Stadtteilzeitung für Mettmann Süd | Ausgabe 1/2018 | Erscheinen: viertel jährlich

Treff ME SÜD Punkt

Das Redaktions-Team
wünscht
allen Lesern
ein gutes Jahr 2018

Themen der Ausgabe:

So war es . . .

Mitbring-Abendbrot

Gärtnern für alle

Ausstellung Straßen

Bauerncafé Lünenburg

Einweihung Haus der Begegnung

Inhaltsverzeichnis

Ausblick 2018 ..... S.3
Haus der Begegnung S.7
Gärtnern für alle in Süd S.8
So war es... ..... S.9
EMSIDE S.10
Bauerncafé Gut Hellenbruch S.10
Bilderrätsel S.11
MitbringAbendbrot S.12
Ausflugstipp S.12
Tagespflege 25 Jahre S.13
Neue (alte) Leitung Altenstift S.13
Impressum S.13
Gedächtnistraining und lebenslanges Lernen S.14
„Mettmanner Musiker“ -1991- S.15
Termine S.16

PIEPER & PARTNER
STEUERBERATER
PARTNERSCHAFTSGESELLSCHAFT MBB

- Steuerliche Beratung und Vertretung für Einzelpersonen, Freiberufler und Unternehmer
- Erstellung von Bilanzen und Steuererklärungen
- Finanz- und Lohnbuchhaltung
- Erbschaft- und Schenkungsteuergestaltung
- Vermögens- und Liquiditätsplanung

Talstraße 28 Telefon: 02104- 91 85 0 und 92 60 0 Email: info@pieper-partner.de
40822 Mettmann Telefax: 02104- 91 85 85 und 92 60 14 Internet: www.pieper-partner.de

Ausblick 2018

- Bewährtes und Neues -

2018 - Wir starten ins achte Jahr des Quartiers „Treffpunkt Süd“, ins siebte Jahr der Stadtteilzeitung und ins erste gemeinsame Jahr im Haus der Begegnung.

2018 wird wieder ein Jahr mit „Highlights“ wie dem Stadtteilfest, einer Neuauflage der StelenAktion und manch Anderem.

Mit der Eröffnungsveranstaltung am 3. Dezember 2017 gaben wir gemeinsam den offiziellen „Startschuss“ für das Haus der Begegnung.

Es bietet die Möglichkeit für gemeinsame Veranstaltungen von Ev. Kirche, Diakonie und Caritas - eine Chance, die es zu nutzen gilt.

In die Räume des ehemaligen Gemeindehauses ist mit den Netzwerkgruppen, Angeboten der Diakonie und des Quartiers wieder mehr Leben eingezogen.

Die richtige Ergänzung zu den Aktivitäten der Ev. Kirchengemeinde.

Angebote für Jung und Alt und Gemeinsames stehen auf dem Programm.

Bekannte und bewährte Angebote wie das Mitbringfrühstück, Suppenspenden-Essen und der monatliche „Treff Süd“ sind geplant. Neue Angebote wie ein Mitbringabendbrot oder ein „nicht intakt Treff“ sind vorgesehen, wobei bereits im November 2017 ein Abendessen mit großem Erfolg durchgeführt wurde.

Mit dem „nicht intakt Treff“ starten wir ein Repair-Angebot in Mettmann Süd.

Hier helfen engagierte Südler den Mitbürgern, wenn der Toaster klemmt oder der Kassettenrekorder den Geist aufgegeben hat. Es handelt sich um ein kostenloses Angebot, wobei Ersatzteile bezahlt werden müssen und es keine Erfolgsgarantie gibt.

Bereits seit September 2017 gibt es das monatliche Angebot der Senioren-Auskunft.

Hier stehen, immer am zweiten Freitag im Monat von 10 – 12 Uhr, zwei ehrenamtliche Helfer mit Hilfestellungen zu Fragen, die Senioren bewegen, bereit.

Die vielen Gruppen des Caritas-Netzwerk-Treffs bieten zusätzliche Möglichkeiten der Freizeitgestaltung hier im Stadtteil, sei es English Conversation, die Montags-Spielegruppe oder das Handarbeits- und Bastelangebot am Freitag.

Wir können unser Zusammenleben in Mettmann Süd durch gemeinsame Aktionen bereichern. Quartierspaziergänge (unter einem Motto . . .) oder das Projekt „Wir malen unseren Stadtteil“ werden sicher Veranstaltungen sein, bei denen wir generations- und kulturübergreifend agieren.

Der Caritas-Netzwerk-Treff wird im Rahmen der Schaffung von bedarfsgerechten Angeboten im Laufe des Jahres Veranstaltungen zu Kunst&Kultur im Quartier anbieten.

Dies wird in Kooperation mit anderen Trägern, die in Süd aktiv sind, geschehen.

Wie Sie dieser Ausgabe der Stadtteilzeitung entnehmen können, starten wir im Februar mit einer Ausstellung über die Namenspaten vieler Straßen in Süd.

Hier werden den Bewohnern unseres Stadtteils die Komponisten, denen die Straßen ihre Namen verdanken, nähergebracht. Die Ausstellung ist dann während der Öffnungszeiten des Hauses der Begegnung zu besichtigen.

Das große Thema Demenz wird uns dieses Jahr verstärkt beschäftigen.

Oftmals begegnen wir Menschen, die betroffen sind, oder deren Angehörigen. Und oftmals sind wir hilflos in diesen Situationen.

Ziel ist es, mehr Informationen zu vermitteln. Wir werden hier mit Hilfe von Fachleuten ein möglichst umfangreiches Informations- und Hilfsangebot vorhalten.

Die Zusammenlegung des Netzwerks und des Quartiersbüros am Vogelskamp wird die Arbeit erleichtern. So muß ich (der Autor) nicht mehr pendeln zwischen den beiden Diensten. Die Bündelung hat auch den positiven Effekt, dass Akteure und Aktivitäten der unterschiedlichen Angebote von Netzwerk und Quartier sich zeitlich und räumlich näher sind.

Ein Synergie-Effekt, so heißt das auf Neu-Deutsch.

Selbstverständlich werden auch 2018 so tolle Sachen wie Boule, Pflanzentauschbörse und Ausflugs-/Besichtigungsangebote stattfinden. Es liegt an Ihnen, solche Angebote zu nutzen und mit Leben zu füllen.

Wir, also Quartier und Netzwerk, sind offen für Anregungen und Menschen, die aktiv werden möchten, sei es in vorhandenen Angeboten oder mit neuen Ideen.

RG

Angelika Newrzellas

Friseur-Team

Termine nach Vereinbarung

Haydnstraße 3
40822 METTMANN
Tel. 0 21 04 / 1 61 13

SAMMELECKE

Buchempfehlung

Pures Lesevergnügen - 102 Etagen Leben

Es gibt Bücher, die muss man einfach gelesen haben. „Das Hochhaus“ von Katharina Greve ist so ein Buch.
Allein schon das Format macht neugierig. Es ist ein sehr schmales Buch, dafür aber ziemlich hoch - die Form korrespondiert mit dem Titel. Zum Lesen muss man das Buch um 90 Grad drehen. Man muss es quer lesen. So kann man sich Stockwerk für Stockwerk nach oben lesen. Das Buch - man höre und staune - gibt es sogar auch als Schriftrolle.
Für den Leser öffnet die Autorin (Jahrgang 1972) die Türen der Wohnungen in ihrem Hochhaus und lässt ihn hineinschauen.
Auf 102 Etagen spielen sich viele Geschichten ab, traurige, tragische, lustige und ernste. Es wird geliebt und gestritten, betrogen und gelogen, gelacht und geweint. Die Welt ist ein Hochhaus. Mal geht es um eine Ehe-, dann um die Flüchtlingskrise - und manchmal auch einfach nur darum, wer den Müll mit runter nimmt.
An ihrem Buch hat Katharina Greve mehr als zwei Jahre gearbeitet - bis das Hochhaus komplett bezogen war. Sie hat, schreibt sie im Vorwort, „mit den Bewohnerinnen und Bewohnern zusammen gekocht, geputzt, gestritten, gelacht, den Müll runter gebracht und den Abwasch stehen gelassen“. Einige Bewohner, sagt die Autorin, hat sie gerne, andere sind ihr unsympathisch. Es ist keine große Geschichte, die Katharina Greve erzählt, es sind viele kleine Geschichten, die sie gezeichnet und geschrieben hat. „Das Hochhaus“ ist ein Comic.
Katharina Greves Arbeit ist der Beweis, dass Comics nicht nur was für Kinder sind.

Thomas Lekies

Angehörigen-Gruppe im Altenstift

Am Mittwoch, 17. Januar 2018, ab 17.00 Uhr trifft sich die Gesprächsgruppe für pflegende und betreuende Angehörige in Mettmann Süd im Caritas-Altenstift.
Information und Anmeldung: Mariola Tylla, Tel. 02104/9171 738
Der nächste Termin:
7. März 2018

Reparatur-Treff in ME-Süd

Wir laden zum 1.Treffen ein:
„Nicht intakt Treff“ am 20.Januar 2018 um 14.00 Uhr ins Haus der Begegnung.
Beim ersten Treffen geht es noch nicht ums Reparieren.
Wir suchen ehrenamtliche Helfer, die kleine handwerkliche Reparaturen z.B. an E-Geräten durchführen können.
Wir hoffen auf viele Interessenten, die sich über dieses neue Angebot im Quartier Mettmann Süd informieren möchten.

1. Fachtag Projekt EMSIDE

Am **Mittwoch, 31. Januar 2018**, in der Zeit von 13.00 bis 16.30 Uhr findet im Haus der Begegnung der 1. Fachtag des Projektes „EMSIDE - EMotionale SIcherheit im Kontext von DEmenz im öffentlichen Lebensraum“ statt.
Anmeldung bis zum **22. Januar 2018** ist notwendig unter der Rufnummer 0211 - 22 08 49 56 sowie per e-Mail unter fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de.
Nähere Informationen s. Seite 10

Was ist Quartier?

„Quartier“ ist die Umgebung, in der Menschen in Nachbarschaft und einer gemeinschaftlichen Infrastruktur miteinander leben.
Mettmann Süd ist unser Quartier, es braucht Bewohner, die es gestalten.

Haben Sie eine Idee, was Sie mitgestalten können?

Quartier „Treffpunkt Süd“
e-mail: robert.guede@caritas-mettmann.de

Mitbring-Frühstück

Ein fester Bestandteil in den Jahresterminen des Quartiers Mettmann Süd ist das Mitbring-Frühstück. Wir genießen immer, welche Vielfalt das Büffet bietet. Dadurch, dass jeder etwas mitbringt, kommt stets eine besondere Auswahl auf den Tisch.
Viele haben schon ihre persönlichen Erfahrungen mit dem Mitbring-Frühstück.
Herzliche Einladung an alle, die es kennen, aber auch besonders an Südler, die schon immer mal kommen wollten. Wir freuen uns auf die gemeinsamen Stunden.
Termin: **Samstag, 17. März 2018,** um 10.00 Uhr im Haus der Begegnung, Vogelskamp 120

Stelen-Aktion

Auch im Jahr 2018 möchten wir wieder zusammen mit Ihnen Hölzer und andere Materialien bemalen.
Wir treffen uns am **Samstag, 14. April 2018, um 11.00 Uhr** im Haus der Begegnung, Vogelskamp 120. Bitte melden Sie sich an unter:
robert.guede@caritas-mettmann.de
oder tel. unter 22761.
Wir werden keinen Kostenbeitrag erheben. Stattdessen hoffen wir auf eine Spende für unsere Arbeit im Quartier.

SAMMELECKE

Ausstellung Straßen

Am **Sonntag, 4. Februar 2018,** wird nach dem Gottesdienst im „Haus der Begegnung" der erste Teil der Ausstellung im Rahmen einer musikalischen Vernissage eröffnet; am **4. März 2018** wird der zweite Teil folgen.

Die 13 Porträts des Musiker-Viertels werden durch einige weitere Poster ergänzt, die anlässlich besonderer Komponisten-Jubiläen entstanden.

Nähere Informationen s. Seite 15

Netzwerk-Treff jetzt in Süd

Der Netzwerk-Treff der Caritas hat sein Domizil nach Mettmann Süd verlagert.
Die Aktivitäten umfassen div. Angebote wie z.B. Gedächtnistraining, Basteln + Handarbeiten, einen Singkreis und vieles mehr.
Für alle unsere Gruppen suchen wir noch Mitstreiter.
Kontakt: Tel. 22761
email: netzwerk-mettmann@caritas-mettmann.de

Senioren-Auskunft

Immer am 2. Freitag im Monat bietet das Netzwerk die Senioren-Auskunft im Haus der Begegnung an. Von 10 – 12 Uhr können Sie sich informieren, wer – wo – was in Mettmann für Ihr Anliegen zuständig ist.

Aktiv im Alter in ME-Süd

Seniorensport
„Wer rastet, der rostet" heißt es oft. Damit das nicht passiert, wird in diesem Kurs ein abwechslungsreiches Gymnastikprogramm angeboten. Koordinations- und Entspannungsübungen runden die Kursstunden ab.
Mittwoch, 9.30 - 11.00 Uhr,
Beginn: 17. Januar 2018
10 Termine, Gebühr: 52,50 Euro
Dozentin: Anja Salomon
Ort: Mettmann-Süd, Haus der Begegnung, Vogelskamp 120
Kontakt:
Ev. Familienbildungswerk der Diakonie im KK Düsseldorf-Mettmann,
Tel. 02102/1094-0
www.ev-familienbildung.de

Kindergarten unterm Baum

Der Caritasverband f.d. Kreis Mettmann wird als Pate eines „Kindergartens unterm Baum" in Tansania die Idee hin bis zum Bau eines festen Hauses begleiten und unterstützen.
Herr Esser kommt am **27.Februar 2018** zum Treff Süd und referiert über das Projekt „Kindergarten unterm Baum".
Mehr dazu in einer der nächsten Ausgaben und unter www.caritas-mettmann.de

Stricken/Häkeln

Jeden 3. Montag im Monat möchte ich mit Ihnen/Euch stricken oder häkeln.
Dazu treffen wir uns um 14.00 Uhr in der Cafeteria des Caritas-Altenstifts.
Die nächsten Termine:
22. Januar, 19. Februar und 19. März
Brigitte Beck
Telefon 0175 5149319
beck.brigitte@gmail.com

Liebe SüdlerInnen unsere Zeitung lebt von Bildern

Deswegen suchen wir einen Hobby-Fotografen der gerne mit uns gemeinsam die Veranstaltungen bildlich dokumentieren möchte.

Wir stellen uns eine langfristige Zusammenarbeit vor, mit einer oder mehreren Personen die sich dazu bereit erklären, den Stadteil ME Süd zu unterstützen.

Natürlich werden sie namentlich im Impressum erwähnt, sowie mit einem Kürzel unter jedem Bild

Wenn sie sich vorstellen können, etwas für den Stadtteil zu tun dann melden sie sich bei:

Robert Güde Tel.: 0 21 04 / 2 27 61
zeitung-me-sued@caritas-mettmann.de

Immobilien Bettina Barth & Team

Sachverständige für die Bewertung von bebauten und unbebauten Grundstücken

Geprüfte Fachkompetenz
Geprüfte Immobilienbewerterin
(Sprengnetter Akademie)

Kompetenz und Fairness - Frei Haus in
Mettmann & Umgebung
Ihre Immobilie verdient die beste Präsentation

Sie erreichen uns:
Mozartstr. 41
40822 Mettmann
Telefon:
02104 - 211 89 00
www.5plus-immobilien.de

Ein Blick ÜBER METTMANN hinaus...

Sechs-Seen-Platte in Duisburg

Die Duisburger Sechs-Seen-Platte ist ein aus sechs Seen bestehendes Erholungsgebiet, das zum größten Teil im Duisburger Süden liegt.

Die Seen haben eine Gesamtwasserfläche von etwa 150 Hektar. Das gesamte Gebiet umfasst eine Fläche von etwa 283 Hektar und ist über die A3, Ausfahrt „Duisburg-Wedau“, zu erreichen.

Es verfügt über ein Wanderwegenetz von 18 Kilometern.

Ein tolles Naherholungsgebiet, fast direkt vor der Haustüre.

https://www.duisburg.de

Altglas in Deutschland

Für Behälterglas wurde bereits im Jahr 1974 ein flächendeckendes Sammelsystem eingerichtet. Meist werden Bringcontainersysteme zur getrennten Erfassung von Weiß-, Braun- und Grünglas eingesetzt. Über 250 000 solcher Altglascontainer sind bundesweit im Einsatz.

In Deutschland werden jährlich etwa 2,4 Millionen Tonnen Altglas gesammelt. Seit Beginn der Altglassammlung hat sich der Anteil von Altglas bei der Glasherstellung kontinuierlich gesteigert und erreicht heute, abhängig von der Farbe, bis zu 90 Prozent.

www.umweltbundesamt.de

Kölner Dom

Seit Sommer 2017 gelten für die Besucher des Doms verschärfte Sicherheitsvorschriften.

Die Mitnahme von großen Taschen, Reisekoffern und Wanderrucksäcken ist nicht mehr erlaubt.

Neben den Domschweizern wurde ein zusätzlicher privater Sicherheitsdienst zum Schutz der Besucher installiert.

Dies dient der Sicherheit in Zeiten von fast täglichen Anschlagsmeldungen. Eigentlich schade, aber wahrscheinlich notwendig.

https://www.koelner-dom.de

Generationen-Park In den Banden, Wülfrath

Hier wurde in unserer Nachbarstadt Wülfrath in etwa das verwirklicht, was sich viele Bürger* innen (insbesondere Kinder) auch für den jetzigen Spielplatz „Am Steinbruch“ wünschen.

Es entstand im Zusammenwirken von Stadtverwaltung, Bürgern und engagierten Unternehmen ein Park für alle Generationen. Ein Besuch lohnt sich.

Das Projekt in Wülfrath kann sicher nicht 1zu1 übertragen werden, aber es gibt Anregungen, und ein Besuch ist ein Spaß für Jung und Alt.

Zusammenleben in einem Quartier

Wenn einzelne Menschen aufgrund ihres fortgeschrittenen Alters oder einer Behinderung zunehmend auf fremde Hilfe angewiesen sind, stoßen sie in ihrem gewohnten Wohnumfeld schnell an Grenzen. Häufig bleibt dann nur der Umzug in eine stationäre Einrichtung, möglicherweise fern der gewohnten Umgebung.

Denkt man über Alternativen zu einem Umzug von hilfsbedürftigen Menschen in ein Pflegeheim nach, wird seit einigen Jahren das Konzept der Quartiersarbeit diskutiert. Ein Quartier umfasst z. B. einen Stadtteil oder eine Gemeinde, in dem Bürger eine gemeinsame Identität entwickeln.

Kennzeichen für das funktionierende Quartier ist die Zusammenarbeit zwischen den Akteuren vor Ort.

www.caritas.erzbistum-koeln.de

ACHTUNG! NEU!

Besuchen Sie uns auf

facebook

Quartier Treffpunkt Mettmann Süd

Haus der Begegnung

- offizielle Einweihung -

Seit dem 1. September 2017 wird das ev. Gemeindehaus als Haus der Begegnung von der ev. Kirchengemeinde, Diakonie und Caritas gemeinsam genutzt.

In der Woche vor dem ersten Advent kam über die Eingangstür das neue Logo und der Namenszug „Haus der Begegnung“. Am 3. Dezember, also dem ersten Advent, wurde dann mit einem Tag der offenen Tür, die offizielle Einweihung gefeiert.

Der Tag begann mit einem ökumenischen Gottesdienst, gestaltet vom Gottesdienst-Vorbereitungskreis, Pfarrer Schmidt und Diakon Rust.

Es war eine frohe Gemeinde, die sich traf. Dankbar wurde besonders herausgestellt, dass es gut ist, jetzt in Mettmann-Süd einen Mittelpunkt zu haben, an dem sich Menschen verschiedener Gruppen treffen können. Aber es ist auch eine Herausforderung. Es sind jetzt viel mehr Menschen täglich im Haus. Um ein gutes Miteinander zu gestalten, müssen wir immer wieder Achtung, Wertschätzung und Verständnis für alle Begegnungen haben.

Nach dem Gottesdienst konnten die Plakate, mit denen sich die einzelnen Gruppen des Hauses vorstellten „studiert“ und die Gruppenleiter angesprochen werden.

Die Bastelgruppe des Netzwerkes hatte ihren Adventsbasar aufgebaut, der Eine-Welt-Laden bot seine Produkte an, und an einem Tisch wurden afrikanische Kunstgegenstände ver-

kauft. Also es war viel zu sehen und entdecken

Zum Mittagessen gab es eine leckere Gemüsesuppe, Kaltgetränke und als Abschluss Kaffee und Kuchen. Auch hier zeigte sich die Kooperation: Die Suppe spendete die Kirchengemeinde, Kaffee und Kuchen kamen von Aktiven aus dem Quartier „Treffpunkt Süd“.

Viele Begegnungen, Gespräche und auch neue Kontakte füllten den Tag. Nun gehen wir auch offiziell in die neue Zeit mit unserem „Haus der Begegnung“.

Bereits am Samstag konnte das Miteinander der Nutzer gut beobachtet werden. Das gemeinsame Gestalten der Präsentation der Gruppen erinnerte anfangs an eine wilde Hühnerschar, doch das Ergebnis war dann mehr als befriedigend, und die freundliche gegenseitige Unterstützung lässt für die Zukunft hoffen.

AG/RG

mbv Neanderstr. 103 - 40822 Mettmann - www.mbv-eg.de

Neues Wohnen in zentraler Lage von Mettmann

"Laubacher Straße"

110 mbv

25 Mietwohnungen zwischen 60 m² und 105 m²
mit Balkon oder Terrasse,
Aufzug und Tiefgarage.

Fertigstellung Herbst 2017

- kostengünstig
- zentrumsnah
- barrierearm

Weitere Informationen unter: info@mbv-eg.de oder Tel. 02104 - 97910

Gärtnern für alle in Süd

- internationaler Garten -

Bürgergärtnern oder Urban Gardening ist ein innerstädtischer Trend, der es Menschen ohne eigene Grünfläche ermöglichen soll, sich selbst mit Aussaat, Pflanzenpflege und Ernte zu befassen.

Gelegenheit dazu besteht fortan auch in Mettmann-Süd, und zwar am Caritas-Seniorenstift an der Schumannstraße 2-4.

Dort sind in einem fachbereichsübergreifenden Projekt des Caritasverbands in Zusammenarbeit mit Aktiven aus dem Stadtteil fünf Hochbeete entstanden, an deren Gestaltung und Pflege sich Interessierte beteiligen können.

Die Beete stehen unter dem Motto „Internationaler Garten“. Sie bilden fünf in sich geschlossene Bereiche, für jeden Erdteil einen Abschnitt.

„In diesen Arealen werden wir im Frühjahr, nach dem Frost, Zier- und Nutzpflanzen aus den jeweiligen Kontinenten setzen. Im Herbst haben wir die Beete zunächst übergangsweise bepflanzt“, sagt Heiko Richartz, verantwortlich für das Begegnungs- und Vernetzungsprojekt „vielfalt. viel wert.“ im Caritas-Fachdienst Integration und Migration.

Er hat das Internationale Beet konzipiert und koordiniert. Weil es nicht einfach war, in Mettmann eine öffentliche Fläche zu finden, die Bürgergärtnern ermöglicht, hatten sich Richartz, der Treffpunkt Süd und das Seniorenstift darauf geeinigt, dieses Angebot an besagter Stelle umzusetzen.

„Dank Vermittlung Robert Güdes vom Treffpunkt Süd konnten wir weitere Akteure gewinnen. So haben Rüdiger Schmidt und Georg Uhr von der Freizeitwerkstatt die Beete gebaut. Viertklässler der Grundschule Am Neanderthal haben im Rahmen ihrer Projektwoche ‚Eine Reise um die Welt‘ mit der Künstlerin Cornelia Weinert farbige Kontinental-Stelen hergestellt.

„Diese kennzeichnen die jeweiligen Beet-Abschnitte“, fasst Richartz zusammen. Auch Mitarbeiter des Seniorenstifts, der städtische Betriebshof sowie die Kompostierungs- und Vermarktungsgesellschaft Düsseldorf/Kreis Mettmann haben das Projekt unterstützt.

Ab dem Frühjahr 2018 besteht für Interessierte im Stadtteil die Möglichkeit, sich bei Gestaltung und Pflege des Internationalen Gartens einzubringen.

Wir danken Herrn Richartz für diesen Artikel.

So war es...

Winter im Süden von Mettmann

In den heutigen Wintermonaten, speziell wenn mal wieder kaum Schnee fällt, hört man immer wieder: Früher war alles ganz anders, da hatten wir immer Schnee.

Mag alles sein oder nicht, jedoch war früher schon einiges anders.

Ich erinnere mich noch ziemlich gut an die Schneewinter in den 50er und 60er Jahren im letzten Jahrhundert. Ich bin auf der Ley geboren und hatte somit die idealen Abfahrtsstrecken zum Rodeln direkt vor der Haustüre.

Da war der „Leyer Berg“, also die Elberfelder Straße, und die wurde jedes Jahr bei genügend Schnee als Rodelstrecke deklariert und für den Autoverkehr gesperrt, sowas ist heute kaum vorstellbar.

Am Nachmittag trafen sich die Kinder von der Ley zum Schlitten fahren, ob alleine oder als Gespann, ob sitzend oder liegend, alle Schlittenvarianten waren vertreten. Nach einigen Tagen bildete sich in der Linkskurve eine Eisschicht, es wurde gefährlich.

So mancher schaffte die Kurve nicht und fuhr geradeaus in den Bahndamm.

Eigentlich war am Eisenbahntunnel Schluß, aber bei genügend Schnee bildeten sich Trupps mit Schaufeln die dann den Schnee in den Tunnel schippten, und so konnte die Fahrt weitergehen bis runter zur B7, einige schafften es bis zum Parkhaus Norbisrath, heute Mettmanner Hof.

Mir war das allerdings zu gefährlich wie den meisten Kindern damals auch und so war kurz vor der B7 Endstation.

Mit Einbruch der Dämmerung kamen die „Großen“ und entzündeten ihre Pechfackeln, einige standen am Seitenrand und einige fuhren mit den brennenden Fackeln den Berg runter. Das ergab natürlich einen Höllenqualm, aber niemand der Anwesenden wollte diese unheimlich tolle Atmosphäre missen.

Und dann gab es noch, etwas weiter weg, den Hufer Berg, aber der war den meisten Kindern zu steil und daher zu gefährlich. Die Rechtskurve unten war kaum zu schaffen, und so manch einer landete im Stacheldrahtzaun mit den dann entsprechenden Blessuren.

Der Hufer Berg wird heute noch als Rodelstrecke gerne genommen, allerdings nicht mehr die Straße sondern die daneben liegende abschüssige Weide.

Schön war's damals...

GB

EMSIDE

– **EM**otionale **SI**cherheit im Kontext von **DE**menz im öffentlichen Lebensraum

EMSIDE
EMOTIONALE SICHERHEIT IM KONTEXT VON DEMENZ IM ÖFFENTLICHEN LEBENSRAUM

Bei EMSIDE handelt es sich um ein Projekt in Trägerschaft des Caritasverbandes für den Kreis Mettmann e.V. und der Fliedner Fachhochschule Düsseldorf als wissenschaftlichem Kooperationspartner. Gefördert wird EMSIDE aus Mitteln der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW.

Emotionale Sicherheit ist für jeden Menschen von großer Bedeutung. Das Empfinden des sich-sicher-Fühlens unterstützt uns selbstwirksam, im Alltag zu handeln und Teilhabe zu erleben.

Durch die mit einer Demenz einhergehenden Veränderungen kommt es für die Betroffenen zu Situationen, in denen das Empfinden des sich sicher Fühlens abnimmt. Es stellt sich die Frage: Welche Bedingungen fördern die emotionale Sicherheit von Menschen mit Demenz?

1. Fachtag Projekt EMSIDE

Am Mittwoch, 31. Januar 2018, in der Zeit von 13.00 bis 16.30 Uhr findet im Haus der Begegnung der 1. Fachtag des Projektes „EMSIDE – EMotionale SIcherheit im Kontext von DEmenz im öffentlichen Lebensraum“ statt.

Im Rahmen dieser Veranstaltungen werden den Teilnehmern das Projekt selbst und erste Ergebnisse aus dem Projekt vorgestellt. Anschließend wird erläutert, welche Bedeutung den Menschen mit Demenz als Expertinnen und Experten in Fragen zur Demenz zukommt.

In welcher Hinsicht diese Aussagen für die Entwicklung des öffentlichen Lebensraumes von Belang sind, wird nachfolgend in einem weiteren Vortrag dargelegt.

Den Abschluss der Veranstaltung bildet eine Diskussionsrunde, in die sowohl Teilnehmer als auch Referenten einbezogen werden.

Anmeldung bis zum **22. Januar 2018** ist notwendig unter der Rufnummer 0211/22 08 49 56 sowie per e-Mail unter fachstelle-demenz@caritas-mettmann.de.

Wir danken Gabriele Wolpers für diesen Bericht.

Fliedner Fachhochschule Düsseldorf University of Applied Sciences

Stiftung Wohlfahrtspflege NRW

Bauerncafé Gut Hellenbruch

- Abschied von einem liebgewordenen Treffpunkt -

„Das geht eigentlich gar nicht,…“ dachte und sagte ich mir, als ich erstmals von der bevorstehenden Schließung des „Bauerncafé Gut Hellenbruch“ hörte.

Und mit dieser meiner Meinung stand und steh´ ich nicht alleine da.

So fingen viele Gespräche in ME-Süd und Umgebung mit dem Satz an: „Hast du schon gehört, Gabi macht zu?“

„ Für immer?“ „Ja“.

Und dann konnte man es auch schwarz auf weiß der Zeitung entnehmen. Am 30. November 2017 war es endgültig aus und vorbei:

Ein letzter Kaffee, ein letztes Glas Sekt, ein letzter Einkauf (Gurken, Marmelade, Oel, Socken und ein Erinnerungsstück aus dem Inventar), ein letztes Gespräch, eine letzte Umarmung….und tschüs!

Zuhause drängten sich all die schönen Momente vor meinem geistigeen Auge: das erste Osterfeuer 2005 (so begann alles) und die vielen folgenden, der Eintopf, die Suppe, das Grillen am Samstag, der Kaffee, das Gläschen Wein bei Sonnenschein unter der Kastanie, bei kaltem Wetter der heiße Kakao drinnen neben dem „Butterofen“, der selbstgebackene Kuchen und, und…

Und die Hunde, die Pferde, der traumhafte Blick über Koppeln, Weiden, Felder; ach überhaupt, die ganze Atmosphäre, die wir Gabriele Lünenburg mit ihrer „besonderen“ Art zu verdanken haben.

Das Bauerncafé mit Gabi L. wird uns sehr fehlen. Dennoch wünschen wir ihr für ihren neuen Lebensabschnitt alles erdenklich Gute!

Kerstin Will-Andreß

Bilderrätsel

Wo findet man es?

Wo befindet sich dieses Objekt unserer Begierde?

Lösung bitte bis zum14. Februar 2018
per Telefon 02104 / 2 27 61 oder
per e-mail: zeitung-me-sued@caritas-mettmann.de abgeben.

Unter den richtigen Antworten verlosen wir:

3 x 1 Gutschein über 5,- € von der Buchhandlung Schlüter

Lösung Ausgabe 3:
Pfitzner Straße 3

Permanent Make-up

Nagelstudio & Maniküre

www.kosmetik-lanoir.de

med.Fußpflege auch Hausbesuche

Kosmetik & Massagen

la noir
Kosmetikinstitut
25 Wir sagen Danke
Tel.02104-24500 • Breite Str.16-18 • Mettmann

Dr.Dr. Frank Breil

Mund - Kiefer - Gesichtschirurgische Praxis • MKG • Dr. Dr. Frank Breil

- Implantologie
- Kinderzahnheilkunde
- Ambulantes Operieren
- Ästhetische-Gesichtschirurgie
- Falten- Behandlung Botox, Vistabel®

Mund-, Kiefer- & Gesichtschirurgie
Bahnstr. 59 • 40822 Mettmann • Tel. 02104 / 801 801

Praxis für
ERGOTHERAPIE
BARTEL
Einzel- und Gruppentherapie
Hausbesuche • Alle Kassen und Privat
Talstraße 3
40822 Mettmann
Telefon
0 21 04 / 28 62 80
www.ergotherapie-mettmann.de

MitbringAbendbrot

- eine gelungene Premiere -

Bei einem Treff-Süd im Spätsommer gab es den Vorschlag, dass wir doch ein gemeinsames Abendessen planen könnten. Nach kurzer Diskussion stand fest, dass wir dies als Mitbring-Abendbrot (eine Ergänzung zum bewährten Mitbring-Frühstück) durchführen wollten. Schnell war der Termin gefunden, und zwar der Treff Süd am 28. November, aber dann um 18 Uhr.

Die Tische waren vorbereitet, das Buffet wartete darauf, gefüllt zu werden. Es war eine große Überraschung. Schon bald war klar, dass wir sehr viel probieren konnten. Es musste noch ein Tisch an das Buffet gestellt werden, da der vorgesehene Platz zu knapp war.

Dann konnte das Schlemmen beginnen. Eine solche Vielfalt an besonderen Leckerbissen haben wir nicht so oft zur Verfügung. Es war schade, dass der Magen einmal signalisierte: „Es ist genug“. Es waren immer noch Köstlichkeiten da.

Nach einer guten Zeit, in der nicht nur gegessen, sondern auch viel geplaudert wurde, war es erstaunlich, wie schnell alles wieder aufgeräumt und der Raum umgestellt war. Alle fassten mit an und gingen dann nach Hause mit dem Wunsch: Diese Veranstaltung sollte wiederholt werden!

AG

Ausflugstipp

Was? Wann? Wo?

Das Ökotop Heerdt ist ein ganzheitliches, ökologisches und soziales Pilotprojekt zum Leben in der Stadt.Es wird von Bürgern selbst, mit fachkundlicher Hilfe, in ehrenamtlicher Arbeit konzipiert und in großen Teilen realisiert (Kultur von unten). Das Projekt entsteht in einem offenen Prozess.

Das Ökotop unterteilt sich in drei große Bereiche:

1. Naturnahe Freiräume, bestehend aus der öffentlichen Grünanlage mit den Biogärten, dem Heerdter Busch und dem Naturerlebnisbereich,
2. die ökologische Siedlung,
3. das ökologische Zentrum mit Begegnungsstätte.

Ökotop Heerdt e.V.
Am Ökotop 70, 40549 Düsseldorf
Tel.: 0211-501312
Fax: 0211-5621313
Email: info@oekotop.de

Tagespflege 25 Jahre

- ein Jubiläum -

Die Tagespflege im Caritas-Altenstift konnte im Herbst 2017 ihr 25jähriges Bestehen feiern.

Was vor 25 Jahren noch als Wagnis erschien, hat sich mittlerweile zum Erfolgsmodell entwickelt.

Die Gäste der Tagespflege werden morgens von Caritas-Mitarbeitern zuhause abgeholt und abends entsprechend wieder nach Hause gebracht.

In der Tagespflege erwartet die Gäste ein einladendes Ambiente, kompetente und engagierte Ansprechpartner.

Ein Gesellschaftsraum, eine Küche und der Ruhebereich schaffen eine wohnliche Atmosphäre.

Das Angebot Tagespflege nimmt im Versorgungsalltag für Senioren einen immer wichtigeren Platz ein. Vor allem für pflegende Angehörige stellt die Tagespflege eine enorme Entlastung dar.

Deshalb ist es gut, dass das Caritas-Altenstift auch in diesem Bereich sehr gut aufgestellt ist.

Kontakt: christiane.gitzler@caritas-mettmann.de

Neue (alte) Leitung Altenstift

Seit Oktober 2012 ist Frau Ilka Marschaleck als Pflegedienstleiterin im Caritas-Altenstift tätig.

Nun übernimmt sie zum 1. Januar 2018 die Einrichtungsleitung von Herrn Roland Spazier.

Sie wird aber auch weiter Pflegedienstleiterin bleiben.

Diese Doppelfunktion wird durch interne Veränderungen bei den Zuständigkeiten möglich.

Auch deshalb ist Frau Marschaleck zuversichtlich, diese zusätzliche Aufgabe gut meistern zu können.

Herr Roland Spazier bleibt weiter Fachbereichsleiter „Leben im Alter“ beim Caritasverband f.d. Kreis Mettmann. Er verlegt seinen Dienstsitz nach Heiligenhaus ins Seniorenzentrum St. Josef und ist weiterhin für die betriebswirtschaftliche Steuerung und das Gebäudemanagement beider Altenheime verantwortlich.

Wir wünschen beiden viel Erfolg bei ihren neuen und alten Aufgaben und Freude an der Arbeit.

Das Redaktions-Team

Impressum
Verantwortlich für den Inhalt ist:
Roland Spazier Caritas ME

Ansprechpartner:
Robert Güde
Tel. 02104 / 2 27 61
zeitung-me-sued@caritas-mettmann.de

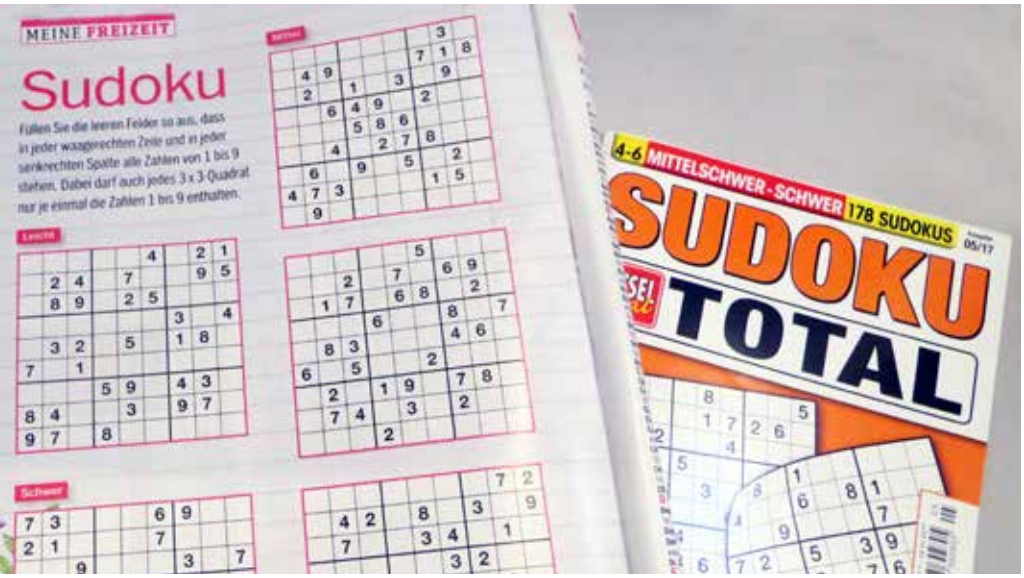
Redaktionsteam:
Robert Güde (RG), Brigitte Beck (BB), Annegret Gaertner (AG), Johannes Otto (JO), Günther Blasberg (GB)

Layout & Logo:
Brigitte Beck, Sarah Beck

Unsere Sponsoren

Gedächtnistraining und lebenslanges Lernen

- Das Gehirn trainieren -



Denksportliche Aufgaben liegen voll im Trend. Vom Kreuzworträtsel, Bilderrätsel und Sudoku-Rätsel bis hin zu Spielen auf PC oder Smartphone, die Angebotspalette ist schier unerschöpflich.

Nicht nur die ältere Generation ist davon begeistert, aber gerade sie ist es, die daraus den größten Nutzen zieht.

Denken macht fit - zumindest das Gehirn!

Bekannt ist, dass im Alter die Gehirnleistung nachlässt. Genauso bekannt ist aber auch, dass regelmäßiges Training das Nachlassen bremst.

Aber gerade Kreuzworträtsel sind oftmals „Routine-Anforderungen“, sie trainieren nicht wirklich - es wird nur Wissen abgerufen. Erst etwas Neues fordert den Denker und somit das Gehirn.

Hier setzen die Gedächtnistrainer mit ihren Angeboten an. In vielen Senioren-Treffs gibt es mittlerweile Angebote zu Gedächtnistraining und Spielegruppen.

www.senioren-ratgeber.de/Gehirnjogging

Wie funktioniert aber das menschliche Denken?

Das menschliche Gehirn wiegt bei Erwachsenen je nach Geschlecht 1200 bis 1400 Gramm und besteht aus etwa 100 Millionen Nervenzellen Wichtig für das Funktionieren des Gehirns ist die Vernetzung der Zellen. Diese Verbindungen, Neuronen genannt, sind von nahezu unendlichem Ausmaß und besitzen eine Gesamtlänge von rund sechs Mio Kilometern. Dabei werden die Informationen nur mit einer Geschwindigkeit von 100 Metern je Sekunde weitergeleitet. Die Anzahl der Verbindungen ist dabei ausschlaggebend für die blitzschnelle Funktion des Gehirns!

Geistig fit bleiben

Wie lange jemand geistig fit bleibt, lässt sich zum Teil beeinflussen. Neugierig bleiben, Neues ausprobieren, Neuigkeiten mit Freunden austauschen - gut ist alles, was dem Gehirn neue Eindrücke verschafft.

Wer sich regelmäßig bewegt, zum Beispiel walken geht oder Gymnastik macht, kann das Risiko verringern, dass eine Demenz auftritt. Studien zeigen, dass körperlich fitte und geistig aktive Menschen seltener an einer Demenz erkranken. Bewegung trägt also auch zur geistigen Fitness bei.

Besonders wichtig erscheint mir die Freude an der „Herausforderung“ und auch an der Gemeinschaft. Denn es nützt nichts, sich zu einer Tätigkeit zu zwingen, nur weil sie gut für den Kopf ist. Und, egal ob Gedächtnistraining oder Bewegung, in der Gruppe macht es noch doppelt Spaß.

Was Du nicht benutzt, verkümmert!

Wir lesen oftmals etwas von Lebenslangem Lernen. Es wird auch als lebensbegleitendes Lernen bezeichnet und ist ein Konzept, das Menschen befähigen soll, während ihrer gesamten Lebensspanne zu lernen. Lebenslanges Lernen setzt wesentlich auf die Selbst- und Informationskompetenz des Einzelnen.

Wenn man sich VHS-Kurse oder PC-Kurse in Begegnungsstätten anschaut, ist man nicht wirklich überrascht, dort viele Menschen 60+ anzutreffen.

Die Möglichkeiten sind vielfältig

Es gibt sicher eine Vielzahl von Möglichkeiten, die eigenen „grauen Zellen“ zu aktivieren.

Gehen Sie mal wieder ins Kino (am besten mit Freunden/Nachbarn), oder vielleicht gibt es in ihrer Stadt eine Literatur-Gruppe (wenn nicht, gründen Sie eine).

Kindergärten und Seniorenheime suchen immer wieder Vorlesepaten.

Die Stadtbibliothek bietet Informationen und Fortbildungen zum Thema Vorlesepaten an.

Wichtig ist auch, dass Sie durch Ihr Engagement andere, gleichgesinnte Menschen kennenlernen.

Man lernt nie aus

Nie war dieses Sprichwort zutreffender als heute. Dies zeigt die wachsende Zahl der Seniorstudenten und Gasthörer an deutschen Universitäten.

Mittlerweile bieten 50 deutsche Hochschulen Bildungsangebote für die ältere Generation an.

www.senioren-studium.de/

Gemeinschaft erleben

Wenn Sie Interesse an den Angeboten Gedächtnistraining oder Spiele-Gruppe haben, wenden Sie sich einfach an den Netzwerk-Treff der Caritas in Mettmann oder an das Quartier „Treffpunkt Süd“.

Telefon: Netzwerk + Quartier 22761

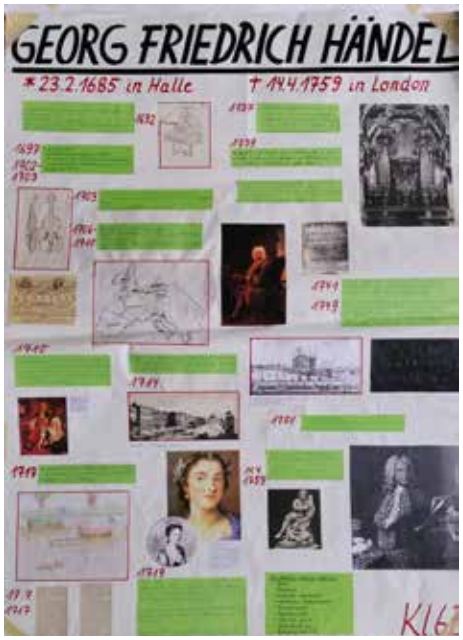
Mail: Robert.guede@caritas-mettmann.de

„Mettmanner Musiker“ -1991-

- Ausstellung 2018 -

Unter diesem Titel wurde Mitte April 1991 eine Ausstellung in der Filiale der Kreissparkasse am Jubiläumsplatz eröffnet. Die Gemeinschaftsarbeiten von mehr als 300 Schülerinnen und Schülern des Konrad-Heresbach-Gymnasiums zeigten dreizehn großformatige Komponistenporträts des Musikerviertels in ME-Süd.

Alle 5. und 6. Schuljahre - immerhin 9 Klassen - sowie Musik-Oberstufen-Kurse hatten sich über einige Wochen intensiv mit „ihrem“ Komponisten beschäftigt. Sein Leben wurde in Texten, Noten, Landkarten und Zeichnungen nachvollziehbar, - und dies alles mit größter Sorgfalt „von Hand“. Denn PCs und alle heute stets verfügbaren Kopiermöglichkeiten gab es noch nicht.



So hat jedes Porträt sein individuelles, authentisches Aussehen, zu dem besondere Talente der Schüler bei der Textformulierung und in der künstlerischen Gestaltung beitrugen. Sogar das Schreiben von Notenzitaten, was nicht gerade zu den Lieblingsbeschäftigungen im Musikunterricht zählt, fand unter Instrumentalschülern geduldige Kopierer.

Wer war denn eigentlich dieser Schubert (Liszt, Hadyn etc.) in dessen Straße ich wohne?

Ist Ihnen diese Frage nicht gerade in den Sinn gekommen? Seit der Ausstellung vor fast 27 Jahren dürfte in ME-Süd ein Generationen- und Bewohnerwechsel stattgefunden haben. Vielleicht ist es unter diesen Umständen besonders interessant, den Musiker der eigenen Straße und die der Umgebung kennenzulernen.

Ausstellung im "Haus der Begegnung" - 2018

Am **4. Februar 2018** wird nach dem Gottesdienst im „Haus der Begegnung“, der erste Teil der Ausstellung im Rahmen einer musikalischen Vernissage eröffnet; am **4. März 2018** wird der zweite Teil folgen.

Die 13 Porträts des Musiker-Viertels werden durch einige weitere Poster ergänzt, die anlässlich besonderer Komponisten-Jubiläen entstanden.

Mehr als zwei Jahrzehnte haben diese Schülerarbeiten es unbeschadet überstanden, dass sie immer mal wieder für längere Unterrichtsphasen in einem der Musikräume des KHG aushingen. Es ist erfreulich, dass die Arbeiten nach wie vor in einem vorzeigbaren Zustand für eine Ausstellung sind.

So fängt‘s an - so hört‘s auf“- „Jeder Ton beginnt mit der Stille und kehrt zur Stille zurück.“

Leopold Mozart

Für **Donnerstag, 15. Februar 2018,** ist von **15.00 bis 17.30 Uhr** im Begegnungscafé ein Musiknachmittag geplant:

Vertrautes, Spannendes, Erstaunliches, bisher Ungehörtes, Musik mit Ohrwurmcharakter oder vielleicht auch Nervendes aus Werken der Komponisten Ihres Viertels - all das kann Sie erwarten.

Vielleicht kennen auch Sie ein Musikstück mit einem besonders spannenden Beginn, einem pompösen Schlussakkord oder Stimmen, die nach und nach im Nichts verklingen. Wenn Sie mögen, können Sie diese Musik am 15. 2. mitbringen, und wir werden versuchen, sie in das Programm einzu beziehen.

Wir danken Frau Evi Claßen für diesen Bericht.

Treff ME SÜD Punkt TERMINE

Regelmäßige Termine im Quartier

Jeden 4. Dienstag im Monat „Treff Süd“
im Haus der Begegnung Vogelskamp 120

Spiel-Gruppe
jeden 2. Dienstag im Monat 15.00 Uhr

jeweils im Caritas-Altenstift:

Kegeln im 14tägigen Rhythmus
Montag, Mittwoch, Donnerstag

Skat alle 14 Tage donnerstags 17.00 Uhr

Strick- und Häkelrunde
jeden 3. Montag im Monat 14.00 Uhr in der Cafeteria

Informationen zu allen Gruppen erhalten Sie unter Telefon 0 21 04/2 27 61, im Quartierbüro oder in den Aushängen im Schaukasten an der Mozartstraße.

Haus der Begegnung, Vogelskamp 120

Gottesdienste jeden 1. Sonntag im Monat 11.00 Uhr

Begegnungscafé jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat jeweils von 15.00 bis 17.30 Uhr

GGS Am Neandertal, Gruitener Straße 14
Telefon 0 21 04 / 21 66 80, Frau Bryks

Do., 8. Februar *Karneval*
8.00-11.30 Uhr

Vom 9. 2. bis 13. 2. 2018 haben wir bewegliche Feiertage

Vom 26. 3. bis 7. 4. 2018 gibt es Osterferien

Städt. Kinder- u. Familienzentrum, Händelstr. 5-7
Telefon 0 21 04 / 1 77 46 58, Frau Kuhn

Bei Redaktionsschluß lagen keine Termine vor!

Caritas-Altenstift, Schumannstraße 2-4
Telefon 0 21 04 / 9 17 16 47, Frau Bachmann

ev. Gottesdienst
jeden ersten Donnerstag im Monat 10.30 Uhr

Heilige Messe
jeden letzten Donnerstag im Monat 10.30 Uhr

Caritas Netzwerk, Vogelskamp 120
Telefon 0 21 04 / 2 27 61, Herr Güde

Der Netzwerk-Treff bietet im Haus der Begegnung div. Freizeitangebote.
Kommen Sie zu uns und informieren Sie sich.

Quartier „Treffpunkt Süd“
Telefon 0 21 04 / 2 27 61, Herr Güde

Mo., 15. Januar 19. Februar, 19. März 14.00 Uhr	*Quartier geht häkeln* Cafeteria im Caritas-Altenstift
Sa., 20. Januar 14.00 Uhr	*Reparatur nicht-Intakt-Treff*
Di.,23. Januar 27. Februar 27. März 15.00 Uhr	*Treff Süd* Haus der Begegnung Vogelskamp 120
Mi., 31. Januar 13.00 Uhr	*1. Fachtag Projekt EMSIDE*
So., 4. Februar	*Ausstellung Straßen Teil 1*
So. 4. März	*Ausstellung Straßen Teil 2*
Sa.,17. März 10.00 Uhr	*Mitbring-Frühstück* Haus der Begegnung Vogelskamp 120

Tagespflege
im Caritas-Altenstift
Wohlfühlen in familiärer Atmosphäre!

Mehr Informationen:
Caritas-Altenstift
Schumannstr. 2-4
40822 Mettmann
✆ **0 21 04 - 91 71 6 29**