



MAGAZIN

Altpapier
Ausgabe 2/2018

des Seniorenbeirats

Informationsveranstaltung

Am Mittwoch, 12. September, 17 bis 19 Uhr, findet in der Familienbildungsstätte Bergisch Gladbach, Laurentiusstr. 4-12, Tel. 02202-936390, eine öffentliche Informationsveranstaltung statt. **Thema:** Konfliktfrei vererben! Geht das überhaupt?

Kulturwoche

Viele Angebote für Seniorinnen und Senioren in der Zeit vom 8. bis 16. September. Neun Tage lang lädt die Veranstaltungsserie mit unterschiedlichsten Themen ein, Neues zu entdecken. Die Gesamtkoordination liegt beim Kulturbüro und Seniorenbüro der Stadt Seite 16

Die starken Frauen der Familie Zanders

von *Manfred-Walter Kautz* - Was sind das für Frauen, die 2017 und 2018 in einer Ausstellung „Lobpreis der Weiblichkeit“ im Kulturhaus Zanders, in Publikationen im Rheinisch-Bergischen Kalender sowie in verschiedenen Vorträgen in den Blickpunkt der Öffentlichkeit gerückt wurden?

Es sind fünf Frauen, deren Lebenszeit insgesamt mehr als zweihundert Jahre umfasst. Eine Zeit, die durch etliche Kriege, darunter zwei Weltkriege geprägt war, die die Welt veränderten und in ihr Leben eingriffen. Es war eine Zeit der indus-



Das Bild zeigt die starken Frauen der Familie Zanders. Oben von links: Anna Zanders, Maria Zanders, Olga Zanders und Renate Zanders. Unten von links: Anna Zanders, Julie Zanders und Maria Zanders

Quelle: Manfred-Walter Kautz

Julie Zanders
geborene Müller (1804 – 1869)

Maria Zanders
geborene Johanny (1839 – 1904)

Anna Zanders
geborene Siemens (1858 – 1939)

Olga Zanders
geborene Peltzer (1861 – 1946)

Renate Zanders
geborene von Hake (1913 – 2011)

triellen Entwicklung mit weltweit wirtschaftlichen und politischen Veränderungen.

Es war eine Zeit, die für jede von ihnen Schicksalsschläge bereithielt, sowie vorausschauende unternehmerische Tatkraft und Verantwortung für die Familie wie auch für das Familienunternehmen forderte. Alle fünf Frauen verloren früh ihre Männer. Ihre Witwenzeit betrug jeweils mehr als dreißig Jahre. Nach

dem frühen Tod ihrer Männer entschieden sich alle, das Familienunternehmen, dem auch die Stadt Bergisch Gladbach viel zu verdanken hat, fortzuführen und damit ihren Kindern zu erhalten.

Allen fünf Frauen gebührt Anerkennung und Ehrerbietung für ihr unternehmerisches und kulturelles Wirken, ihre soziale und ethische Ausrichtung, ihr Mäzenatentum – ihre Lebensleistung!

Kulturwoche für Seniorinnen und Senioren

Viele Angebote vom 8. bis 16. September 2018

von Petra Weymans

Am Samstag, 8. September, startet die 6. Kulturwoche für Senioren und Seniorinnen in Bergisch Gladbach. Neun Tage lang lädt die Veranstaltungsserie mit unterschiedlichsten Themen ein, Neues zu entdecken: (Mit-sing-)Konzerte, Vorträge, Lesungen, Ausstellungen, Führungen, Tanz, Theater, PC-, Smartphone- und Tablet- Workshops, kreative und sportliche Aktivitäten – und das ist noch längst nicht alles!

Die Gesamtkoordination liegt beim Kulturbüro und Seniorenbüro der Stadt Bergisch Gladbach.

Viele Angebote sind kostenfrei, einige Anbieter bitten um vorherige Anmeldung. Das ausführliche Programm liegt ab Mitte Juli aus und ist im Internet einsehbar unter <http://www.bergischgladbach.de/seniorenkulturwoche.aspx>.

Auch der Seniorenbeirat der Stadt Bergisch Gladbach ist mit vielen Angeboten dabei:

Am Dienstag, 11. September, 10 Uhr: „Ausflug zum Gasometer nach Oberhausen“

Die Ausstellung „Der Berg ruft“ zeigt die Vielfalt dieser außergewöhnlichen Welt, erzählt von der Faszination der Berge auf uns Menschen mit einzigartigen Filmausschnitten und Fotos. Anschließend kurzer Spaziergang zum Einkaufszentrum Centro mit vielen Möglichkeiten zum Einkehren und Shoppen.

Weitere Informationen: Mittendrin / Tel. 02202 - 18 90 60 / mittendrin@caritas-rheinberg.de oder Gisela Biesenbach / Tel. 02202 - 92 76 394



Auch Theateraufführungen gehören zum Kulturangebot für Seniorinnen und Senioren.

Foto: Kulturbüro der Stadt Bergisch Gladbach

Am Donnerstag, 13. September, 10.45 Uhr: „Begleitung zum Philharmonie Lunch Köln“.

30 Minuten lang eine Orchesterprobe live erleben. Anschließend auf Wunsch Einkehr in ein Brauhaus in Dom-Nähe.

Weitere Informationen: Hildegund Laufenberg Tel.: 02202-58098, E-Mail: nc-laufenwi2@netcologne.de.

Am Samstag, 15. September, 11.30 Uhr: „Mit dem Wanderbus durchs Bergische Land“.

Über Altenberg, Maria in der Aue, Emminghausen, Neue Mühle bis Wermelskirchen zum Reisegarten Eifgen. Zwischenstopps zum Wandern und/oder Einkehren. Auf Wunsch Führung über die Straußenfarm (ca. 1,5 Std.).

Weitere Informationen: Gisela Biesenbach, Tel.: 02202 - 92 76 394 / 0160-3156304, gbiesenbach@web.de

eMag 70 HD

Jetzt testen!

Die elektronische Großflächenlupe für Komfort in jeder Lebenslage

Zuhause oder im mobilen Einsatz ist eMag 70 HD ein wertvolles Hilfsmittel.

- 2- bis 24-fache stufenlose Vergrößerung
- Drehbare HD-Kamera für ferne und nahe- gelegene Objekte
- Bequemes Lesen und Vergrößern von Schnappschüssen
- Integrierter Leseständer für eine ergonomische Lesehaltung!

Nur bei Ihrem Augenoptiker:

PFISTER
Optik · Hörakustik
Inhaber Michael Pfister

Dolmanstraße 2 · 51427 Bergisch Gladbach
Tel.: 02204 69318 · www.optik-pfister.de

SCHWEIZER
www.schweizer-optik.de

Jeden Samstag: Der Radiotipp für Wochenend-Frühaufsteher

von Gisela Biesenbach

Jeden Samstag bringt der WDR 4 von 8.05 Uhr bis 8.55 Uhr eine Sendung für Seniorinnen und Senioren, die sich „Mittendrin“ nennt und vielseitige Informationen sowie Unterhaltung bietet.

Es werden wertvolle Anregungen zum Thema Lebenshilfe gegeben im sozialen als auch im gesellschaftlichen Bereich.

Auch für jüngere Menschen gibt die Sendung Empfehlungen, wenn es um soziale Fragen der älteren Generation geht.

Was für ein Theater!

von Pia Chr. Jope

Mitten in unserer Stadt präsentiert THEAS Theater seit 10 Jahren freitags bis sonntags ein erlesenes Bühnenprogramm für Jung und Alt. Das Besondere: Seine Einzigartigkeit!

Ein festes Ensemble von erwachsenen Darstellern, das Junge Ensemble sowie Eigenproduktionen der THEAS Theaterschule sorgen für Abwechslung in den Vorstellungen. Zudem bereichern ausgesuchte Gastspiele das Angebotsrepertoire.

Wer Lust und Neugier zum eigenen Ausprobieren oder Vertiefen von Vorkenntnissen im Theaterspiel hat, kann gerne einen Theaterkurs mit professionellen Dozenten buchen.

Im Sommer gibt es eine Pause, aber bis Mitte Juli dieses Jahres sind noch Höhepunkte wie „Frau Müller muss weg“, „Drachenlieder“ oder „Körpertheater & Freie Improvisation mit dem Ensemble 90“ zu erleben. Mit neuem Schwung geht es nach der Sommerpause im September weiter. Natürlich wird das 10-jährige Jubiläum dann gebührend gefeiert.

Alle Informationen rund um THEAS Theater, den Spielplan oder Kartenvorbestellungen erhalten Sie telefonisch unter 02202-92 76 500, per Fax unter 02202-92 76 50 19, via E-Mail unter kontakt@theas.de und auf der Internetseite des Theaters unter www.theas.de.



THEAS Theater
& Theaterschule e.V.,
Jakobstraße 103,
51465 Bergisch Gladbach.

Foto: Pia Chr. Jope




ANSCHLUSS ANS LEBEN.

Besser hören mit smarten Hörgeräten.
Hoher Bedienkomfort und beste
Verbindungsmöglichkeiten sorgen
für mehr Lebensqualität.



koettgen-hoerakustik.de
info@koettgen-hoerakustik.de

Köttgen
Hörakustik 
...wieder gut hören.

51429 Bergisch Gladbach (Bensberg)
Schloßstr. 66
Telefon 02204 - 553 61

51427 Bergisch Gladbach (Refrath)
Bertram-Blank-Straße 8
Telefon 02204 - 4277 88

51491 Overath
Hauptstr. 30 (Bürgerhaus Overath),
Telefon 02206 - 6 08 50 41

„Bewegt FIT bleiben in Bergisch Gladbach“

von Verena Dahm / Hildegund Laufenberg

Der neue Fitness Parcour an der Saaler Mühle in Bensberg bietet die Möglichkeit für alle Altersgruppen, etwas für die eigene Fitness zu tun.

Nach den Sommerferien startet der Kurs: „Bewegt FIT bleiben in Bergisch Gladbach“, der sich an fitte Senioren/innen richtet. Das von Verena Dahm, Fachreferentin des Kreissportbundes RBK, entwickelte Kurskonzept bezieht sich auf den vom DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) entwickelten „Alltags-Fitness-Test“ (AFT). Dieser wissenschaftlich validierte Fitness-Test erfasst das körperliche Vermögen, das notwendig ist, um normale Alltagsaktivitäten ausführen zu können und kann somit den aktuellen Fitnesszustand aufzeigen. Mit dem AFT steht erstmalig ein solches Testinstrument für den Breitensport in Deutschland zur Verfügung.

Der Kurs „Bewegt FIT bleiben“ ist ein wöchentlicher Bewegungskurs, in dem u.a. die einzelnen Übungen des

AFT-Tests wiederholt und trainiert werden. Am Anfang des Kurses und nach ca. jedem halben Jahr, wird der AFT-Test durchgeführt, um zu bestimmen, ob und inwieweit das alltagsrelevante körperliche Funktionsniveau verbessert werden konnte. Infolgedessen bietet der Kurs erstmalig inhaltlich die Chance, einen Vorher-Nachher Vergleich der eigenen Fitness zu tätigen und diesen Verlauf über Jahre hinweg zu dokumentieren. Laut dem Pilotprojekt letzten Jahres in Bensberg ist das Kurskonzept zielführend und besonders motivierend.



Bewegung tut gut - auch wenn man sich erst wieder daran gewöhnen muss.

Foto: Altpapier

Trainiert wird an den neuen Fitnessgeräten an der Saaler Mühle. Bei schlechtem Wetter findet der Kurs in einer Sporthalle eines naheliegenden Vereins statt. Erstmals bietet der Kreissportbund am 14. Juli 2018 ebenso eine Fortbildung an, bei denen sich Übungsleiter/-innen und Interessierte zum AFT-Tester ausbilden lassen können.

Informationen unter: Kreissportbund Rheinisch-Bergischer Kreis, Verena Dahm, Tel.: 02202-200311, Mail: dahm@kreissportbund-rhein-berg.de

Sportler des Jahres 2017

Altpapier gratuliert den Sportlerinnen und Sportlern zu ihrer Wahl zum Sportler des Jahres 2017. Den 1. Platz belegten Carla Nelte vom Turnverein Refrath/Badminton, Jochen Gippert vom Turnverein Herkenrath/Leichtathletik und das Badminton-Bundesliga-Team des TV Refrath. Herzlichen Glückwunsch den Siegern.



Seit 1928 das Haus Ihres Vertrauens



Inhaber Frank Fröhlingsdorf

Gladbacher Straße 24 a
51429 Bergisch Gladbach (Bensberg)
www.altenrath-bestattungshaus.de
Telefon (0 22 04) 5 23 37 · Fax (0 22 04) 91 63 64

Der Name der Straße



Am Pützchen: Verbindungsstraße zwischen Saaler Straße und Am Fürstenbrunnchen in Lückerkath

Foto: Josef Mohr

von Karl Heinz Fröhlingsdorf

Der Straßename entstand in Anlehnung an die alte Gewannenbezeichnung „Am heiligen Pützchen“, die sich im Urkataster (1826-1830) südwestlich von Lückerkath findet. Das Wort „Pütz“ ist aus dem lateinischen „puteus“ (Brunnen/Brunnenschacht) hervorgegangen und bezeichnet in Flurnamen einen Schöpf- oder Ziehbrunnen (im Gegensatz zum Laufbrunnen). Hier bezeichnete er die natürliche kohlensäure Quelle, die die Zapfstelle „Fürstenbrunnchen“ speiste.

Wenn alle den Verbrecher jagen, wer bleibt eigentlich bei den Opfern?

von Christa Rüger

Ein offenes Ohr für die Opfer von Straftaten

Millionen von Bürgern fallen jedes Jahr Verbrechen wie Einbrüchen und Betrugsfällen (falscher Polizist, Enkeltrick usw.) zum Opfer. Sie werden um ihr Hab und Gut gebracht, oftmals erleiden sie körperliche Schmerzen. Sie sind traumatisiert und benötigen einen Halt. Während das öffentliche Interesse jetzt dem Täter gelten muss – seiner Verfolgung und Verurteilung – geraten die Opfer mit den Folgen der Straftat schnell in Vergessenheit.

Doch für diese Betroffenen gibt es Hilfe! Vom Handtaschenraub bis zur Vergewaltigung reicht die Palette von Straftaten, bei denen der Weisse Ring diese Menschen betreut. Der Verein wurde 1976 von Eduard Zimmermann gegründet. Mit knapp 50.000 Mitgliedern ist er Deutschlands größte Hilfsorganisation für Opfer von Kriminalität. 18 Landesverbände mit bundesweit rund 420 Außenstellen und über 3.000 professionell ausgebildeten, ehrenamtlichen Helfern.

Die meisten Opfer müssen sich nach der Straftat erst einmal richtig Luft machen. Sie brauchen jemanden, der ihnen zuhört, um den Glauben an die Menschheit wieder zu finden und nach vorne zu schauen. Die Hel-



ferinnen und Helfer des WR verstehen sich übrigens auch als Netzwerk mit anderen Organisationen oder Behörden im Sinne der Kriminalitätsoffer.

Was sehr wichtig ist: Der Verein leistet seine Hilfe unabhängig von einer Mitgliedschaft oder sonstigen Verpflichtungen. Um finanzielle Unterstützung zu erhalten, müssen die Betroffenen bedürftig sein. Schnorrer sind hier fehl am Platz. Noch wichtiger als der finanzielle Zuschuss ist jedoch, dass ihnen jemand bei der Wiederbeschaffung der Ausweispapiere, den Behördengängen und beim Ausfüllen der Formulare hilft. Sollten Sie selbst einmal Opfer einer Straftat geworden sein, scheuen Sie nicht den Weg zur Polizei, die Ihnen den Kontakt zum/zur nächsten Mitarbeiter/in des „Weissen Ring“ vermittelt.

Eine Erstberatung des WR findet das Opfer unter der Telefon-Nr. 116 006, bundesweit und kostenfrei, täglich von 7 -22 Uhr.

Treffpunkt für Heidkamp?

von Erich Dresbach

In zahlreichen Ortsteilen unserer Stadt Bergisch Gladbach wurden Versammlungsräume für Jung und Alt realisiert. Eine sehr erfreuliche Entwicklung, nachdem sich das Kneipensterben unaufhaltsam bemerkbar macht. Ausgerechnet im großen Stadtteil Heidkamp fehlt es aber an einer Lösung. Zahlreiche Bürgerinnen und Bürger haben sich für den Erhalt der alten Volksschule an der Bensberger Straße eingesetzt. Trotz neuer Eigentumsverhältnisse können Institutionen wie der Kinderschutzbund und die Werkstatt der Arbeiterwohlfahrt etc. Räume in dem sanierten Gebäude nutzen. Einige Heidkamper Vereine suchen



Hier könnte ein Treffpunkt für Heidkamp entstehen

Foto: Ute Vierkotten

dringend nach Versammlungsmöglichkeiten. Ein solcher „Treffpunkt“ wäre in der alten Volksschule optimal mit einem Raum anzusiedeln.

Siehe auch Interview mit Bürgermeister Urbach (Altpapier 1/2018 Seite 11): Der Sozialausschuss der Stadt beschäftigt sich mit dem Thema.

Gutschein

Die
Leichtigkeit
des Hörens.

Genießen Sie ein natürliches Hörgefühl und entspanntes Sprachverstehen selbst in lauter Umgebung mit ultrakleinen Hörsystemen, die fast komplett im Ohr verschwinden.

Jetzt 3 Wochen gratis Probe tragen!

PFISTER

Optik • Hörakustik

Inh. Michael Pfister

Hörgeräte Pfister GmbH
Dolmanstr. 2
51427 Bergisch Gladbach
Tel.: 02204 69318
info@hoerakustik-pfister.de
www.optik-hoerakustik-pfister.de

Oma und Opa erinnern sich! (Fortsetzung)

von Franz-Albert Krämer

Ich hoffe, dass Ihnen die Erinnerungen an die Gaslaternen und den Rechenschieber gefallen haben. Heute möchte ich Ihre Erinnerung auf die Taschenuhr und auf das Testbild des Fernsehens lenken.

Was ist das denn nochmal?



Das Testbild

Foto: pixelio.de

Ach ja, das war doch das **Testbild** im Fernsehgerät. Dieses analoge Testbild des Fernsehens wurde bis circa 1980 von den Fernsehanstalten gesendet. Mit dessen Hilfe wurde die Qualität

des Fernsehbildes manuell vor Ort eingestellt. Oft eine lange

zeitraubende Angelegenheit, die das Nervenkostüm von Oma und Opa bis zum Zerreißen belastete. Ausgestrahlt wurde das Testbild jeweils vor und nach dem Programm. Dazu muss man wissen, dass es noch kein 24-Stunden-Programm wie heute gegeben hat. Es gab lediglich zwei bundesweite Fernsehprogramme ARD (das Erste) und ZDF (das Zweite) und später die Regionalprogramme, die „Dritten“. Gesendet wurde jeweils nur ab nachmittags bis nachts um die 24 Uhr. Eine zeitlang wurden die bundesweiten Programme mit dem Abspielen der Deutschen Nationalhymne beendet.

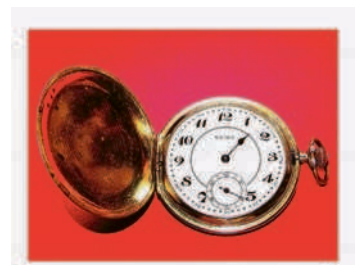
Die Zeit spielte, spielt und wird immer eine entscheidende Rolle spielen. „Zeit ist Geld!“ – „Die Zeit heilt alle Wunden“ - „Kommt Zeit, kommt Rat“. Die Liste könnte immer weiter fortgesetzt werden. Die Zeit schien aber aus heutiger Sicht langsamer zu laufen,

wurde dadurch vielleicht auch intensiver gelebt, war aber auf alle Fälle noch etwas Wert. Der Begriff „Entschleunigung“ war noch nicht geboren.

Und so etwas Wertvolles musste jederzeit bereitstehen und natürlich auch entsprechend wertvoll gemessen werden. Es gab sehr viele Turmuhren, die mit Geläut die Zeit verkündeten, im Haus gab es die großen und kleinen Standuhren, aber zum Mitnehmen war keine geeignet. Ge-

schickte Uhrmacher tüftelten an einer Uhr, die in der Tasche mitgenommen werden konnte. So fand Opas Taschenuhr den Weg in die Welt. Und wie es zu Omas und Opas Zeiten üblich war, gab es für den Alltag die einfachen **Taschenuhren** und für die Sonntage Taschenuhren der edelsten Art bis hin zur Vergoldung und mit Diamanten besetzt. Gesichert waren die Taschenuhren immer mit einer entsprechenden Kette an der Jacke und, dass die Uhren in der Jacke auch eine eigene Tasche hatten, braucht wohl nicht erwähnt zu werden. Es war schon ein erhebender Anblick, wenn Opa bei einem Sonntagsspaziergang nach der Uhrzeit gefragt wurde und er zur Antwort die Taschenuhr zückte. Es war eine Art Zeremonie, die schon etwas hatte!

In der nächsten Ausgabe erwarten Sie Erinnerungen an das Telefonieren und an das Radio hören.



Die Taschenuhr

Foto: pixelio.de



Die Taschenuhr

Foto: pixelio.de



Dirk Hamm
DACHDECKERMEISTER

Dach-, Wand- und Abdichtungstechnik

022 02 - 24 72 96

51469 Bergisch Gladbach
Gierather Straße 84a

www.DirkHamm.com



Altpapier Impressum

Herausgeber:
Seniorenbeirat
der Stadt Bergisch Gladbach
c/o Seniorenbüro, Zimmer 125
Konrad-Adenauer-Platz 9
51465 Bergisch Gladbach
Alt-Papier-BGL@web.de

in Zusammenarbeit mit der
Bergisches Handelsblatt GmbH & Co. KG
Hauptstraße 97
51465 Bergisch Gladbach
www.bergisches-handelsblatt.de
Geschäftsführung:
Hans Peter Zimmermann

V.i.s.d.P.:
Jürgen Krafft,
Vorsitzender des Seniorenbirates

Redaktionsleitung:
Gisela Biesenbach,
Hildegund Laufenberg,
Gila Mertes, Josef Mohr

Redaktion:
Karl Heinz Frühlingsdorf,
Heidi Heinhold, Christel Höderath
Pia Christiane Jope, Alfred Müller,

Günter Kierdorf, Franz-Albert Krämer,
Ellen Patas, Christa Rüger,
Hildegard Stier, Jürgen Stier,
Ingrid Vetter, Ute Vierkotten

Layout:
Thurm-design Heiko Thurm
Paffrather Straße 3
51465 Bergisch Gladbach

Anzeigenleitung:
Bergisches Handelsblatt GmbH & Co. KG
Jochen Asbeck (verantwortlich)

Anzeigenberatung:
Dieter Engels, Janine Rühl,
Josef Javersek, Nicole Matzoun,
Ralf Puzalowski

Druck:
Weiss-Druck GmbH & Co. KG, Monschau

Auflage:
93.433 Exemplare,
Verteilung an die erreichbaren
Haushalte in Bergisch Gladbach

Zustellung/Vertrieb:
Rheinische Direkt-Werbung
GmbH & Co. KG
August-Horch-Straße 10, 51149 Köln