

# Haaner

## Stadtmagazin



### Widerstand:

Baumfreunde oder Blockierer der Kalkgewinnung?



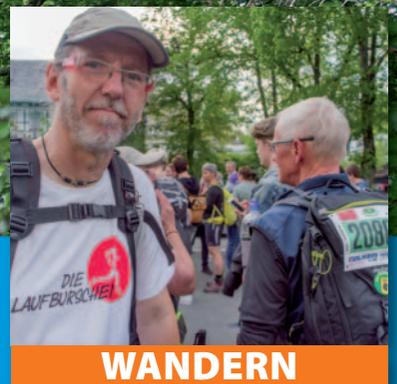
**TIERWELT**

Hilfe für Igel in der Not



**STADTGESPRÄCHE**

Fotogruppe von „Wir sind Haan“



**WANDERN**

Langer Marsch durchs Sauerland

## Impressum

**Herausgeber:** Hildebrandt Verlag  
H.-Michael Hildebrandt  
Brucknerstraße 19 · 40822 Mettmann  
Telefon 0 21 04 - 92 48 74  
Telefax 0 21 04 - 92 48 75  
info@hildebrandt-verlag.de

**Titelfoto:** Mikko Schümmelfeder

**Verantwortlich für den gesamten Inhalt sowie Anzeigenteil:** H.-Michael Hildebrandt  
Anschrift siehe Verlag

**Erscheint:** 11 x jährlich

**Druckauflage:** 5.000 Exemplare  
**Anzahl Ausgestellten:** 25  
**Verbreitete Auflage:** 4.950 Exemplare (I/2019)

**Redaktionsleitung:** (HMH) H.-Michael Hildebrandt  
redaktion.haan@hildebrandt-verlag.de

**Redaktion/ Freie Mitarbeiter:** (FST) Frank Straub  
(SM) Sabine Maguire  
(BL) Bettina Lyko

**Anzeigenannahme:** Telefon 0 21 04 - 92 48 74  
anzeigen@hildebrandt-verlag.de

Für unverlangt eingesandtes Bild- oder Textmaterial ohne Urhebervermerk wird keine Haftung übernommen. Nachdruck, auch auszugsweise, der Redaktionsbeiträge sowie der Anzeigen nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags. Namentlich kenntlich gemachte Artikel spiegeln nicht automatisch die Meinung des Verlags wider.

## Liebe Haaner ...

(FST) Das Angebot des Kulturrucksacks 2019 bietet auch in diesem Jahr ein umfangreiches Angebot, bei dem sich Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren künstlerisch ausprobieren können. Eines der ersten Projekte war der Malworkshop „Wir malen unsere Stadt“ von der freischaffenden Künstlerin Paola Costa. Dreimal für vier Stunden trafen sich die sechs Teilnehmer in ihrem Haaner Mal- und Zeichen-Atelier. Die Ergebnisse wurden kürzlich der Bürgermeisterin vorgestellt. Die Workshop-Idee: Zuerst ging es auf Fototour durch die Haaner Innenstadt. Die Kinder und Jugendlichen sollten ihre Lieblingsorte fotografieren. Im Atelier wurden dann die Fotos malerisch bearbeitet. Dabei gestalteten die jungen Künstler ihre Lieblingsorte nach ihren Wünschen und Bedürfnissen um. Das Ergebnis sind farbenfrohe Bilder und Zeichnungen mit konkreten Verschönerungsvorschlägen. So wird etwa ein Ort mit Müllsäcken zur grünen Wiese, der Spielplatz im Schillerpark wird farbenfroher oder das Beet auf der Tiefgarage am Neuen Markt wird zur bunten Blumenwiese. Bürgermeisterin Dr. Bettina Warnecke: „Ich werde mit dem Betriebshof beraten, was wir davon konkret umsetzen können.“ Mehr Infos zum Kulturrucksack gibt es im Internet auf [www.kulturrucksack.nrw.de](http://www.kulturrucksack.nrw.de).

Viel Spaß beim Lesen wünscht Ihnen  
das Team vom Haaner Stadtmagazin

 **Anzeigen- und Redaktionsschluss für die September-Ausgabe: Mittwoch, der 28.08.2019**

Öffnungszeiten  
Mo-Fr 9.00 - 18.00 Uhr  
Sa 9.00 - 14.00 Uhr

Wohnen mit Holz - Wellness für die Seele!

**AM inclusive!**

**Attraktive Komplettangebote für:**

- ✓ Holz-, Glas-, Schallschutz-, und Einbruchhemmende-Türen
- ✓ Gleittürsysteme auf Maß
- ✓ Holz-Bodenbeläge
- ✓ Paneele und Wandverkleidungen
- ✓ Terrassen aus Holz od. WPC
- ✓ Zaunanlagen
- ✓ Treppenrenovierungen

**HOLZMARKT GOEBEL**  
www.holzgoebel.de

Monheim | Am Wald 1 | Tel. (02173) 3 99 98-0

Höchste Zeit zu wechseln:  
**Bye-bye Energieriese –  
hallo NeanderStrom!**

Denn das ist die Zukunft: verlässliche, ökologische und günstige Energie aus Ihrer Nachbarschaft. Mehr dazu auf [www.neander-energie.de](http://www.neander-energie.de) oder unter Tel. 0800 80 90 123.



**neander energie**

## Zugelaufen, aufgepäpelt, ausgewildert ...

Elena Stermann (50) hatte im vergangenen Oktober fünf junge Igel an ihrem Kellerfenster gefunden und jetzt im Ittertal ausgewildert

Es war einer dieser herbstlichen Oktobertage, als Elena Stermann in ihrem Garten plötzlich innehielt. Das Geräusch kam vom Kellerfenster, irgendwas zwischen Fiepen und Rascheln. Dort gibt es einen Vorsprung und in den waren sie hineingefallen: Vier junge Igel, hilflos gefangen und in aussichtsloser Lage. Elena Stermann überlegte nicht lange und nahm die Stacheltiere mit ins Haus.

### Speiseplan

So wirklich vorbereitet ist man auf derartigen Besuch üblicherweise nicht. Und weil nicht so ganz klar war, ob sie gleich kreuz und quer durch die Wohnung laufen würden, zogen sie in der Badewanne ein. Mal eben den Kühlschrank aufmachen und die unerwarteten Besucher bewirten? Ganz so einfach war es nicht. „Ich habe es mit Sahne versucht und erst später bei der Igelstation erfahren, dass man das nicht machen soll“, plaudert die Haanerin über das, was einem so einfällt, wenn man den Igel-Speiseplan nicht kennt.

### Igelhilfe

Das Wuppertaler „Netzwerk Igel“ war schnell gegoogelt - dort hat man die vier stacheligen Jungs und Mädels sofort aufgenommen. Eigentlich war die Sache



Der Farblecks unterscheidet sie – ausgeschlafener roter Igel-Punk in der Igelstation Wuppertal.

Fotos (3): Mikko Schümmelfeder

damit auf einem guten Weg – wäre da nicht dieses Jucken gewesen. Flöhe! Die Mitbringsel der stacheligen Gäste hatten nicht nur mal eben so im Vorbeigehen zugebissen, sondern es schon bis in die Wohnung geschafft. Es dauerte ein paar Tage, bis das Malheur beinahe schon vergessen war. „Und dann fiepte es wieder am Kellerfenster“, erinnert sich Elena Stermann an den Moment, in dem sie auch noch den kleinen Nachzügler in den Händen hielt. Er bekam einen Namen: Ultimo, der Letzte. Klein, schwach – die Zeit drängte. Ohne Umweg durch die Ba-

dewanne ging's diesmal gleich zur Igelstation. Dort wurde die „Finderin“ entlassen mit der Aussicht, die fünf Gestrandeten wieder abholen zu können, wenn sie ausgeschlafen hätten.

### Schlafmützen

Es kam der warme März, die Fünf schliefen. Dann war's April – und sie schliefen. Als sich Elena Stermann Ende Mai schon so langsam zu fragen begann, wie lange so ein Winterschlaf denn eigentlich dauert, klingelte das Telefon. Monika Thomas von der Igelstation hatte gute Nachrich-

ten, die Truppe war aufgewacht. Alle fünf hatten es geschafft, obwohl es vor allem für Ultimo anfangs gar nicht gut ausgesehen hatte. Der kleine Kerl musste erst mal aufgepäpelt und dann sanft in den Schlaf begleitet werden. Auch die anderen vier waren raus aus dem üblichen Rhythmus und später eingeschlafen.

### Auswildern

„Wir hatten 140 Igel im Winterschlafquartier“, erzählt Monika Thomas vom vergangenen Jahr, in dem viele Igel wegen der gro-

ßen Hitze in Not geraten waren. Jungtiere sind an den Zitzen ihrer Mütter verhungert und auch den Altigeln hatte der heiße Sommer ordentlich zugesetzt. Wie es überhaupt sein konnte, dass gleich fünf Stacheltiere im Kellervorsprung stranden? Was Monika Thomas darüber sagt, hört sich nicht gerade romantisch an: Der Vater? Schnell weg. Die Mutter? Läuft einfach weiter. Helikopter-Eltern sind in der Natur nun mal nicht vorgesehen. Ach ja, Ultimo und seine Geschwister sind schon wieder ausgezogen aus der Igelstation. Elena Stermann hat sie abgeholt und im Ittertal ausgewildert. Dort gab's noch für ein paar Tage den Futter-Bring-Dienst - und nun heißt es: Auf ins stachelige Igel-Leben!

(SABINE MAGUIRE) ■

## Netzwerk Igel

(SM) Das Wuppertaler Netzwerk Igel e.V. nimmt hilflose Stacheltiere auf und sorgt dafür, dass sie medizinisch versorgt werden und überwintern können. Dort werden Gastfamilien, ehrenamtliche Helfer und Auswildlungsplätze gesucht. Infos unter 0202/3097717 oder [www.igelschutz-wuppertal.de](http://www.igelschutz-wuppertal.de). ■



Kein Großeinkauf in der Boutique – Igel fürs Ittertal im Karton.



Dicke Handschuhe, um den grünen Stachel-Punk ins neue Zuhause zu setzen.

## Waldspaziergang durchs Osterholz

Bei Anwohnern und Naturschützern regt sich Protest gegen die geplante Haldenerweiterung der Kalkwerke Oetelshofen

Sie hatten es in den sozialen Netzwerken angekündigt: Zum Diskutieren wollte man nicht kommen ins Osterholz. Eine meditative Pilgertour ins Grüne durfte man dennoch nicht erwarten bei all denen, die sich im Vorfeld angesagt hatten. Darunter bekennende Hambi-Fans und solche, die eigenen Bekundungen nach Referenzen in Sachen „Baumhausbau“ vorweisen konnten. Die hingen dann auch in Hängebetten in den Osterholz-Wipfeln, während etwa 70 Waldspaziergänger auf dem Milchweg leise vorbeimarshierten.

### Protest-Event

Still war es erst dort geworden – zuvor hatte man vom Wanderparkplatz an der Grube 7 aus eine rollende Verstärkeranlage hinter sich hergezogen. In einem der Liedtexte war kurioserweise zu hören: „Sie übertönen den Gesang der Vögel schon bald.“ Deren Gezwitscher war inmitten des mit etlichen Dezibel beschallten Protest-Events da schon längst nicht mehr zu hören.



Protestgruppe auf gesperrter Straße.

Fotos (4): Mikko Schümmelfeder

### Genehmigungsrecht

Nachdem die Wellen wegen der geplanten Haldenerweiterung der Kalkwerke Oetelshofen zwischenzeitlich hochgeschla-

gen waren, scheinen zumindest die genehmigungsrechtlichen Belange mittlerweile geklärt zu sein. Die Stadtverwaltung hat ihre Stellungnahme bei der Bezirksregierung eingereicht – grundsätzliche Einwände gegen

das Vorhaben findet man darin nicht. Die Haaner AGNU hatte sich bereits öffentlich so geäußert: „Uns liegt nichts an Polemik und wir werden uns auch nicht einspannen lassen nach dem Motto: Vor meiner Haustür

wird gebaut, da müsst ihr etwas dagegen unternehmen“.

### Klüngel und Filz

Derweilen hagelte es beim Waldspaziergang weiterhin Protest gegen die auf fünf Hektar geplanten Rodungen. „Wenn die Kalkwerke dafür eine Genehmigung wollen, dann bekommen sie die auch“, wettete Hans-Martin Bröker gegen vermeintlichen Klüngel und Filz bei den Genehmigungsbehörden. Man solle den Abraum doch einfach in die stillgelegte Grube nebenan kippen, die zu Lhoist Wülfrath gehöre. Dafür könne sich doch die Bezirksregierung starkmachen.

### Soziale Netzwerke

Mit Till Iseke war der Sohn eines der beiden Kalkwerke-Geschäftsführers beim Waldspaziergang dabei – er war zuvor in den sozialen Netzwerken öffentlich angefeindet, des „Greenwashings“ angeklagt und als „Firmentroll“ beschimpft worden. Seine Argumente, dass ein Abtransport des unverwertbaren Gesteins per LKW mit erheblichen Umweltbelastungen ver-



Geschäftsführer Jörg Iseke zeigt in Richtung der Erweiterung – links vom Baumhügel.



Baumkletterer – der Hambacher Forst lässt grüßen.



Aufmerksame Begleitung durch die Polizei.

bunden wäre, verhalte inmitten des Ärgers derjenigen, die sich um liebgewonnene Wald-Spazierwege gebracht fühlen und den drohenden Verlust der Bäume fürchten.

**Fridays for Future**

Ein Argument der Naturschützer: Durch deren Rodung würden unter anderem die Uhus mangels Nahrung aus dem Steinbruch vertrieben werden. Das wiederum sieht Uhu-Experte Detlef Regulski anders: „Wir haben das Weibchen vor drei Jahren besendert und wissen daher, dass sie nicht im Wald jagt, sondern dafür auch nach Mettmann auf den Jubiläums-

platz oder nach Vohwinkel über die A46 hinweg fliegt.“ Mit seinen Mitstreitern noch am Samstag bei einer Werksbesichtigung gründlich auf den Waldspaziergang vorbereitet hatte sich Jonas Lütz von der Haaner „Fridays for Future“-Bewegung. Man habe daran gedacht, dort Baumhäuser zu bauen. „Aber das werden wir nicht machen“, kündigt er an, dass man sich in Abkehr zu den radikalen Aktivisten eher zu politischen Mitte hin orientieren wolle – und dennoch die Kalkwerke nicht aus der Verantwortung für den Naturschutz entlassen werde.

(SABINE MAGUIRE) ■

**Aus Sicht der Stadt Haan**

(SM) Die geplante Haldenerweiterung soll ein Kippvolumen von 2,5 Millionen Kubikmetern aufnehmen können. Dafür soll der Wald im Osterholz auf einer Fläche von fünf Hektar gerodet werden – knapp zwei Hektar davon liegen auf Haaner Stadtgebiet.

In ihrer Stellungnahme hat die Stadt sich unter anderem gegen die Aufschüttung des geplanten Lärmschutzwalls entlang des Wanderweges ausgesprochen. Den hatte das Unternehmen auf Anregung der Anwohner in die Plannungen aufgenommen. ■





Die neun Mitglieder der Fotogruppe III des Seniorennetzwerkes.

Foto: Wir sind Haan



Adäquat kleideten sich Teilnehmer der spannenden AWO-Lesung.

Foto: AWO

## Ausstellung

(FST/PM) Die Fotogruppe III des Seniorennetzwerkes „Wir sind Haan“ stellt derzeit außergewöhnliche Bilder zu den Themen „Technik“ und „Natur“ im „Haus an der Kirche“ aus. Einige Werke zeigen rostige technische Details, aber in einer morbiden Schönheit. In anderen verdichten sich architektonische Bildinhalte zu graphischen Strukturen. Wer in diese Ausstellung kommt, muss sich schon ein wenig auf die Bilder der Fotogruppe einlassen. Im Erdgeschoss, im Café, hängen Motive in größeren Formaten aus den Bereichen Technik und Natur. Im oberen Geschoss sind beide Themen getrennt, aber in Verbindung zueinander gehängt. Die Ausstellung in beiden Etagen im „Haus an der Kirche“ an der Kaiserstraße 40 in Haan kann zu den Öffnungszeiten des „Weltladens“ besichtigt werden. Die Hängung ist bis Ende August 2019 vorgesehen, bis die Arbeiten zur Vergrößerung des Gemeindezen-

trums beginnen. Weitere Infos über die vielfältigen Aktivitäten des Netzwerkes finden unsere Leser im neuen Internetauftritt unter [www.wirsindhaan.de](http://www.wirsindhaan.de). ■

## GGG Gruitzen

(FST/PM) Am Schulstandort der Gemeinschaftsgrundschule (GGG) Gruitzen wird aufgrund des großen Bedarfs in der Ganztagsbetreuung bereits vor Fertigstellung des Neubaus der Grundschule mehr Fläche zur Verfügung gestellt. Das Gebäudemanagement befindet sich mitten in der europaweiten Ausschreibung für den GGG-Neubau. Der Spatenstich für das rund zehn Millionen Euro teure Projekt in Gruitzen ist für Sommer 2020 geplant. „Mit der Anmietung weiterer Module wollen wir dem Bedarf an OGS-Plätzen in Gruitzen bereits vor Fertigstellung des beschlossenen Neubaus der Grundschule zum Schuljahr 2019/2020 Rechnung tragen“, so Bürgermeisterin Bettina Warn-ecke. Die bestehenden vier Mo-

dule wurden am 16. Juli abgeholt, sie werden am 30. Juli durch eine Containeranlage mit insgesamt elf neuen Modulen ersetzt. ■

## Neuer Leiter beim THW

(FST/PM) Björn Reinnisch ist vom THW-Landesbeauftragten für Nordrhein-Westfalen zum neuen Ortsbeauftragten des Haaner Ortsverbandes der Bundesanstalt Technisches Hilfswerk berufen worden. Zuvor war er einstimmig vom Ortsausschuss des Haaner THWs gewählt und vom Landesbeauftragten Dr. Hans-Ingo Schliwinski zur Berufung vorgeschlagen worden. Björn Reinnisch ist damit der Leiter der örtlichen Dienststelle dieser Bundesbehörde für den Katastrophenschutz. Er führt den Ortsverband eigenverantwortlich, repräsentiert ihn nach außen und ist Ansprechpartner für die Behörden im Bereich der Gefahrenabwehr und andere Bedarfsträger auf örtlicher Ebene. Im Einsatzfall ist er in seinem Zuständigkeitsbereich der organisatorische Leiter der Einsatzkräfte. Darüber hinaus gehört es unter anderem zu seinen Aufgaben, die gesetzlichen Vorgaben, Rechtsverordnungen sowie Richtlinien umzusetzen und die Einsatzbereitschaft und den Ausbildungsstand der ihm unterstellten Einheiten sicherzustellen. Wie alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf der unter-

sten Ebene der Bundesanstalt THW übt auch Reinnisch seine Funktion ehrenamtlich aus. Björn Reinnisch (geboren 1979 in Mettmann) trat im Dezember 1999 in den THW-Ortsverband Haan ein. Nach seiner Grundausbildung übernahm er zunächst die Funktion eines Gruppenführers Infrastruktur. In den Jahren 2004 bis 2006 stand er der neu gegründeten THW-Jugend Haan als Jugendbetreuer zur Verfügung. Von 2006 bis 2014 reduzierte er seine Mitarbeit berufsbedingt auf die eines Helfers in der zweiten Bergungsgruppe, um ab 2014 bis zu seiner Wahl zum Ortsbeauftragten wieder die Aufgabe des Jugendbetreuers wahrzunehmen. Beruflich ist der staatlich geprüfte Techniker für Elektrotechnik in der technischen Planung eines großen deutschen Industrieunternehmens für die weltweite Abnahme von Produkten des Maschinenbaus zuständig. Er folgt auf Stephan Piel, der das Amt bis November 2017 innehatte. ■

res Bild der Gesamtsituation zu zeichnen. Diese Umfrage wurde kürzlich nun online gestellt und soll zwei Monate lang allen Schülern der Grund- und weiterführenden Schulen die Gelegenheit bieten, die 14 Fragen anonym zu beantworten. Bereits jetzt haben sich über 140 Kinder und Jugendliche an der Umfrage beteiligt, deren Fragen in Zusammenarbeit mit der Psychologischen Beratungsstelle für Hilden und Haan entwickelt wurden. Abgefragt wird unter anderem, was Mobbing für den Teilnehmer der Umfrage generell bedeutet, ob er selbst schon einmal einen anderen gemobbt hat bzw. Opfer von Mobbing geworden ist und welche Beobachtungen er an seiner Schule gemacht hat. Ziel der Umfrage ist es nicht nur, dass sich die Mitglieder des Jugendparlaments ein besseres Bild von den Problemen machen können, unter denen die Schüler leiden, und davon, wie sie die unterschiedlichen Ausprägungen von Mobbing in ihrem Umfeld wahrnehmen. Die Umfrage soll auch möglichst viele Eltern erreichen, die die Fragen gegebenenfalls zusammen mit ihren Kindern beantworten und sich auf diese Weise mit dem Phänomen Mobbing auseinandersetzen sollen. Das Thema soll in den Fokus von Müttern und Vätern, aber auch von Lehrkräften und Schulleitungen gerückt werden. Letztere sind ebenfalls in die Umfrage eingebunden, da sie zum einen den Link zur Online-Umfrage (siehe

## Mobbing

(FST/PM) Die Mitglieder des Haaner Jugendparlaments haben sich zu Beginn des Jahres mit dem Problem des Mobbing unter Kindern und Jugendlichen in Haan befasst. Im Laufe der Auseinandersetzung mit diesem Thema stellten sie fest, dass es sinnvoll sei, online eine Umfrage unter Kindern und Jugendlichen durchzuführen, um ein genaue-

[www.bergische-volksbank.de](http://www.bergische-volksbank.de)

Gutes gehört zusammen. VOLKSBANK & HAAN

Volksbank im Bergischen Land



**Björn Reinnisch ist neuer Leiter beim Haaner THW.** Foto: THW Haan

unten) an die Schüler und deren Eltern (auch über die Klassen-/Schulpflegschaften) weitergeben sollen und zum anderen in einer separaten Abfrage zu Beobachtungen an ihren Schulen im Hinblick auf Mobbing Stellung nehmen sollen. Der Link zur Umfrage lautet: <https://de.surveymonkey.com/r/NS82V6Q> (bitte Groß- und Kleinschreibung beachten). Die Ergebnisse sollen bis September vorliegen, dann umgehend analysiert werden. Voraussichtlich in der Sitzung im Oktober will das Jugendparlament seine Auswertung der Umfrage öffentlich vorstellen. Dann wird sich auch zeigen, in wie weit sich die Beobachtungen von Lehrkräften/Schulleitungen und den Schülern decken bzw. wie deutlich sie voneinander abweichen. ■

### Haldenerweiterung

(FST/PM) Die geplante Haldenerweiterung der Kalkwerke Oetelshofen bewegt weiter die Gemüter, sie war Anfang Juli auch großes Thema in der WDR-„Lokalzeit“. Es geht um eine geplante Rodung von rund fünf Hektar Waldfläche im Gebiet Osterholz. Das Unternehmen Oetelshofen verweist laut „WZ“ „auf die Notwendigkeit der Maßnahme für den Weiterbetrieb des mittelständischen Familienbetriebs“, Kritiker berufen sich auf den Naturschutz. Meike Lukat von der Wählergemeinschaft Lebenswertes Haan (WLH) in einer Presse-

mitteilung: „Jeder sollte seinen Beitrag zum Klimaschutz leisten.“ Ein „WIR gegen die Rodung des Waldes“ sei „jetzt notwendig“. Man habe im Rat eine einstimmige Resolution erreicht, die der Bezirksregierung Düsseldorf zugestellt werde. In dieser heiße es: „Der Rat der Stadt Haan erkennt die Bedrohung durch den Menschen verursachten Klimawandel und die Notwendigkeit zur Abwendung des Klimanotstands an. Der Rat erklärt die Eindämmung der Klimakrise zur prioritären Aufgabe an.“ In den letzten Wochen kam es im Gebiet Osterholz zu sogenannten „Waldspaziergängen“ von gegen die Pläne Protestierenden. Sven-M. Kübler von der Arbeitsgemeinschaft Natur und Umwelt e.V. (AGNU) Haan meinte im Juni im Zusammenhang mit den Diskussionen, dass man „von einer guten Partnerschaft“ mit den Kalkwerken sprechen könne, ohne dass die AGNU „Einschränkungen beim Naturschutz“ hinnehme. Eine Verlegung der Sitzung des Haupt- und Finanzausschusses am 25. Juni von Haan nach Gruiten hatte die SPD-Fraktion im Rat der Stadt Haan beantragt. Hintergrund sei der Tagesordnungspunkt, der sich mit der Erweiterung der Halde der Kalkwerke Oetelshofen beschäftige. „Wir wollen allen interessierten Bürgerinnen und Bürgern die Gelegenheit geben, sich über den Sachverhalt ortsnah aus erster Hand zu informieren. Der Ratssaal in Haan reicht dazu nicht aus“, begründete Fraktions-



**Die geplanten Arbeiten der Kalkwerke Oetelshofen gefallen nicht jedem ...** Foto: WLH

vorsitzender Bernd Stracke den Vorschlag der SPD. Mehr zu der gesamten Thematik finden Sie auf den Seiten 4 und 5 dieser Ausgabe. ■

### Lesereihe

(FST/PM) Im Rahmen der Quartiersarbeit mit ihren Kooperationspartnern bietet die Haaner Arbeiterwohlfahrt (AWO) eine Lesereihe zu dem Haaner Kirchenkrimi „Orgelnachspiel“ von Christian Hartung an. Die vierte Lesung, die von Wilgard Hartung, der Mutter des Autors, übernommen wurde, hat am 1. Juni in den Räumen der AWO an der Breidenhofer Straße 7 stattgefunden. Schon zu Beginn wurden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Lesung von einem Dementor, einer Hexe und einem Teufel begrüßt. Die gruseligen Spinnen, Fledermäuse, Ratten und eine gefährliche Katze auf den in rot und schwarz dekorierten Tischen stimmten die Besucher auf den ersten Teil der Lesung ein. Die Geschichte um die beiden Gymnasiasten Felix und Stephan sowie Lilli, die Großmutter von Felix, und Arno Schenkendorf, den Großvater von Stephan, spitzt sich immer weiter dramatisch zu. Willkommen war daher die Kaffeepause mit den versprochenen „gruseligen“ Kuchen. Von fleißigen Händen liebevoll gebacken und dekoriert, ließen sich die Zuhörer unter anderem Hexenfinger, Spinnenkuchen, Stücke vom

Vampirfriedhof und Hexentopf schmecken. Das Krimirätsel wurde von fast allen Besuchern hervorragend gelöst – die Gewinner der ersten drei Preise mussten von daher per Losverfahren ausgewählt werden. So konnte sich der Gewinner des ersten Preises über ein weiteres Buch von Christian Hartung mit dem Titel „Hinter der Angst“ freuen. Im Anschluss lauschten die Zuhörer gespannt dem zweiten Teil der Lesung zu. Dieser endete mit einem Anschlag auf Felix ... und wer wissen möchte, wie es weitergeht, nimmt an der nächsten Lesung am 26. Juli 2019 um 16 Uhr im Garten des AWO-Treffs für Alt und Jung wieder teil. In der Pause wird zu einem Erfrischungsgetränk geladen. Jeder ist herzlich willkommen. ■

### Jubiläumsfeier

(FST/PM) Und noch einmal zur Arbeiterwohlfahrt: Der Bezirksverband der AWO Niederrhein feierte dieser Tage im Solinger Südpark rund um das alte Bahnhofsgelände mit einem Familienfest sein 100-jähriges Bestehen. Solingen, ein historischer Ort für die AWO: Denn hier fand 1949 nach Krieg, Verbot und Verfolgung die Wiedegründung der AWO statt. Als Verband für soziale Arbeit hat sie durch ehren- und hauptamtliche Engagierte maßgeblich Anteil am Wiederaufbau des Landes, am Aufbau demokratischer Strukturen und

an der Schaffung des Sozialstaates. Mitglieder des Haaner Ortsvereins waren dabei, um gemeinsam unter dem Motto „Geburtstag mit Aussicht“ die bewegte und bewegende Geschichte der AWO zu feiern und gleichzeitig einen Ausblick in die Zukunft zu wagen. ■

### CDU

(FST/PM) Im Juni nahmen einige Haaner Bürger die Einladung des CDU-Stadtverbandes an und kamen zur offenen Vorstandssitzung. Um 18.30 Uhr trafen sich die Interessierten am Eingang zum Schillerpark und schauten sich erst einmal den Standort des geplanten Rathauses an. Von da aus spazierte die Gruppe in den Schillerpark zum Teich. Hier wurde über den neuen Standort des Kunstwerkes „Wasserfall“ diskutiert. Der Weg führte die Gruppe über die Schillerstraße durch das Sandbachtal. Es ging über die Deller Straße zum Sportplatz Hochdähler Straße. In der neu gestalteten Vereinsgaststätte des SSVg 06 Haan e.V. fand dann die offene Vorstandssitzung statt. Zahlreiche Anregungen nahmen die anwesenden Ratsmitglieder, unter anderem Rainer Wetterau und Tobias Kaimer, mit in die zukünftigen Beratungen. „Derartige Begehungen in Haan werden wir zukünftig häufiger machen“, so Wolfram Lohmar, CDU-Stadtverbandsvorsitzender, der sich über die Teilnehmerzahl freute. ■



## Samstag, 06. Juli 2019

**17.30 Uhr**

### Ökumenischer Strand-Gottesdienst

Ev. Pfarrer Christian Dörr & kath. Gemeindeassistentin Lea Wortberg

### im Anschluß

### Eröffnung durch die Bürgermeisterin

**20.00 – 22.00 Uhr**

### Nacht Johnboy

Wer erinnert sich noch an die Waltons? Sie gehörte zum Alltag in der Kindheit aller Bandmitglieder und zeigt sich im Gesang und den aufwändigen anspruchsvollen Arrangements auf der Bühne.

## Sonntag, 07. Juli 2019

**11.00 – 12.00 Uhr**

### Bambinis der SSVg Haan

**13.00 – 20.00 Uhr**

### Ensemble-Tag der Musikschule Haan

Es spielen und singen verschiedene Ensembles der Musikschule

## Montag, 08. Juli 2019

**16.00 – 16.45 Uhr**

### Programm

der privaten Kita Guttentag-Loben-Straße

**16.30 – 17.30 Uhr**

### Herr Niggemeyer mit seinem Fuchs Foxy

**17.00 – 19.00 Uhr**

### Plus Großeltern-Netzwerk

Infostand und Workshops

## Dienstag, 09. Juli 2019

**15.15 – 15.45 Uhr**

### Mit Singen & Tanzen lernt man viel besser

Programm der Grundschule Bollenberg

**16.00 – 16.45 Uhr**

### Programm

der privaten Kita Bachstraße

**ab 17.30 Uhr**

### Musikschule Adams präsentiert

ihre Musikschüler und Ensembles

## Mittwoch, 10. Juli 2019

**ab 16.00 Uhr**

### Programm

der AWO-Kita Käthe-Kollwitz-Straße

**ab 17.30 Uhr**

### Musikschule Adams präsentiert

ihre Musikschüler und Ensembles

## Donnerstag, 11. Juli 2019

**15.00 – 17.00 Uhr**

### BohleBots - Zurück-von-der-WM Party

Dieses Jahr ohne Workshop, dafür mit Berichten bei Grillwurst und Getränken von der Robotik-Weltmeisterschaft in Sydney/Australien

## Freitag, 12. Juli 2019

**18.00 – 20.00 Uhr**

### Boxcar Bertha und Franz Rockzz

Boxcar Bertha spielt von rockig bis poppig im eigenen Stil. Franz melancolische Melodien auf akustischer Gitarre

## Samstag, 13. Juli 2019

**09.00 – 13.00 Uhr**

### ADFC

Fahrrad-Codierung am Strand (Kaufbeleg & Ausweis mitbringen)

**11.00 Uhr**

### Preisverleihung ‚Stadtradeln 2019‘

Stadt Haan

**11.30 – 17.00 Uhr**

### Freiwillige Feuerwehr Haan

125 Jahre Löschen, Bergen, Retten - Spiel ohne Grenzen für das leibliche Wohl bietet die Feuerwehr Grill und Getränke an

**18.00 – 20.00 Uhr**

### Karma's Choice

Eine neue Classic Rock Coverband aus Solingen, die Spaß macht und am Strand ihre Freude an der Musik zeigen wird

## Sonntag, 14. Juli 2019

**11.00 – 16.00 Uhr**

### Mittendrin und voll dabei 3.0

organisiert von: KoKoBe, den Behindertenbeauftragten der Stadt Haan, AWO, SeWo und die ev.Stiftung Hephata

- Malwettbewerb

- Geschicklichkeitsspielen

- Kaffee und Kuchen

- Leckerer vom Grill

- DJ Fryday legt auf

- **ab 15.00 Uhr** spielt der Swingexpress

**18.00 – 20.00 Uhr**

### The Pact

Rock Coverband mit Einflüssen von Jet und The Killers über Green Day, Led Zeppelin bis hin zu den Foo Fighters oder sogar Robbie Williams - 4 Jungs aus Haan rocken stets mit Spaß und einer eigenen Note versehen.

## Montag, 15. Juli 2019

**11.00 – 12.30 Uhr**

### Linedance und andere Tänze

Ein Schnupperkurs des HTV

## Dienstag, 16. Juli 2019

**17.00 – 19.00 Uhr**

### Sportabzeichen am Strand

Astrid Siebert, Siegfried Funk

**19.00 Uhr**

### Allgemeiner Sporttreff am Strand

## Mittwoch, 17. Juli 2019

**17.00 Uhr**

### LaoLa

Lagerfeuersongs ohne Lagerfeuer zum Mitsingen

## Donnerstag, 18. Juli 2019

**11.00 – 15.00 Uhr**

### Sonnenbeobachtung

mit Folke Schmelcher; diesmal mit Handyhalterung, um mit dem eigenen Handy die Sonne zu fotografieren

**19.00 Uhr**

### Allgemeiner Sporttreff am Strand

## Freitag, 19. Juli 2019

**14.00 – 17.00 Uhr**

### Knösterstube am Strand

Das Reparaturcafé - defekte Alltagsgegenstände gemeinsam reparieren

**18.00 – 20.00 Uhr**

### Double-Music

Entertainment-Coverband mit großem Repertoire von Rock-Pop-Partysongs und dreistimmigem Gesang

## Samstag, 20. Juli 2019

**11.00 – 16.00 Uhr**

### Kinderkunst mit Pe

und den Tagesmüttern zum Thema ‚Träume‘

**18.00 – 20.00 Uhr**

### Full Tune Clan

Die 7-köpfige Band aus Leverkusen fühlt sich überwiegend im Reggae zu Hause, aber bedient auch Soul, Funk und Hip-hop.

## Sonntag, 21. Juli 2019

**10.00 – 15.00 Uhr**

### Hildener Mitmachzirkus

„Manege frei - wir machen unseren Zirkus selber“

**15.00 – 17.00 Uhr**

### Mapiano

Singen macht Spaß. Gemeinsames Singen noch viel mehr. Gute Laune mit Hits, Evergreens, Schlagern und kölschem Liedgut ...

**18.00 – 20.00 Uhr**

### Rascal's Corner

Folk'n'Rock aus Krefeld. Sie verbinden Elemente aus dem Irish Folk, Country und Rock'n'Roll zu einer wunderbar tanzbaren Folkrock-Mischung und bringen damit jede Hütte zum Kochen. Mit ihrem neuen Album „Just that time“ sind sie unterwegs.

## Montag, 22. Juli 2019

**ganztäglich**

### Strand pur

## Dienstag, 23. Juli 2019

**16.30 – 17.15 Uhr**

### Kindertanz mit Maja

Majas Bewegungszentrum

**17.30 – 18.30 Uhr**

### Zumba am Strand

Majas Bewegungszentrum

**19.00 Uhr**

### Allgemeiner Sporttreff am Strand

## Mittwoch, 24. Juli 2019

**17.00 Uhr**

### LaoLa

Lagerfeuersongs ohne Lagerfeuer zum Mitsingen

## Donnerstag, 25. Juli 2019

**19.00 Uhr**

### Allgemeiner Sporttreff am Strand

## Freitag, 26. Juli 2019

**18.00 – 20.00 Uhr**

### Dieter „bornzero“ Borschlegel

psychedelic freestyle sologuitar performance

Der ungekrönte König der horizontalen Gitarre nimmt sein Publikum mit auf eine Reise seinen eigenen Kosmos aus tanzbaren Popsongs mit Space und Raum für Improvisationen.

## Samstag, 27. Juli 2019

**15.00 – 19.00 Uhr**

### Strand international

Die Caritas lädt ein zum Begegnungsfest für alle Nationalitäten und Generationen

- Kletterparcours mit dem Mitmachzirkus Düsseldorf

- Tanzshow „Fantastische Reise um die Welt“  
- Showkochen International  
- Live-Musik: Vikynalove & Friends  
- Chillout-Beach mit DJ Gabi

## Sonntag, 28. Juli 2019

**17.30 – 19.00 Uhr**

### Peter Weisheit und die Dixie Tramps

beschwingt mit Jazz und Swing den Abend

## Montag, 29. Juli 2019

**ganztäglich**

### Strand pur

## Dienstag, 30. Juli 2019

**15.00 – 16.30 Uhr**

### Wir sind Haan - Schlagercafé

deutsche Schlager von damals bis heute mit Hermann Neumann und Frank Intveen

**17.00 – 18.30 Uhr**

### Entspannungsworkshop mit Andreas

### Bosse & Andrea Tippelt

von Haaner Heilpraktiker Praxisgemeinschaft Tippelt & Bosse

**19.00 Uhr**

### Allgemeiner Sporttreff am Strand

## Mittwoch, 31. Juli 2019

**17.00 Uhr**

### LaoLa

Lagerfeuersongs ohne Lagerfeuer zum Mitsingen

## Donnerstag, 01. August 2019

**11.00 – 15.00 Uhr**

### Sonnenbeobachtung

mit Folke Schmelcher; diesmal mit Handyhalterung, um mit dem eigenen Handy die Sonne zu fotografieren

**18.00 – 19.00 Uhr**

### Yoga am Strand

Aude Vivere lädt ein zum Mitmachen und gibt einen Einblick, worauf es ankommt und welchen Nutzen Yoga bietet

**19.00 Uhr**

### Allgemeiner Sporttreff am Strand

## Freitag, 02. August 2019

**19.00 – 20.00 Uhr**

### Sommerkonzert aus England

### Suffolk Youth Wind Orchestra

Die im Herbst 1990 gegründete Gruppe vereint über 30 Mitglieder im Alter von 11 bis 18 Jahren. Das SYWO überzeugt mit einer breiten Palette an Musikrichtungen. Ihr Repertoire reicht von Bläserorchesterwerken über Jazz bis hin zu Big-Band- und Showmusik.

## Samstag, 03. August 2019

**10.00 – 14.00 Uhr**

### Büchermarkt und Kindertrödel

Trödelanmeldungen bitte an Eugenie Govaarts:

megovaarts@arcor.de oder 02129 - 81 98

**15.00 – 16.00 Uhr**

### Ralf Neubauer liest

aus seinem Südtirolkrimi - ein Versuch, das Land, die Leute und die Seele Südtirols zu ergründen.

**18.00 – 20.00 Uhr**

### The Promise

– ein Bandname, der Erwartungen weckt. Die reduzierten Arrangements werden durch Bass & Geige abgerundet und durch eine energiegeladene Stimme zum Leben erweckt!

## Sonntag, 04. August 2019

**15.00 – 18.00 Uhr**

### Schlagertag - Marc & Loreen

Das Traumpaar der Musik präsentiert Schlager und Oldies der Extraklasse.

### Rüdiger Schima

Er verkörpert die romantische Stimme mit Herz und Temperament und so begeistert er sein Publikum immer wieder.

**18.30 – 20.00 Uhr**

### Frederik Raumann Trio feat. Achim Kuhn

Das Trio wurde eigens für den HaSo um den Saxophonisten Achim Kuhn erweitert mit einem Repertoire aus zumeist Jazz-Standards und Eigenkompositionen von F. Raumann

## Montag, 05. August 2019

**ganztäglich**

### Strand pur

## Dienstag, 06. August 2019

**ab 18.00 Uhr**

### Jens and Friends

Livemusik quer durch die Musikgeschichte mit Einflüssen von Eric Clapton, The Beatles, T-Rex, R.E.M. & vielen mehr

### Monkeymaze

ein Blues-Rock Quartett aus Solingen & Köln, hochenergetischer Rock & Funk und natürlich herzergreifende Balladen mit Coversongs querbeet

### Cool Cats Double

die Deutschen Meister im Double Freestyle Pom Johanna und Viktoria Noll

ab 21.30 Uhr

## Kinonacht

**Backstage** - ein Kurzfilm zum Konzert von Seal und Orchester in Düsseldorf

## Die Schöne und das Biest

Der Filmklassiker von Bill Condon, produziert von Walt Disney Pictures

**Mittwoch, 07. August 2019**

17.00 Uhr

## LaoLa

Lagerfeuersongs ohne Lagerfeuer zum Mitsingen

**Donnerstag, 08. August 2019**

16.00 – 17.00 Uhr

## Waltraud Lübker liest

„Der Riese und das Mädchen“

Eine Geschichte aus eigener Feder für Erwachsene

19.00 Uhr

## Allgemeiner Sporttreff am Strand

**Freitag, 09. August 2019**

18.00 – 20.00 Uhr

## CouchPop

Mit authentischen Texten und ihrem eigenen Akustik-Sound bringen „CouchPop“ mal nachdenklich, mal mit einem Augenzwinkern Gefühl auf den Punkt.

**Samstag, 10. August 2019**

10.00 – 18.00 Uhr

## Die Piraten kommen

Die „Scola de Pirata“ & das „PiKraPa“ (Piratenkrakenpatent), Geschichten über eine kleine Meerjungfrau mit Wunschsteinen, Kanonenkunde an einer „echten“ Kanone und das spontane Shanty singen

18.00 – 20.00 Uhr

## Roger

Roger transformiert die Musik von Roger Cicero, Stefan Gwildis und Co. in die Klassik - „Klaviertrio + Gesang“

**Sonntag, 11. August 2019**

10.00 – 18.00 Uhr

## Die Piraten kommen wieder

Der „Scola de Pirata“ reicht der Samstag nicht, deshalb geht'smunter weiter.

18.00 – 20.00 Uhr

## The Jazz!!!Brothers

Die fünfköpfige Band pflegt den traditionellen, melodios ausgerichteten Jazz. Titel aus Dixieland, Chicago-Jazz, Swing und Blues werden mit eigenen Arrangements angereichert.

**Montag, 12. August 2019**

ganztägig

Strand pur

**Dienstag, 13. August 2019**

17.00 – 19.00 Uhr

## Sportabzeichen am Strand

Astrid Siebert, Siegfried Funk

19.00 Uhr

## Allgemeiner Sporttreff am Strand

**Mitwoch, 14. August 2019**

17.00 Uhr

## LaoLa

Lagerfeuersongs ohne Lagerfeuer zum Mitsingen

**Donnerstag, 15. August 2019**

ab 15.30 Uhr

## Kinderdisco

mit der Rhythm & Dance Abteilung des HTV

**Freitag, 16. August 2019**

18.00 – 20.00 Uhr

## Dr. Mojo

Bekannte & beliebte Oldies, erdiger Blues, Balladen & Folksongs bietet diese „One-Man-Band“ mit unterhaltsamer Moderation und Anekdoten über Songs und deren Interpreten

**Samstag, 17. August 2019**

10.00 – 12.00 Uhr

## Aktiv werden gegen die Klimakrise

– nicht nur fridays

politisch Druck machen, aber auch bei sich selbst anfangen – mit simplen, kleinen Schritten. Infostand der Global Marshall Plan Initiative

16.00 – 22.00 Uhr

## Balkantag

Irena Steinjan organisiert spannende und lebendige Events rund um den Balkan, seine Menschen und seine Kultur  
ab 16.00 Uhr Kinder-Folklore mit Barca  
ab 17.00 Uhr Balkan-Grill

ab 20.00 Uhr

## BigBalkan

das beste aus traditionellem und urbanem Sound des Balkans

**Sonntag, 18. August 2019**

18.00 – 20.00 Uhr

## Framework

Eine Coverband, die nicht nur im Bergischen Land bekannt ist. Sie spielen die angesagtesten Rock- und Popsongs der letzten 40 Jahre aber auch Stücke aus den aktuellen Charts.

**Montag, 19. August 2019**

ganztägig

Strand pur

**Dienstag, 20. August 2019**

16.30 – 17.15 Uhr

Kindertanz mit Maja

17.30 – 18.30 Uhr

## Zumba am Strand

Majas Bewegungszentrum

19.00 Uhr

## Allgemeiner Sporttreff am Strand

**Mittwoch, 21. August 2019**

09:00 – 16:00 Uhr

## HTV - Volleyballturnier & mehr

verschiedene HTV-Abteilungen präsentieren sich

17.00 Uhr

## LaoLa

Lagerfeuersongs ohne Lagerfeuer zum Mitsingen

**Donnerstag, 22. August 2019**

19.00 Uhr

## Allgemeiner Sporttreff am Strand

**Freitag, 23. August 2019**

18.00 – 20.00 Uhr

## Groove Ahead

Die Formation aus Hilden präsentiert Soul-, Funk-, und Pop- Klassiker älterer und neuerer Generation gepaart mit hoher Spiel- und Improvisationsfreude.

**Samstag, 24. August 2019**

10.00 – 14.00 Uhr

## Büchermarkt und Kindertrödel

Trödelanmeldungen bitte an Eugenie Govaarts:  
megovaarts@arcor.de oder 02129 - 81 98

15.00 – 17.00 Uhr

## Käpt'n Blaubär

„Alles in Lot auf'm Boot ... alles in Butter auf dem Kutter“. Mit diesem Ohrwurm ist Käpt'n Blaubär in jedem Hafen willkommen. Der berühmte Lügenbär und sein Leichtmatrose Hein Blöd spinnen jede Menge Seemannsgarn und nehmen das Publikum mit auf einen Törn, der mit allen Wassern gewaschen ist. „An Land“ (am Brunnen) schütteln der Käpt'n und sein Leichtmatrose gerne die Hände kleiner Hilfsmatrosen oder posieren für Fotos.

20.00 – 22.00 Uhr

## Prompt

Keine typische Top 40 Coverband - Ihre gehobene Rock-/Pop Livemusik bedient eine große Bandbreite durch abwechslungsreiche Songlists und die sechsköpfige Aufstellung der Band.

22.00 – 24.00 Uhr

## Lagerfeuer im Sand

**Sonntag, 25. August 2019**

ab 08.00 Uhr

## Sand-Weg-Party

Holt Euch den Strand nach Hause!

**Änderungen vorbehalten!**

Details und Programmänderungen finden Sie unter:

[www.haaner-sommer.de](http://www.haaner-sommer.de)

**Ja**, mir gefallen die Anzeigen im Stadtmagazin

Ich bitte um Kontaktaufnahme unter:

Firma:

Ansprechpartner:

Straße:

Ort:

Telefon:

Ausschneiden und per Fax senden an:

**0 21 04 - 92 48 75**

Hildebrandt Verlag • Brucknerstraße 19 • 40822 Mettmann

**Nähe  
ist einfach.**



[www.stadt-sparkasse-haan.de](http://www.stadt-sparkasse-haan.de)

Wenn man einen persönlichen Berater hat, der die Wünsche seiner Kunden kennt.

Wir für Sie- ganz nah, gut beraten.

Wenn's um Geld geht  
Stadt-Sparkasse  
Haan (Rheinl.)

# KINDE

## Schattenraten

Welcher Schatten passt?



Lösung: Schatten B

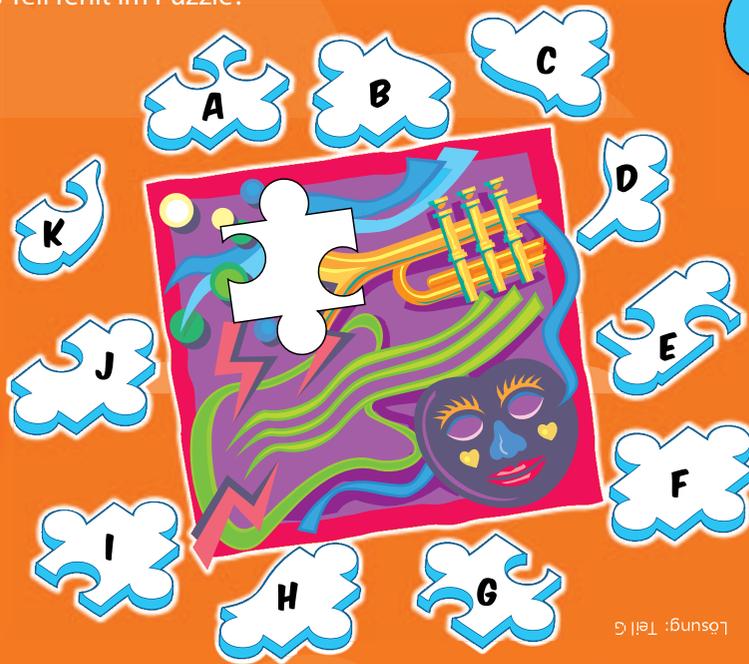
## 99 Luftballons?

Nein, ganz so viele sind es nicht, aber schon ganz schön viele. Kannst du alle Ballons mit Schnur zählen ohne durcheinanderzukommen?

Lösung: Es sind 22

## Puzzleteil suchen

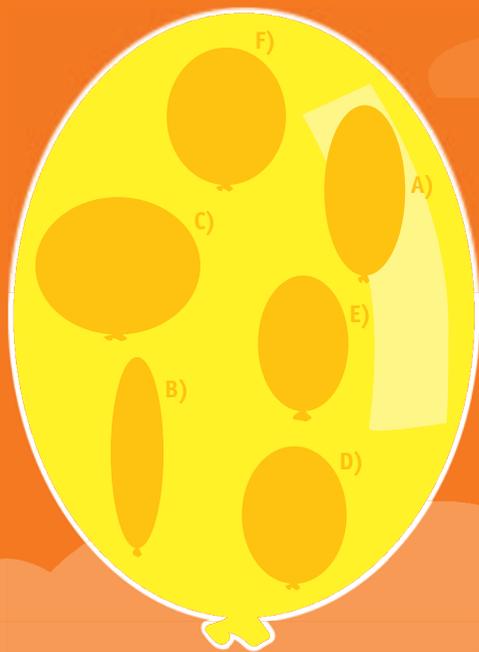
Welches Teil fehlt im Puzzle?



Lösung: Teil G

## Schattenraten

Welcher Umriss passt zu dem großen gelben Luftballon?



Lösung: Umriss D



# RSFITE



## Verkleidungs-wirrwarr

Huch! Die Kinder haben sich wohl zu schnell umgezogen und ihre Verkleidungen durcheinandergebracht. Nimm dir einen Stift und verbinde die passenden Teile.

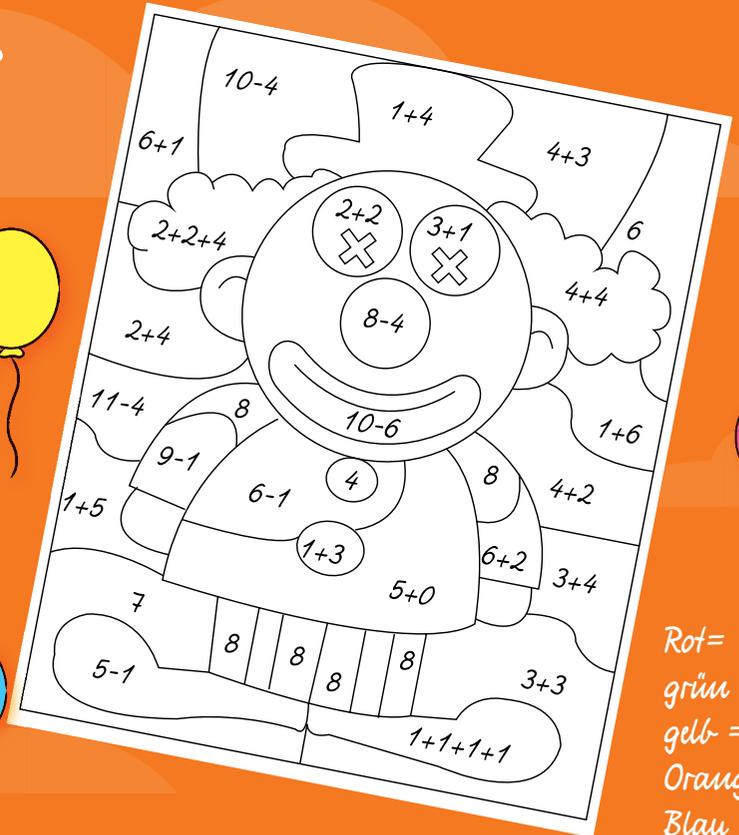


**LACH DOCH MAL WIEDER!**

GEHT EIN COWBOY ZUM FRISEUR.  
KOMMT WIEDER RAUS, IST SEIN PONY WEG!



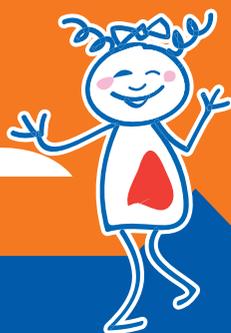
Labyrinth



Rot = 4  
grün = 5  
gelb = 6  
Orange = 7  
Blau = 8

## Mathe-Ausmalen

Kannst du gut rechnen? Wenn ja, dann male die einzelnen Flächen mit den richtigen Farben aus. Was ist dann zu sehen?





Peter Weisheit (links) freut sich über Kreismeisterschaft und Aufstieg.  
Foto: Bureau Peter Weisheit



Die gesamte Special-Olympics-Delegation der Lebenshilfe-Kreisvereinigung Mettmann mit 39 Athleten und 12 Trainern/Betreuern.  
Foto: Jürgen Steinbrücker

### Tennis

(FST/PM) In diesem Jahr lud der Merscheider TV zur Kreismeisterschaft und richtete bei ziemlich schwülem Wetter das Finale aus. Wie schon in den vier Jahren zuvor war auch der ambitionierte Haaner Peter Weisheit (für den TC Stadtwald Hilden) mit von der Partie und spielte sich in den spannenden Spielen bis zum Finale. Trotz der drückenden Witterung ließ sich der Haaner, Sohn des gleichnamigen be-

kannten Musikers, dort das Heft nicht aus der Hand nehmen und gewann deutlich in zwei Sätzen gegen Florian Trüb. Damit verlässt Peter Weisheit aber nun auch „altersbedingt“ die Ära der Kreismeisterschaften – doch sicherlich werden wir auch in den nächsten Jahren weiterhin von ihm hören. Zu Recht mit sich zufrieden, nahm er den Pokal entgegen und freute sich: „Dies ist mein letzter Pokal für die Kreismeisterschaft, mal sehen, was als Nächstes kommt ...“ Einige Wochen später stieg er dann

noch mit der U18-Mannschaft des TC Stadtwald Hilden in die Niederrheinliga auf, die höchste Spielklasse dieser Alterskategorie. ■

### Special Olympics

(FST/jste) Zahlreiche Athleten und zwölf Trainer/Betreuer der Lebenshilfe-Sportabteilung Kreis Mettmann machten sich kürzlich auf den Weg zu den dritten Special-Olympics-Landespielen NRW nach Hamm. „Ge-

meinsam. Besonders. Sportlich“ war das spezielle Motto der Landesspiele in Hamm. „Rainbowstars soccer“ – diesen Namen gab sich die erste Unified-Fußballmannschaft aus sieben Lebenshilfe-Spielern und fünf Spielern der U19 von der SSVg 02 Velbert. Angeregt hatte diese gemischte Mannschaft Lars Glinde- mann, Verwaltungsratsmitglied der SSVg und Geschäftsführer von Ford Jungmann in Wülfrath. Falk Leon Tiedtke meinte schon am zweiten Tag und nach fünf Spielen (vier ge-

wonnen, einmal unentschieden); „Das ist erste Sahne!“ Nach dem letzten gewonnenen Spiel, das zur Goldmedaille führte, resümierte Trainer Eric Glinde- mann: „Alle waren begeistert vom Teamgeist der Mannschaft, die Inklusion ist perfekt abgelaufen, und am Ende hatten die Spieler der SSVg genauso viel Spaß wie die der Lebenshilfe und haben sich sehr über die Goldmedaille gefreut.“ „Ich bin der Erste“, jubelte Alexander Fleckenstein. Ganz außer Atem, aber glücklich hatte er gerade einen 500-Meter-Lauf der Rollerskater und damit eine Goldmedaille gewonnen. Die elf Rollerskater der Lebenshilfe Kreis Mettmann sahten kräftig ab. Eugen Kunz, Mathias Rassing, Oliver Wagener und Jens Langhoff belohnten sich mit einer Goldmedaille bei der 4x50-Meter-Staffel Freistil. „Die Vier sind zum ersten Mal in der Staffel geschwommen, haben sich super abgestimmt und viel Teamgeist bewiesen“, freute sich Headcoach Nicole Fangmann. „So haben wir die Staffel haushoch gewonnen.“ „Insgesamt haben wir sehr gute Ergebnisse erzielt“, freute sich Gudrun Kronenberg, wie in Hamm schon Delegationsleiterin bei den nationalen Special Olympics 2018. ■

## „Wir sind Haan“-Senioren über alle (Alpen)-Berge

Zum fünften Mal ging's mit den Mountainbikes über steile Pässe (Brenner-, Jaufen-, Mendel-, Gampenpass usw.), durch grüne Täler und Weinberge bis zum sonnigen Gardasee.

### 8600 Höhenmeter

Drei Haaner und ein Emsländer im Alter von 67 bis 77 Jahren erkletterten 8600 Höhenmeter (55-mal die Höhe des Kölner Doms) und fuhrten in sieben Tagen über 570 Kilometer. Belohnt wurden die Anstrengungen mit beeindruckenden Ausichten, rasanten Abfahrten (bis zu 70 km/h schnell) und mit einem kühlen Bier im Tal. Heinrich Kessens (67), Hans-Joachim Knab (77), Hermann



Neumann (69) und Jürgen Stoppert (67) haben schon

neue hohe Ziele fürs nächste Jahr angepeilt.

Foto: zur Verfügung gestellt von Dr. Hermann Neumann ■

### Handball

(FST) Die zweite Herrenmannschaft von Unitas Haan stieg nach zwei Relegationsspielen



Sarah Bruchmann zeigte in Hamm tolle Leistungen im Rollerskating.  
Foto: Jürgen Steinbrücker



Der Minisportabzeichentag in Haan sorgte für Begeisterung.

Foto: zur Verfügung gestellt von Herbert Raddatz

gegen die TG Vorst (22:26 und 21:23 aus Haaner Sicht) in die Landesliga ab. ■

### Fußball

(FST) Fußballfreunde, aufgepasst! Frauen-WM und U21-EM sind mit den Titeln für die USA bzw. den spanischen Nachwuchs zu Ende gegangen – am 16. August beginnt schon die Bundesligasaison 2019/20 mit der Partie des Meisters Bayern München gegen Hertha BSC. Bereits am Wochenende zuvor gibt es die erste DFB-Pokalrunde, und am 26. Juli schon startet die neue Zweitligasaison. ■

### Minisportabzeichen

(FST/PM) Das Minisportabzeichen für 181 Kindergartenkinder aus neun Haaner Kindergärten war der sportliche Höhepunkt ihrer jungen Laufbahn. Auf einem richtigen Sportplatz mit einer Kunststofflaufbahn an der Hochdahler Straße war es ein besonderes Ereignis. Es galt, die Regeln von „Lott Jonn“ des Kreisgesundheitsamtes Mettmann einzuhalten, die in Anlehnung an das Sportabzeichen kindgerecht angeboten werden: „Ganz doll bewegen, ganz weit oder hoch springen, ganz schnell laufen, ganz weit oder hoch werfen und ganz lange laufen.“ Auch wenn es ein heißer Tag war, die Kinder zwischen vier und sechs Jahren hielten

durch und wurden von ihren Erzieherinnen fürsorglich betreut; die notwendigen Getränke hatten alle mitgebracht. Bei diesem Sportereignis wurden die jüngsten Sportler von Schülern des Haaner Gymnasiums betreut. 20 Mädchen und Jungen der zehnten Klasse wurden von Martina Fueermann begleitet. Die Gymnasiasten wurden in der Vorbereitung auf ihren zukünftigen Sport-Leistungskurs am Gymnasium im Schulunterricht von der HTV-Leichtathletik-Abteilungsleiterin Astrid Siebert für ihre Aufgaben und Gestaltung des Wettkampfes geschult. Sie trugen die Verantwortung als Betreuer, Riegenführer, Kampfrichter und für die Siegerehrung. Zur Aufheiterung gab es auch Einlagen eines Clowns. Ziel für die Kinder war nicht der ehrgeizig errungene Erfolg, sondern der Spaß an der Bewegung. ■

### Sportlerehrung

(FST/PM) Die Stadt Haan ehrt ihre überregional erfolgreichen Sportlerinnen und Sportler sowie langjährig tätige Ehrenamtler am Samstag, den 28. September, um 16 Uhr im Pädagogischen Zentrum Walderstraße. Der neue Termin wurde vom Schul-/Sportamt und dem Vorstand des Sportverbandes Haan festgelegt. Aus organisatorischen Gründen musste der Termin im Frühjahr abgesagt werden. Die Haaner Sportvereine wurden bereits mit Rundschrei-

ben informiert. Da weitere Haaner Aktive ihre Erfolge für auswärtige Vereine errungen haben, sollen auch diese Sportler geehrt werden. Melden können sich alle Aktiven, die ihre Titel in den Jahren 2017 und 2018 und im ersten Halbjahr bis zum 30. Juni 2019 errungen haben. Meldungen richtet man bitte an die Stadt Haan, Mail: Schulverwaltung@stadt-haan.de, und an den Sportverband Haan, Mail: Kontakt@sportverband-haan.de. Meldeschluss ist der 31. Juli 2019. Aktive Sportler (Einzelsportler und Mannschaften) sollten Teilnehmer an Europa-/Weltmeisterschaften, Olympischen Spielen oder Deutschen Meisterschaften (mit Qualifikation, ohne Qualifikation Rang 1 bis 15) gewesen sein, einen Top-3-Platz bei Rheinland-Meisterschaften, NRW-Meisterschaften oder Westdeutschen Meisterschaften belegt haben oder nach Aufstiegen in die Verbands- bzw. Oberliga Platz eins bis drei belegt haben. Auch weitere herausragende Leistungen, Erfolge bei überregionalen, nationalen oder internationalen Pokalwettbewerben, können gewürdigt werden. Vereinsvertreter können auf Vorschlag ihres Vereins oder Verbandes für ihre Tätigkeit geehrt werden. Die Tätigkeit sollte sich über mindestens sieben Jahre in der Vereins- oder Verbandsarbeit erstreckt haben. Es ist eine kurze schriftliche Begründung vorzulegen. Sportvereine mit bis zu 500 Mitgliedern können zwei Vereinsvertreter

benennen. Für alle zusätzlich angefangenen 500 Mitglieder

kann ein weiterer Vertreter vorgeschlagen werden. ■



**CELERIO**  Way of Life!

**Kompakter Raumriese**  
**Ab 10.490,- EUR<sup>1</sup>**

- 1.0-Liter-Benzinmotor mit 50 kW (68 PS)
- Kraftstoffverbrauch: innerorts 4,5 l/100 km, außerorts 3,6 l/100 km, kombiniert 3,9 l/100 km, CO<sub>2</sub>-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 89 g/km (VO EG 715/2007)

Diese Werte wurden auf Basis des neuen Prüfverfahrens „WLTP“ ermittelt. Weitere Informationen unter: <https://auto.suzuki.de/service-info/wltp>

Abbildung zeigt Sonderausstattung.  
<sup>1</sup> Endpreis für einen Suzuki Celerio 1.0 DUALJET Club

**Altmann**  
AUTOLAND

**Karl Altmann GmbH & Co. KG**  
Düsseldorfer Straße 69-79 · 42781 Haan  
Telefon: 02129 932020 · <https://handel.suzuki.de/altmann>

## 101 Kilometer allein auf Schusters Rappen

Bereits zum dritten Mal startete der Haaner Extremwanderer Michael Höber (59) beim „Hollenmarsch“ im sauerländischen Bödefeld auf der XL-Distanz

**Mal eben 100 Kilometer wandern? Und das, ohne zwischendurch die Füße hochzulegen? Um Himmelswillen, wer macht denn sowas? Plaudert man mit Matthias Höber über den „Hollenmarsch“, kommt man aus dem Staunen nicht mehr heraus. Nimmt man es ganz genau, waren es 101 Kilometer.**

### Wanderstiefel

Hätte er gesagt, der Hollenmarsch rings um Bödefeld wäre ein Höllenritt gewesen, so hätte man das sofort geglaubt. Stattdessen kommt der Haaner ins Schwärmen, wenn er von der Wandertour durchs Sauerland erzählt. So ganz neu war das alles für ihn auch nicht – der 59-Jährige hat dort schon des öfteren die Wanderstiefel geschnürt. Und das immer für die XL-Distanz, dabei hätte man es mit 20 oder 50 Kilometern auch deutlich leichter haben können. Apropos Wanderstiefel: Die müssen passen! Unbedingt! Ansonsten wird es kompliziert. „Ich habe mir immer Blasen gelaufen. Beim Gehen merkt man das irgendwann nicht mehr“, erzählt Matthias Höber von seinen 100-Kilometer-Märschen. Allerdings sei es ein Dilemma, wenn einem die falschen Schuhe ein solches Drama schon nach 20 Kilometern bescheren würden. Passiert sei ihm das noch nicht – aber ja,



Matthias Höber – gute Laune vor dem Start.

die Frage nach den richtigen Wanderschuhen treibe ihn um vor dem Start.

### Wanderbegleitung

Mal eben so den Rucksack packen und loslaufen? Es soll beim Hollenmarsch schon Leute gegeben haben, die das gemacht haben. So wie der Mitarbeiter eines Sicherheitsdienstes, den sein Chef geschickt hatte. „Er hat

die ganze Zeit geflucht und wollte aufgeben“, erinnert sich Matthias Höber an seine Wanderbegleitung bei einem der letzten Märsche. Damals auch mit dabei: Ein untrainierter Möbelverkäufer aus Bielefeld. Am Ende habe sich alle gegenseitig ins Ziel getrieben. Es könne auch passieren, dass einem Leute zwischen Kilometer 30 und 50 die ganze Lebensgeschichte erzählen. Diesmal allerdings ist er al-

lein gelaufen – und das 20 Stunden, 20 Minuten und 30 Sekunden lang.

### Schritte zählen?

Dazwischen liegt die Nacht. „Ich fühle mich aus allem herausgelöst“, schwärmt Matthias Höber von der wunderbaren Leichtigkeit, die ihn durch die Dunkelheit treibt. Im Wald sei es dann still, die Wahrnehmung

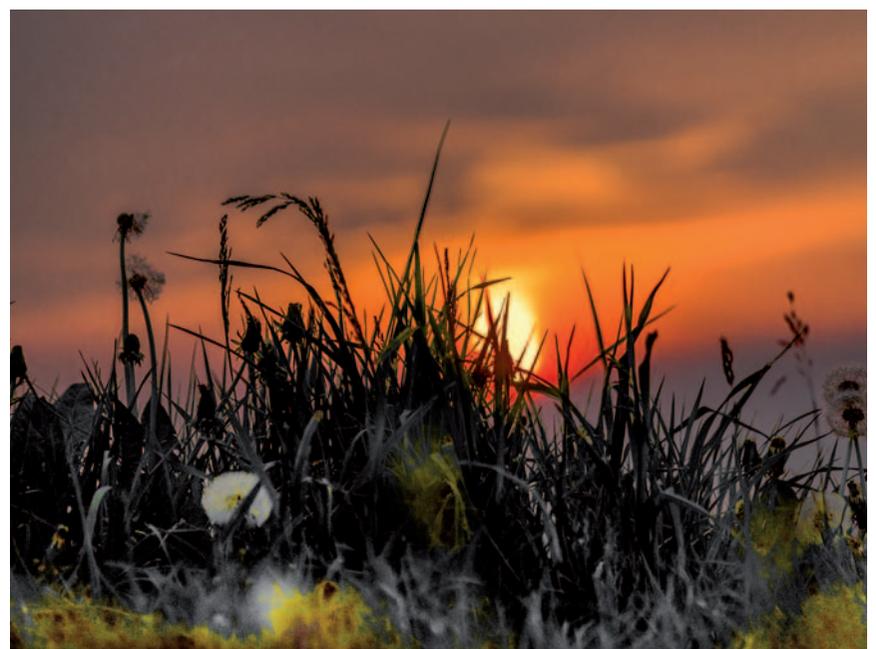
schrumpft auf den Lichtkegel der Stirnlampe zusammen. Kein Vogelzwitschern, das Rauschen in den Baumwipfeln verstummt: Man fällt heraus aus allem und auch aus der Zeit. Die vergehe nachts langsamer, und dennoch: Kilometer oder Schritte zählen und dabei ständig auf die Uhr gucken? Nein, das macht Matthias Höber nicht. Stattdessen erkundigt er sich an den Verpflegungsständen nach der Zeit – und die findet man nur alle zehn Kilometer.

### Ohne Handy unterwegs

Dort werde man auch danach gefragt, ob alles gut läuft. Dazu fährt in der Nacht noch eine „Fahrradstreife“ die Strecke ab, um zu schauen, ob jemand in Not geraten ist. Ein ganzes Dorf ist auf den Beinen, um den Hollenmarsch-Läufern ein gutes Gefühl zu geben. Dazu sind die Wege noch mit Kreide markiert – es kann also nicht allzu viel schiefgehen. Und so war es auch nicht schlimm, dass der Handyakku leer war und die Powerbank zuhause lag. Irgendwann hat man dann das Ziel vor Augen. „Das ist ein tolles Gefühl“, erinnert sich Matthias Höber an den Moment, in dem er den letzten Schritt über die Ziellinie gemacht hatte. Dort ist es dann allerdings vorbei mit der Einsamkeit des Wanderers – und das sei auch gut so. (SABINE MAGUIRE) ■



Zentrum des Hollenmarsches – Bödefeld im Sauerland.



Nach dem Sonnenuntergang – sieben Stunden Marsch durch die Nacht.

# Senioren im Mittelpunkt



## Seniorentanz ist „in“

Die Anfrage nach Seniorentanz ist groß, die positiven Effekte des Tanzens auf die körperliche, geistige und seelische Gesundheit sind durch zahlreiche wissenschaftliche Studien belegt. Der Allgemeine Deutsche Tanzlehrerverband e.V. – der Berufsverband für über 3000 Tanzlehrer – legt einen Schwerpunkt auf das Thema „Seniorentanz“ und hat dafür gleich drei Formate im Angebot: ADTV-TanzFit, Movita und Agilando. Alle drei Konzepte sind für die immer rasanter wachsende Gruppe der Senioren in Deutschland interessant, hinter jedem steht allerdings ein individueller Grundgedanke. ADTV-TanzFit: Die Zielgruppe der Senioren ist angesichts einer immer älter werdenden Bevölkerung der wohl wichtigste Zukunftsmarkt für Tanzschulen. Vor diesem Hintergrund hat der ADTV vor drei Jahren eine spezielle Fachtanzer-Ausbildung ins Leben gerufen, in der die Teilnehmenden einen Überblick über die gesamte Bandbreite des Seniorentanzes bekommen. Die Ausbildungsinhalte reichen von Line-Dance, Salsa für Senioren, Rollator-Tanz und Sitz-Tanz bis hin zu Showtanz für Senioren. Movita: Das Tanz- und Fitnesskonzept Movita wurde speziell für Frauen ab 55 Jahren entwickelt und greift einen wichtigen Zeitgeist auf. Denn: Movita verbindet altersgerechtes Fitnesstraining mit dem Bedürfnis nach Individualität und Geselligkeit. Es ist das perfekte Angebot für Frauen, die etwas für sich tun möchten, ohne einen Tanzpartner suchen zu müssen. Agilando: Agilando ist ebenfalls ein Tanz-Fitnessprogramm für Erwachsene ohne Partner - hier liegt der Fokus auf tänzerischer Gymnastik und unterhaltsamen Partytänzen, ohne komplizierte Schrittfolgen oder Bodenübungen. Eine Stu-



Nicht jede Tanzschule bietet solche ungewöhnlichen Veranstaltungsorte. Foto: WavebreakmediaMicro - Fotolia

die über sechs Monate hat gezeigt, dass ein Training auf der Basis eines nur einstündigen Tanzkurses einmal pro Woche positive Auswirkungen auf ein sehr breites Leistungsspektrum hatte. Es wurden hier nicht nur mit dem Tanzen verknüpfte Bereiche wie Körperhaltung, Gleichgewicht und Reaktionszeit, sondern auch nicht unmittelbar verknüpfte Bereiche wie Kognition und Sensorik verbessert. Alle drei Projekte beweisen – so sieht es die ADTV – Präsidentin Cornelia Willius-Senzer – dass Tanzen „die beste Medizin“ gegen altersbedingte Degenerationserscheinungen ist. Jeder Mensch könne tanzen, auch wenn sie oder er schon in reiferen Jahren sei. (pb) ■

## Senioren im Rausch

Über Rauschtrinken und Koma-saufen bei Jugendlichen wird oft berichtet. Ein deutlich geringeres Problembewusstsein in der Öffentlichkeit herrscht hingegen mit Blick auf den Alkoholkonsum im Alter. Das riskante

Trinken der Generation 65plus nimmt einer Auswertung der KKH Kaufmännische Krankenkasse zufolge deutlich zu: Demnach ist die Zahl der 65- bis 84-Jährigen, die wegen eines akuten Alkoholrauschs oder psychischer Probleme aufgrund von Alkohol ärztlich behandelt werden mussten, von 2007 auf 2017 um zwei Drittel gestiegen. Hochgerechnet auf ganz Deutschland waren zuletzt mehr als 355 500 Senioren der Generation 65plus betroffen. Die Auswertung zeigt darüber hinaus, dass der Anstieg in bestimmten Altersgruppen erheblich höher ist als im Durchschnitt – vor allem bei den Männern: Bei den 70- bis 74-Jährigen betrug dieser rund 95 Prozent, bei den 80- bis 84-Jährigen sogar weit mehr als das Doppelte. Und das ist nur die Spitze des Eisbergs, denn die Daten erfassen nur ärztlich behandelten Alkoholmissbrauch, die Dunkelziffer ist also weitaus höher. Einer Studie des Robert Koch-Instituts zufolge legen in Deutschland mehr als 34 Prozent der Männer und rund 18 Prozent der Frauen zwischen 65 und 79 Jahren ei-

nen riskanten Alkoholkonsum an den Tag. Die Gründe dafür

sind vielfältig. Viele Senioren leben einsam und isoliert: Früher waren sie im Job unentbehrlich, heute fühlen sie sich als Rentner nicht mehr gebraucht. Der Partner ist darüber hinaus vielleicht schon gestorben, die Angehörigen leben weit entfernt, Freunde und enge Bekannte fehlen. Niemand interessiert sich für sie und die Tatsache, dass sie trinken. Sie geraten in einen Teufelskreis, denn wer langfristig zu viel Alkohol konsumiert, gefährdet nicht nur die Gesundheit, sondern hat erst recht keine Möglichkeit mehr, ein selbstständiges, selbstbestimmtes und aktives Leben im Alter zu führen. Das Tückische: Schädliches Trinkverhalten bei Senioren ist nicht leicht festzustellen. Das Thema ist in Arztpraxen und beim Pflegepersonal oft nicht präsent, denn häufig werden Folgen von Alkoholproblemen mit Alterserscheinungen verwechselt.

wow!

Alle Jobangebote, Downloads, Infobroschüre und Online-Bewerbung unter [jobs.senioren-park.de](http://jobs.senioren-park.de)

**Wir suchen Sie!**  
**Pflegfachkräfte,**  
**Pflegehelfer mit LG1 und LG2**  
(m/w, in Voll- und Teilzeit)

Verlieren Sie keine Zeit! Eine Bewerbung – viele Perspektiven. Wir bieten Ihnen eine betriebliche Altersvorsorge und eine leistungsgerechte Vergütung! Bewerbungen von schwerbehinderten Menschen und Mitarbeiter/innen „50plus“ sind ausdrücklich erwünscht.

Senioren-Park carpe diem  
Kontakt: Frau van Tintelen  
Düsseldorfer Straße 50  
42781 Haan  
Tel.: 021 29/92 46-0  
[haan@senioren-park.de](mailto:haan@senioren-park.de)

Senioren-Park carpe diem  
...attraktive Arbeitsplätze!

# Senioren im Mittelpunkt



**Probleme beim Tabletten-Schlucken: Zerkleinern ist der falsche Weg.**  
Foto: obs/Wort & Bild Verlag - Senioren Ratgeber/iStock\_HAKINMHAN

Schlafstörungen, Orientierungslosigkeit, undeutliches Sprechen oder Nachlässigkeit bei der Hygiene können altersbedingt sein, aber auch auf einen zu hohen Alkoholkonsum hinweisen. Senioren müssen deutlich weniger Alkohol trinken als Jüngere, um die Gesundheit nicht zu gefährden. Derzeit gibt es laut Robert Koch-Institut in Deutschland für ältere Menschen aber keine genaue Richtlinie für einen risikoarmen Alkoholkonsum. Einige Experten empfehlen ab dem 65. Lebensjahr maximal zehn Gramm reinen Alkohols täglich für Männer und Frauen, also ein kleines Glas Bier (0,25 Liter) oder Wein (0,1 Liter). Zwei Tage pro Woche sollten ganz alkoholfrei sein. Folgen von Alkoholkonsum im Alter: 1. Mit zunehmendem Alter sinkt der Wasseranteil im Körper. Getrunkenen Alkohol verteilt sich bei älteren Menschen somit auf weniger Körperflüssigkeit und führt bei der gleichen Menge zu einem höheren Alkoholspiegel als bei jüngeren Menschen. 2. Bereits kleine Mengen von Alkohol können im Alter schon betrunken machen, da

die Leber nicht mehr so gut arbeitet wie in jungen Jahren. 3. Die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit lässt durch Alkohol schneller nach. 4. Alterserkrankungen wie Diabetes und Bluthochdruck verschlimmern sich durch Alkohol. 5. Im betrunkenen Zustand steigt gerade bei älteren Menschen die Gefahr von Stürzen, Unfällen und schweren Verletzungen wie beispielsweise Oberschenkelhalsbrüchen. (pb) ■

## Tabletten-Schlucken

Problem mit dem Tabletten-Schlucken haben viele Senioren. Einige Tipps können helfen. Wer Probleme mit dem Schlucken seiner Tabletten hat, sollte diese auf keinen Fall kauen oder vor der Einnahme zerkleinern. Denn viele Tabletten wirken dann nicht mehr so, wie sie sollen. Darauf weist Apotheker Sebastian Pape aus Hannover hin. „Besser: Nehmen Sie Tabletten mit einem großen Glas Leitungswasser ein!“ Wer trotzdem Schluckprobleme hat, kann die Tablette

auch ummanteln. „Dabei drücken Sie sie durch einen kleinen Napf, den es verblüstem zu kaufen gibt. Dabei wird die Tablette mit einem Film überzogen.“ So rutsche sie besser, der Film überdecke den Eigengeschmack der Tablette, und der Speichelfluss werde angeregt, so der Apotheker. Der einzige Nachteil sei, dass die Tablette dadurch noch etwas dicker werde. „Vielleicht können Sie auch auf eine andere Darreichungsform umsteigen. Etwa auf Schmelztabletten, die sich im Mund auflösen.“ Manchmal seien Säfte oder Zäpfchen eine Alternative. Wer unter Schluckproblemen leidet, sollte zum Arzt gehen. „Sprechen Sie auch Ihren Apotheker an“, rät Pape. „Als Arzneimittelfachmann kennt er sich aus mit Darreichungsformen und nennt Ihnen mögliche Alternativen.“ (pb) ■

## Saunagang kann Wundheilung stören

Die Sauna als Ort der Entspannung und der Vitalisierung ist sehr beliebt. Doch nicht in dem Fall ist es ein Ort der Gesundheit. Damit nach einer Hautverletzung eine möglichst unauffällige Narbe entsteht, sollte man starke Temperaturreize meiden. „Hitze, etwa in einer Sauna, aber auch starke Kälte können die Heilung stören“, warnt Apothekerin Dr. Daniela Walter aus Stuttgart. Wie ausgeprägt sich eine Narbe entwickelt, können Patienten zum Teil selbst beeinflussen. „Ungefähr nach zwei Wochen, wenn die Fäden gezogen wurden und die Wunde verschlossen ist, massieren Sie die Stelle regelmäßig und vorsichtig mit speziellen Narbencremes oder Silikongels“, empfiehlt Walter. „Damit versorgen Sie die Haut mit Feuchtigkeit, weichen das Gewebe auf und beugen Entzündungen vor.“ Ein gutes Hautklima schaffen auch Narbenpflaster: Wasserdampfdurch-



**Ein Saunagang kann die Wundheilung stören.**  
Foto: Wort & Bild Verlag - Senioren Ratgeber/iStock\_Solovyova

lässig und atmungsaktiv, fördern sie der Apothekerin zufolge die Heilung in der Tiefe und halten die Haut gleichzeitig elastisch. Da Narbengewebe keine schützenden Hautpigmente bilde, sei ferner ein Sonnenschutz mit hohem Lichtschutz-

faktor wichtig, sagt Walter. „Wenn Sie überdies darauf achten, mit Kleidungsstücken keinen allzu großen Zug oder Druck auszuüben, und das Gewebe auch nicht zu arg spannen, kann die Wunde unauffällig abheilen.“ (pb) ■

**Anzeigenannahme:  
0171 / 510 17 44**