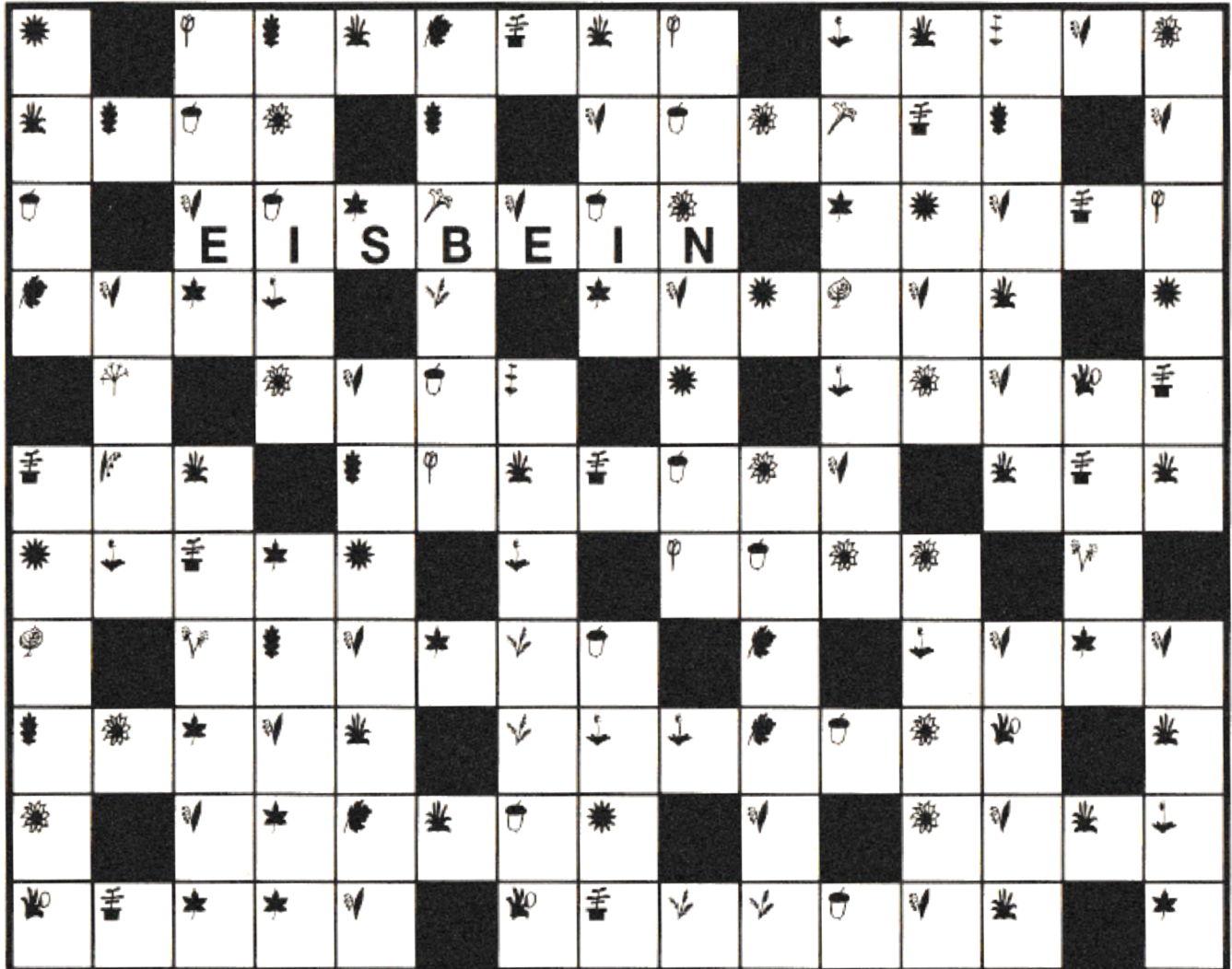
Auf Ihrem Buffet für den Osterbrunch bestimmt ein hübscher Hingucker!



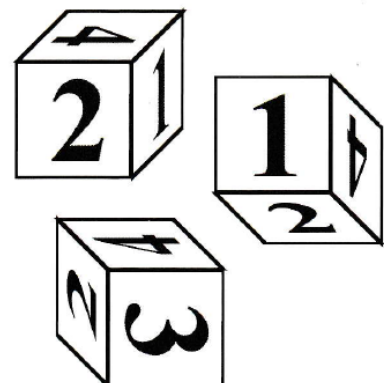
*Wir wünschen allen Leserinnen
und Lesern eine schöne Osterzeit!*

Das Umwandeln – Rätsel

Wandeln Sie alle Bilder in Buchstaben um. Gleiche Bilder bedeuten gleiche Buchstaben. Tragen Sie bitte alle gefundenen Buchstaben gleich in den Symbolschlüssel ein.



Die drei Darstellungen zeigen ein und denselben Würfel aus unterschiedlichen Perspektiven, wobei alle sechs Seiten zu sehen sind. Welche Zahl liegt demnach der 3 gegenüber?



Der 3 gegenüber liegt die 1

Auch schon mal erlebt?

Da kommt einem eines schönen Tages ein Brief ins Haus geflattert, über dessen Inhalt man sich mächtig ärgert. Es stehen nämlich Dinge, Sachverhalte, Mahnungen oder ähnlich Ungerechtfertigtes drin, die zu einem sofortigen Widerspruch zwingen.

Man schreibt, mailt oder telefoniert, um die falschen oder nicht berechtigten Dinge zurecht zu rücken. Und was passiert? Erst einmal gar nichts, denn die Gegenseite bedingt sich zunächst einmal Zeit aus für eine Überprüfung, eine Stellungnahme oder Gegendarstellung. Man werde zu gegebener Zeit auf die Angelegenheit zurückkommen.

Nun haben Behörden, Ämter, Inkassobüros, Lieferanten etc. unterschiedliche Auffassungen von „Zeit für eine Überprüfung“, aber endlich hat der Postbote die erwartete Antwort in den Briefkasten geworfen. Und was steht drin in dem im Computer gespeicherten Routineschreiben?

„Nach Überprüfung des Sachverhaltes haben wir leider feststellen müssen, dass:

- Ihre Zahlung vom System falsch verbucht wurde,
- Ihre Absage/Kündigung zum Zeitpunkt der Schriftlegung unseres Schreibens der zuständigen Abteilung aus nicht zu klärenden Gründen noch nicht vorlag,
- wir umgehend eine Richtigstellung der Angelegenheit veranlassen werden,
- wir bedauerlicherweise einen Fehler im computergesteuerten System feststellen müssen,
- und so weiter und so fort.

Eine im Computer gespeicherte Antwort kennt das Wort „**Entschuldigung**“ nicht! Steckt in diesem Wort doch der Ausdruck „Schuld“ drin, und die will keiner haben oder zugeben. Drum wird in keinem juristischen Schreiben je das Wort Entschuldigung zu finden sein.

Dafür wird „Bedauern“ ausgedrückt, manchmal auch „aufrichtiges Bedauern“. Abgeschwächt kommt ein „leider“ daher. Zuweilen ist ein emotionsloses „Richtig ist, dass...“ zu lesen.

Es ist wahr, dass im digitalen Zeitalter kein Angestellter oder Beamter mit Hemdsärmelschonern hinter Bergen von Papier sitzen muss, aber bedeutet es heutzutage denn so viel Mühe, einen Text einzuspeichern, der so etwas wie persönliche Betroffenheit ausdrückt. Dann könnte man den „freundlichen Grüßen“ auch tatsächlich trauen...

Die Nierswanderer

Die „Nierswanderer“ trafen sich traditionell zum Neujahrs-Essen. Es ging wie immer lustig zu. Erinnerungen von vergangenen Wandertagen wurden ausgetauscht.

Diesmal trafen sich alle, auch die sich lange nicht gesehen hatten. Es war ja schließlich ein besonderer Abend; Theo Geurts verabschiedete sich als Gruppensprecher. Viele Jahre hat er die Gruppe geleitet und alle waren mit ihm sehr zufrieden.



Dafür bekam er eine Urkunde und wurde als „Ehren-Wanderführer“ ernannt.

Ein geschmückter Stock wurde ihm für die „alten Tage“ überreicht.



Zum Glück bleibt die Gruppe nicht führerlos, Albert Meurer hat sich bereit erklärt, die Führung zu übernehmen, was herzlich begrüßt wurde. Er hatte schon oft mit Theo gemeinsam die Wanderstrecken ausgesucht. Das wird sich auch hoffentlich fortsetzen, denn Einigkeit macht stark!

Fotos: Marlies Meurer

Eine unvergessliche Nikolaus-Feier

Wie schon seit Jahren bei der Kegelgruppe „Die Silberpudel“ traditionell, gab es am 9. Dezember 2019 im Treffpunkt „Älterwerden“ in Oedt eine Weihnachtsfeier.

Es war wieder einmal sehr gut organisiert von Angelika, der Gruppensprecherin. Jeder trug dazu bei, das Fest durch seine Mitbringsel und gute Laune zu einer besonderen Feier zu gestalten.



Foto: Inge Koll


Die Tische wurden festlich geschmückt, es wurde reichlich aufgetischt. Da gab es selbstgebackenes Schwarzbrot, Weckmänner und Stutenkerle mit Rosinen, Stollen, Kuchen, Marmelade, Nüsse, Sekt und Liköre. Die Frauen bekamen auch noch handgemachten Halsschmuck.

Diesmal kam sogar eine „himmlische Botschaft“, zwei Engel in Vertretung des leider erkrankten Nikolaus. Es wurde keiner bei der Bescherung vergessen. Natürlich fehlten auch die Musik und Weihnachtsgeschichten nicht.

Es war ein sehr schöner Nachmittag!

Durch diese **Sponsoren** werden wir unterstützt, und sie ermöglichen es uns somit, dreimal im Jahr diese Zeitschrift „**Die Brücke**“ drucken zu lassen.

Vielen Dank dafür!

AXA Generalvertretung
Versicherungsbüro Hegger GmbH
Maßstäbe / neu definiert 

Versicherungsbüro Hegger
Deversdonk 16, Grefrath



Toni's Bauerncafé
Tetendonk 130, Grefrath

HUBERTUS APOTHEKE
...gesund sein, gesund bleiben, gesund werden!
Hubertus-Apotheke Alice v. Laguna
Markt 11, Grefrath



Sparkasse Krefeld
Sparkasse Krefeld
Gesch. Stellen Grefrath und Oedt




Bauernmetzgerei Erkens
Oedter Str. 93, Kempen



Auffelder Bauerncafé
Auffeld 26, Grefrath



Friseur CUT 74
Kirchengarten 10, Grefrath



FABRI & REUTER
Hohe Str. 18, Grefrath




Metallbau Göbel
Pastoratshof 17, Grefrath

niedertorapotheke
Niedertor-Apotheke Axel Schulte
Niedertor 3, Grefrath



Volksbank
Kempen-Grefrath eG
Volksbank Kempen-Grefrath
Gesch. Stellen Grefrath und Oedt



Reisebüro Grefrath
Inh. J. Heggerts, Grefrath
Wankumer Str. 1, Grefrath




Autolackiererei Steinforth
Pastoratshof 19, Grefrath




Café und Festsaal Haus Milbeck
Koul 4, Nettetal



Guido Krahmer-Moellenberg
Albert-Mooren-Allee 61, Grefrath



VOBA IMMOBILIEN eG
Martini Weyers, 02152-1492148
 www.vobaimmo.de



Marien-Apotheke
Hohe Str. 15, Grefrath
02158 2346
Mitten im Herzen von Grefrath



Physiotherapie Laleike
Oststraße 9, Grefrath



Optik Barbara Krechel
Kirchplatz 13, Grefrath

LA BIOSTHETIQUE®
PARIS
AYSE BERDIBEY Hair & Make-Up
Salon AYSE BERDIBEY
Hohe Straße 21a, Grefrath



Karosserie- & Lackprofi
Süchtelner Str. 20, Grefrath



AlbertMoorenHalle
Die Veranstaltungs & Eventhalle im Herzen von Oedt
Niedertor 8, D - 47929 Grefrath