

AGGERTALER

DAS MAGAZIN FÜR DAS AGGERTAL

1 | 2020

Bergische Wanderwoche

Das Bergische stellt 120 geführte
Wanderungen zusammen – Seite 5

KULTUR

Seite 12

Portrait der Künstlerin
Manuele Klein

OBERBERGISCHE DÖRFER

Seite 42

Elsenroth – ein Dorf mit
viel Engagement

TREFFPUNKT DORFKNEIPE

Seite 46

Gaststätte Haus
Kranenberg in Bielstein

GEMEINSAMES SHOPPING VERGNÜGEN!

Über 70 Geschäfte
und Restaurants.
Mo-Sa 9.30 bis 20 Uhr



forum
gummersbach

www.forum-gummersbach.info

IMPRESSUM

Herausgeber & Druck

Welpdruck GmbH
Dorfstraße 30, 51674 Wiehl
Telefon 02262 7222-0
info@welpdruck.de
Amtsgericht Köln, HRB 57879
Geschäftsführer: Michael Welp

Erscheinung, Auflage

4 x jährlich, 42.000 Exemplare

Koordination und Vertrieb

Susanne Kreuder
vertrieb@der-medienverlag.de
Telefon 02262 7222-12

Redaktion

Dieter Lange (Leitung)
Vera Marzinski
Anna-Lena Schäfer
Marie-Luise Dörfel
redaktion@der-medienverlag.de

Layout

Vitamin D GbR | Büro für Design
Am Faulenberg 9, 51674 Wiehl
info@vitamind.de

Verteilung

kostenlos an alle Haushalte
im Verteilgebiet

Titelbild

© Uwe Völkner / Fotoagentur FOX

Der Herausgeber haftet nicht für eventuell erlittenen Schaden, der aus Fehlern und/oder Unvollständigkeiten aus dem Inhalt dieses Magazins hervorgeht. Zugleich ist der Herausgeber nicht verpflichtet, unverlangt eingesandte Artikel oder Bilder zurückzusenden. Der Inserent ist für die von ihm eingereichten Texte, Bilder oder Logos, etc. selbst verantwortlich. Der Inserent schützt die Welpdruck GmbH vor allen Forderungen, die aus dem Verstoß gegen Rechte Dritter im Bezug auf Marken, Patente, Urheberrechte oder anderer Rechte hervorgehen sollten. Eine Vervielfältigung abgedruckter Texte ohne vorherige Absprache und Zustimmung mit der Welpdruck GmbH ist unzulässig und strafbar. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht automatisch die Meinung des Verlages wieder.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

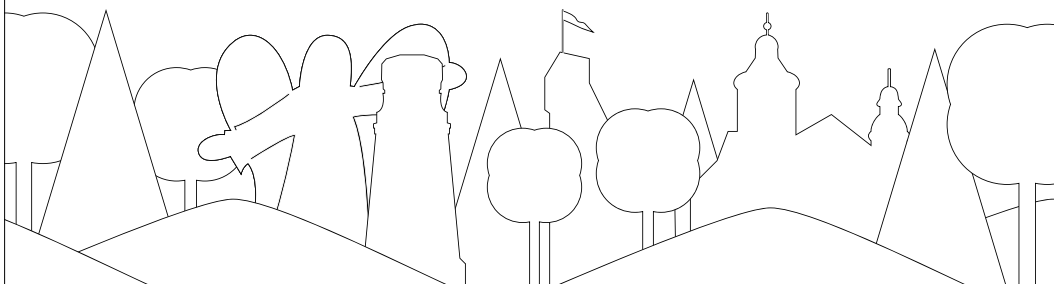
die närrische „Fünfte Jahreszeit“ ist vorbei, die Tage sind schon wieder bedeutend länger – und der offizielle Frühlingsbeginn steht unmittelbar vor der Tür. Obwohl der Winter 2019/20 ja gar kein richtiger Winter war, die Wintersportfans in unserer Region vergeblich auf die weiße Pracht zum Skifahren oder Rodeln warteten, freuen wir uns jetzt auf den bevorstehenden Frühling. Und parallel zur erwachenden Natur werden bei uns auch wieder die guten Vorsätze nach mehr Bewegung geweckt, und ein Gang auf die Waage führt uns schlagartig vor Augen, dass wir in der Adventszeit und während der Feiertage vielleicht doch etwas zu viel geschlemmt haben.

Sollten Sie, liebe Leserinnen und Leser, vielleicht den festen Vorsatz haben, die unnötigen Pfunde auf den Rippen wieder los zu werden, oder etwas mehr auf eine gesunde Ernährung zu achten? In dieser Ausgabe haben wir einige Tipps dafür für Sie parat. Wie wäre es zum Beispiel mit einem Besuch in der Wiehler Wasser Welt (Seite 14), oder einer Wanderung während der „Bergischen Wanderwoche“ (Seite 5)? Oder suchen Sie nach Tipps, wie Sie die Kurve zu regelmäßiger Bewegung kriegen (Seite 38) oder wie Sie trotz Fasten zu mehr Energie und Tatkraft gelangen (Seite 32)?

In dieser Ausgabe haben wir aber nicht nur Ernährungs- und Fitnesstipps sondern auch wieder eine ganze Reihe von interessanten Lesegeschichten und Hintergrundstories für Sie aufbereitet. Eine kleine Auswahl gefällig? Wir stellen in einem Porträt die Engelskirchener Künstlerin Manuele Klein vor (Seite 12), in der Serie „Treffpunkt Dorfkneipe“ laden wir in das „Haus Kranenberg“ in Bielstein ein, unsere Serie „Oberbergische Dörfer“ behandelt den Nümbrechter Weiler Elsenroth und in der Naturschutzserie stellen wir das NSG „Weinberg“ in Ründeroth vor. Wir schauen außerdem hinter die Kulissen der Gummersbacher Freimaurer-Loge „Zur Oberbergischen Treue“ (Seite 48) und stellen Ihnen die historische Hängebrücke Kastor über die Agger vor (Seite 40).

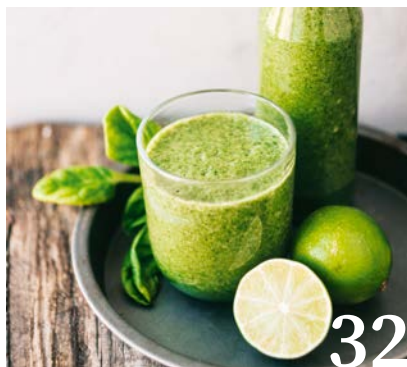
Dies liebe Leserinnen und Leser war aber nur ein kleiner Ausschnitt aus dieser Ausgabe. Bei der Lektüre dieses Magazin wünschen wir Ihnen viel Spaß. Und freuen Sie sich schon auf die nächste Ausgabe die Mitte Juni erscheinen wird.

**Ihr Verlags- und Redaktionsteam
der medienverlag**





44



32



12



18

Gemeinsam
für unsere Region

6 **TERMINE**
Veranstaltungen in Oberberg

8 **KULTURTERMINE**
Kulturelle Veranstaltungstipps

9 **KULTUR**
„Socken im Kühlschrank“

10 **KULTUR**
Schau-Spiel-Studio Oberberg

12 **KULTUR**
Porträt Manuele Klein

14 **OBERBERG AKTIV**
Spaß in Wiehler Wasser Welt

16 **ERNÄHRUNG**
Mit Kindern kochen

18 **WIRTSCHAFT**
Forum Gummersbach

20 **GESELLSCHAFT**
Solidarische Landwirtschaft

23 **KOMPAKT**
Nachrichten aus der Region

30 **WIRTSCHAFT**
Bilanzpressekonferenz der
Volksbank Oberberg

32 **ERNÄHRUNG**
Mehr Energie durch Fasten

34 **GESELLSCHAFT**
Bergische Osterbräuche

36 **GESELLSCHAFT**
Ambulanter Hospizdienst

38 **OBERBERG AKTIV**
Fitnesserie Esther Schittko

40 **GESCHICHTE**
Hängebrücke Kastor

42 **OBERBERGISCHE DÖRFER**
Elsenroth

44 **NATUR & UMWELT**
Naturschutzgebiet „Weinberg“
in Runderoth

46 **TREFFPUNKT DORFKNEIPE**
Haus Kranenberg Bielstein

48 **GESELLSCHAFT**
Freimaurerei in Gummersbach



Bergische Wanderwoche

Text: Das Bergische

Fotos: Uwe Völkner/Fotoagentur FOX, Cora Berndt-Stühmer, Dominik Ketz

Die Tage werden wieder länger, die ersten Frühlingsboten schießen aus dem Boden und die Vögel zwitschern ihre Vorfreude auf den Frühling durch die Gärten und Wälder. Ein untrügliches Zeichen dafür, dass die kommende Wandersaison immer näher rückt – und damit auch die nächste Bergische Wanderwoche, die vom 21.05. bis zum 07.06.2020 bereits zum 7. Mal stattfindet. An insgesamt 18 Tagen werden rund 120 geführte Wanderungen im ganzen Bergischen Wanderland angeboten.

Die Touren finden vorrangig auf den Bergischen Streifzügen, aber auch auf Abschnitten der beiden Fernwege, dem Bergischen Weg und dem Bergischen Panoramasteig, und angrenzenden Wanderwegen statt. Begleitet von fachkundigen Wanderführern – wie zum Beispiel den im vergangenen Jahr ausgebildeten Naturparkführern – können die Wanderer die abwechslungsreiche Landschaft, die Geschichte und Kultur des Bergischen Wanderlandes entdecken und dabei sicherlich auch noch einiges Neues lernen und am Wegesrand entdecken. Die Themen reichen von Kräuterwanderungen, bei denen natürlich auch probiert werden darf, über Gesundheits- oder Pilgerwanderungen bis hin zu Touren mit einer Orgelführung im Altenberger Dom oder Museumsführungen. Sie können aber auch bei einer Fotowanderung mit einem Fotografen auf Motivsuche gehen oder die Wanderung mit einem Whiskey-Tasting

verbinden. Unsere Gäste- und Wanderführer waren wieder richtig kreativ!

Viele der Wanderungen finden an den Wochenenden und Feiertagen statt. Damit Berufstätige aber auch unter der Woche die Möglichkeit haben, an den Touren teilzunehmen, sind in diesem Jahr besonders viele „After Work“- oder auch „Early Bird“-Wanderungen dabei. Diese Veranstaltungen beginnen so spät, dass berufstätige Wanderer ihren wohlverdienten Feierabend mit einer Wanderung aktiv und entspannt ausklingen lassen können. Sie werden sehen: Nach einem Tag im Büro tut die Bewegung an der frischen Luft besonders gut. Oder Sie genießen als Frühaufsteher den Sommermorgen wandernd in der erwachenden Natur.

Auch für Familien sind einige Veranstaltungen dabei. So können die Kinder mit Eseln wandern oder abends im Dunkeln mit Laternen losziehen oder Stockbrot am Lagerfeuer backen. Besonders spannend wird es beim Geocaching oder der klassischen Schnitzeljagd. Die geführte Wanderung kann aber auch mit einer Kanutour oder einer Draisinenfahrt verbunden werden. Langweilig wird es hier bestimmt nicht.

Weitere Infos und das gesamte Programm:

www.bergische-wanderwoche.de

i

MÄRZ

Sa., 14. März | 11:00 - 18:00 Uhr

So., 15. März | 11:00 - 18:00 Uhr

Osterwerkkunstmarkt Nümbrecht

In diesem Frühling reisen die Aussteller wieder aus ganz Deutschland an und präsentieren den Besuchern ihre Kunstwerke. Einige Aussteller lassen sich sogar bei der Anfertigung ihrer Arbeiten über die Schulter schauen. Handgefertigte Dekorationen für Tisch und Türen, die den Frühling in die Gute Stube und auf die Terrasse locken. Dem Repertoire sind keine Grenzen gesetzt.

 **Nümbrecht** | Park Hotel

 Eintritt frei!

Veranstalter: Nümbrechter Kur GmbH

Sa., 21. März | 13:30 und 16:00 Uhr

Bogenschießen im Sport-Park Nümbrecht

Die Ausrüstung wird vom Veranstalter gestellt. Bringen Sie bitte bequeme, der Witterung angepasste Kleidung mit. Je nach Witterung finden die Kurse in der Badmintonhalle statt – daher unbedingt Hallenschuhe mitbringen. Die Programme werden von erfahrenen Bogenschützen und Kursleitern betreut.

 **Nümbrecht** | Sport-Park

 20,00 € pro Person / 2 Stunden

 Telefon 02293 303700

Veranstalter: Sport-Park Nümbrecht

Sa., 21. März | 20:00 Uhr

So., 22. März | ab 11:00 Uhr

Lange-Schlauch-Nacht

Mit einem Feuerwerk an Spaß und Unterhaltung möchten die Kameraden der Löschgruppe Marienbergshausen am Samstag um 20.00 Uhr im Dorfhaus feiern. Für Unterhaltung sorgt DJ Walker und die Showtanzgruppe TeichBoys. Am Sonntag geht es traditionell weiter mit dem Frühschoppen und anschließendem Kaffee und Kuchen.

 **Marienbergshausen** | Dorfgemeinschaftshaus

 4,00 €

Veranstalter: Förderverein Freiwillige Feuerwehr Löschgruppe Marienbergshausen e.V.

So., 22. März | ab 10:30 Uhr

Fahrt mit dem Bergischen Löwen

Der Bergische Löwe bringt Sie über die landschaftlich besonders ansprechende Strecke vom Eisenbahnmuseum in Dieringhausen bis Wiehl. Am DB-Bahnsteig in Dieringhausen haben Sie die Möglichkeit, in den Bergischen Löwen einzusteigen.

 **Dieringhausen** | Bahnhof

 Erwachsener: 10 € /

Hin- & Rückfahrt: 16 €

Kinder ab 4 Jahre: 5 € /

Hin- & Rückfahrt: 8 €

Familie: 25 € /

Hin- & Rückfahrt: 40 €

 Telefon 02261 77597

APRIL

So., 26. April | 11:00 - 18:00 Uhr

Frühling in Nümbrecht

Der spannende Dreiklang – Handwerker, Autos und verkaufsoffener Sonntag – bietet zusammen mit den vielen Aktionen für jeden Besucher etwas Interessantes. Die 34. Autoschau des MSC Nümbrecht wird wieder den Dorfplatz nutzen, während die Nümbrechter Handwerker die obere Hauptstraße gestalten. Der Spieleparcours der Gemeindewerke ist wieder mit von der Partie.

 **Nümbrecht** | Ortskern

 Eintritt frei!

Veranstalter: Gemeinde Nümbrecht

Sa., 11. April | 11:00 Uhr

Kulinarische Führung

Vorbei an sehenswerten Skulpturen, denkmalgeschützten Gebäuden und der schönen ev. Kirche führt der Gästeführer die Besucher unterhaltsam und anekdotenreich durch Nümbrecht. Auf dem ca. 2 ½ bis 3 stündigen Rundgang besuchen die Gäste verschiedene kulinarische Stationen. Dort gibt es kleine schmackhafte Probierhäppchen.

 **Nümbrecht** | Kurpark

 24,00 € pro Person

 Anmeldung: Tel. 02293 302 302

Veranstalter: Nümbrechter Kur GmbH

MAI

Fr., 01. Mai bis Mo., 04. Mai

Ründerother Maikirmes

Seit dem Mittelalter ist die Maikirmes im Ortskern immer die erste Kirmes mit attraktiven Fahrgeschäften und zahlreichen Getränke- und Imbissständen der ortsansässigen Vereine.

📍 **Ründeroth** | Ortskern

🔖 Eintritt frei!

Sa., 02. Mai | 10:00 Uhr

Führung Benroth

Das „Ökologische Dorf der Zukunft“ lädt zur Besichtigung mit beispielhaften Projekten, wie Trockenmauern, einem Backes und vielem mehr ein.

📍 **Benroth** | Dorfhäus

🔖 14,50 € pro Person

📄 Anmeldung: Tel. 02293 302 302

Veranstalter: Nümbrecht Kur GmbH

Fr., 15. Mai bis So., 17. Mai

4. Street Food Festival in Wiehl



Foto: Christian Melzer

Begeben Sie sich auf eine kulinarische Weltreise auf der Schlemmermeile am Wiehler Weiherplatz. Außerdem erwartet Sie stimmungsvolle Live-Musik. Am Sonntag haben viele Einzelhändler von 13 bis 18 Uhr geöffnet. Mit Manfred Beaumart aus Aachen holte der Wiehler Ring wieder den professionellen und erfahrenen Veranstalter des erfolgreichen Streetfood-Events nach Wiehl.

📍 **Wiehl** | Weiherplatz

🔖 Eintritt frei!

Veranstalter: Wiehler Ring e.V.

So., 10. Mai | 10:00 - 18:00 Uhr

Tierkinder

Am Muttertag stehen im LVR-Freilichtmuseum Lindlar die großen und kleinen Tiere im Mittelpunkt. Es dreht sich zwischen altem Fachwerk und üppigen Bauerngärten alles um Schafe, Ziegen, Kühe, Schweine, Pferde, Kaninchen, Hühner, Gänse, Enten und Bienen. Mit dabei sind die Interessengemeinschaft Oberbergischer Schafhalter (IGOS) mit der größten Bergischen Schafrassenschau und Hühnerführungen, die Arche Gruppe Bergisch Land mit alten, vom Aussterben bedrohten Haustierrassen und der Naturpark Bergisches Land mit seiner Entdeckerjurte. Auch der Kaninchenzuchtverein Lindlar-Frielingsdorf, der Rassegeflügelzuchtverein Hückeswagen und der Bienenzuchtverein Bechen präsentieren ihre Arbeit. Die Museumsgäste können Lämmchen, Zicklein und andere Jungtiere bestaunen.

📍 **Lindlar** | Freilichtmuseum

🔖 Erwachsene: 9,00 €; Kinder frei!



Zur Person:

- Master Personal Trainer
- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Functional Trainer
- Lizenz für Reha-Sport-Orthopädie
- Rückenschullehrer
- Osteoporosetrainer
- Trainer für Therapie und Prävention
- Ernährungstrainer
- Fitnessmasseur



Esther Schittko
ESKO-PERSONAL-TRAINING

Ihr Partner für

- Fitness
- Gesundheit
- Rehabilitation

im Bergischen Land



Telefon: 02262 699855
www.esko-personal-training.de

KABARETT

Sa., 18. April | 19:00 Uhr

Florian Schroeder

Florian Schroeder hat Talent, eine scharfe Zunge und kein Blatt vor dem Mund. Passend unangepasst spricht er über Politik und das tägliche Geschehen. Schroeder ist ein Muss für jeden Freund gut durchdachter Polit-Satire. Mitlachen und mitdenken lautet die Parole.

📍 **Bergneustadt** | Begegnungsstätte Krawinkel-Saal

🎫 25,35 € bei Köln Ticket

Veranstalter: art & music e. V.

Fr., 08. Mai | 20:00 Uhr

Bernard Paschke

Machen Sie sich bereit für den Tag des jüngsten Gesichts: Worum soll es also gehen? Um „Die 100 schönsten Dinge, die ich schon mal in den Rhein geworfen habe, Platz 53-49, die Top 5 Ex-Sowjetrepubliken und die 10 Gebote. Sofern wir alle zusammenkriegen.“ Bernard Paschke erklärt Ihnen nichts weniger als dieses Jahrtausend. Was sollte er auch sonst tun, er kennt ja kein anderes.

📍 **Nümbrecht** | Park-Hotel

🎫 Kat.1: 20,00 € zzgl. 2,00 € VVG;
Kat.2: 18,00 € zzgl. 2,00 € VVG
Kartenvorverkauf:

Tourist Information Nümbrecht

📄 www.nuembrecht.de

Veranstalter: Nümbrechter Kur GmbH

SSSO-THEATER

So., 15. März | 18:00 Uhr

Fr., 20. März | 20:00 Uhr

Sa., 21. März | 20:00 Uhr

So., 22. März | 18:00 Uhr

Magnolien aus Stahl

Tragikomödie von Robert Harling



Foto: neirfy / iStockphoto

Sechs Frauen – ein Schönheitssalon. Es geht um Leben und Tod ... und Männer. Eine detaillierte Beschreibung des Stücks finden Sie auf Seite 10.

Premiere

Fr., 24. April | 20:00 Uhr

Sa., 25. April | 20:00 Uhr

So., 26. April | 18:00 Uhr

Mi., 29. April | 20:00 Uhr

Sa., 02. Mai | 20:00 Uhr

Der Vorname

Komödie von Matthieu Delaporte & Alexandre Patellière

Eine detaillierte Beschreibung des Stücks finden Sie auf Seite 11.

📍 **Wiehl** | Aula der Grundschule

🎫 WK 11,00 € (ermäßigt 6,00 €)
AK 12,00 € (ermäßigt 7,00 €)
Kartenvorverkauf bei
Wiehl-Ticket (Tel. 02262 99285)

📄 www.theater-wiehl.de

Veranstalter:

Schau-Spiel-Studio Oberberg

KONZERTE

Fr., 27. März | 20:00 Uhr

Meinschu

Meinschu ist ein „unplugged Cover-duo“, das sich auf zwei Akustikgitarren beschränkt. Meinschu sind Oliver Meinhold und Guido Schuster. Es ist immer wieder faszinierend zu erleben, wie viel Stimmung zwei Stimmen und zwei Gitarren hervorrufen können. Ihr Repertoire zeigt sich breit gefächert und abwechslungsreich. Ob Stings „Fields Of Gold“, Eagle Eye Cherrys „Save Tonight“, U2s „Sunday, Bloody Sunday“ oder „Do kanns zaubere“ von BAP – meinschu spielen solche Songs genauso überzeugend wie etwa „Solsbury Hill“ von Peter Gabriel oder „Unter The Bridge“ der Red Hot Chilly Peppers.

📍 **Gummersbach** | Halle 32

🎫 WK 12,00 €, AK 15,00 €
Kartenvorverkauf bei Köln Ticket
oder AggerTicket im Forum GM

Veranstalter: KultGM

Sa., 28. März | 19.30 Uhr

Akustik Rock – Pop – Blues im Wollager

Zwei Bands spielen Klassiker von den 40er Jahren bis heute und Eigenkompositionen. Grain of Truth (Blues Rock & More) und Walbach (Akustik-Rock)

📍 **Engelskirchen** | Altes Baumwollager, Engels-Platz 2

🎫 Eintritt frei, Spenden erwünscht

Veranstalter: EngelsArt



Dementical „Socken im Kühlschrank“ wird fortgesetzt

Text und Foto: Vera Marzinski

„Socken im Kühlschrank“ ist ein Musical, das sich mit dem Thema Demenz beschäftigt. Der Bergneustädter Komponist Joachim Kottmann hat es geschafft, das Thema in unterhaltsamer Form als Dementical mit dem Musical-Projekt-Oberberg (MPO) auf die Musical-Bühne zu bringen. Die Premiere im November 2019 wurde begeistert gefeiert, ebenso die beiden Folgetermine.

Das Thema Demenz als Musical? Ja, das funktioniert. Ein bedrückendes Thema, das Kottmann aus einer ungewöhnlichen Sichtweise und auf unterhaltsame Art und Weise behandelt. Viele Szenen zeigen mit den Mitteln des Musiktheaters, wie es der dementen Liese Lehmann geht – wie sie merkt, als ihr selbst ein jedes Jahr an Heiligabend aufgesagtes Gedicht nicht einfällt oder sie im Supermarkt nichts mehr findet. Es gibt Phasen, in denen sie den Schwiegersohn für den verstorbenen Ehemann hält. Sie vergisst viel – aber eins weiß sie genau „ich habe zwei Enkel, beides

Mädchen“. Die Versicherung möchte nicht, dass sie im Seniorenchor mitsingt – da könnte ja was passieren. Die Chorleiterin sieht das anders – singen ist herrlich. Und hier blüht Liese Lehmann sichtbar auf. Solche Erfahrungen macht Kottmann auch in seinem Projekt „EinfachMalSingenChor für Menschen mit und ohne Demenz“, der in Gummersbach stattfindet.

Menschen mit einer Demenz-Erkrankung benötigen oft eine Begleitung rund um die Uhr, was Angehörige meist an die Grenzen der Belastbarkeit bringt. Für Betroffene und Angehörige ist es oft schwer, die Erkrankung anzunehmen, besonders am Anfang. Genau das zeigt das Musical. Sowohl Text als auch die Musik – hervorragend umgesetzt von einer Live-Band neben der Bühne – stammen von Kottmann. Für die Regie des Stückes sind Martin Kuchejda und Christine Bretz zuständig. Sophie Krischik hat die Choreographie, Carlo Schneeweis die Kostüme dazu beigesteuert. Die Hauptrollen sind zum größten Teil doppelt besetzt. Es ist eine besondere Herausforderung einen musikalischen Zugang zum „Krankheitsbild Demenz“ zu vermitteln und mit dem Musical ist dies auf ganz besondere Weise gelungen.

„Socken im Kühlschrank“ wird am 20. Mai 2020 wieder in der Halle 32 aufgeführt und weitere drei Vorstellungen folgen – Karten gibt es jetzt schon bei AggerTicket.



Der aktuelle Vorstand des Schau-Spiel-Studio Oberberg (v.l.n.r.): Michael Albrecht, Barbara Wiwianka, Thomas Knura, Hans-Gerd Pruß, Angela Harrock.

Schau-Spiel-Studio Oberberg weiter auf Erfolgskurs

Text: Dieter Lange **Fotos:** Christian Melzer, jjustas/iStockphoto

Nach dem unfreiwilligen Umzug nach Oberwiesl – bedingt durch einen schweren Wasserschaden in der Grundschule Wiesl – ist beim Schau-Spiel-Studio Oberberg (SSSO) längst wieder der normale Alltag eingeleitet – und in seinem eigenen Theater in der Grundschule Wiesl, wo das SSSO seit 1997 sein festes Domizil hat, weiter auf Erfolgskurs. Das Amateurtheater, das 1993 gegründet wurde und 2018 sein 25-jähriges Jubiläum feierte, blickt auf ein erfolgreiches Schauspieljahr 2019 zurück – und hat für die Theaterfreunde aus nah und fern auch für 2020 wieder ein umfangreiches Programm auf die Beine gestellt.

Den Auftakt für das diesjährige Bühnenprogramm bildete die Komödie „Das Festkomitee“, das vom 24. Januar bis 16. Februar insgesamt zwölfmal im Theater an der Warthstraße 1 unter der bewährten Regie von Raimund Binder aufgeführt wurde. Und am Freitag, 6. März, hob sich der Vorhang im SSSO-Theater zur Premiere des Bühnenstücks „Magnolien aus Stahl“. Diese Tragikomödie von Robert Harling, die das SSSO unter Regie von Peter Kirchner aufführt, erlebt im Wiesler Theater bis Samstag, 4. April, 20 Uhr, insgesamt 13 Aufführungen. Bevor die Akteure des

Schau-Spiel-Studio Oberberg am 22. Mai 2020 in die verdiente Sommerpause gehen, steht noch die Komödie „Der Vorname“ von Matthieu Delaporte & Alexandre Patellière auf dem Spielplan. Die Premiere für diese Komödie, bei der wiederum Raimund Binder Regie führt, steigt am Freitag, 24. April 2020, 20 Uhr.

Nachfolgend eine Kurzbeschreibung der beiden Aufführungen des SSSO bis zur Sommerpause.

Magnolien aus Stahl

Die Szenerie ist ein Schönheitssalon – und sechs Frauen. Es geht um Leben und Tod ... und, schwer zu raten, um Männer. Truvs Beauty-Parlor ist Rückzugsort für die Frauen von Chinquapin, hier dringt kein Mann ein, gleichzeitig wird er aber zum Schlachtfeld untereinander. Hier werden Konflikte ausgetragen und begraben, Frisuren geföhnt und getürmt, der einen oder anderen wird der Kopf gewaschen, hier wird Zukunft gesponnen und die Vergangenheit abgeschüttelt. In der Gegenwart kämpfen die Frauen mit und für einander. Jede weiß, was sie an der anderen hat. Die „zarten“ Geschöpfe zeigen Härte und Klarheit, Standhaftigkeit und Stärke und was im Verborgenen blüht kommt endlich ans Tageslicht: Magnolien aus Stahl.

Das sind die Witwen Clairee und Ouiser, die in zärtlicher Hassliebe einander zugetan sind und vor allem Dingen M'Lynn und ihre zuckerkrankte Tochter Shelby. Shelys Geschichte steht im Mittelpunkt dieses Stückes. Zu Beginn steht Shelys Hochzeit unmittelbar bevor. Überglücklich beschließt sie, trotz ihrer Zuckerkrankheit, mit ihrem Mann Kinder zu bekommen. Trotz aller Befürchtungen ihrer Mutter übersteht sie die Geburt erfolgreich. Doch dann erfährt ihr Glück jedoch eine traurige Wende...

Bekannt wurde dieses Bühnenstück vor allem durch die Verfilmung mit Shirley MacLaine, Dolly Parton, Sally Fields, Daryl Hannah und Julia Roberts, die für die Rolle der Shelby ihre erste Oscar-Nominierung erhielt.

Es spielen: Sabine Müller (Truvy Jones), Susanne Drögemeyer (Annele), Almut Irmscher (Clairee), Leonie Burbach (Shelby), Barbara Wiwianka (M'Lynn), Gabi Bülter (Ouiser); Regie: Peter Kirchner.

Der Vorname

Pierre, Literaturprofessor und seine Ehefrau Elisabeth erwarten die ihnen am nächsten stehenden Menschen zu einem gemeinsamen Abendessen. Elisabeths Bruder Vincent, einen amüsanten Selbstdarsteller, mit seiner schwangeren Frau Anna, dazu Claude, Posaunist im Rundfunkorchester und Freund seit Kindertagen. Das marokkanische Buffet und der Wein munden, auf Anna wird noch gewartet, da heizt Vincent die Spannung mit der Frage hoch, wie sie ihren

ungeborenen Sohn nennen wollen. Bis er schließlich eine Bombe platzen lässt: Der Name ist eine einzige Provokation. Oder meint er den etwa ernst? Eine hitzige Debatte um political correctness entbrennt – und das ist erst der Anfang. Denn die Jugendfreunde Pierre und Vincent sind nun in der Laune, sich endlich mal ein paar Wahrheiten zu sagen und lassen das gemütliche Familientreffen aus dem Ruder laufen. Als Claude ein lange gehütetes Geheimnis auf den Tisch bringt und Elisabeth nun auch mal ein paar Dinge klarstellen muss, eskaliert die Situation.



Wortwitz und Dialoge in der besten Tradition der französischen kritischen Gesellschaftskomödie treiben atemlos eine Handlung voran, die bei aller Komik auch manchen ahnungsvollen Blick in die Abgründe der Figuren erlaubt. Ein Schauspielerfest.

Es spielen: Beate Breiderhoff (Elisabeth), Katrin Platzner (Anna), Michael Albrecht (Pierre), Rolf Peter Klaus (Claude), Jörn Wollenweber (Vincent); Regie: Raimund Binder.



Mehr Chick... Mehr Klasse...

UNSERE NEUE KOLLEKTION!



www.schuhmoden-seitz.de

SEITZ



Porträt Manuele Klein – Die zeitlose Sprache der Kunst

Text: Anna-Lena Schäfer **Fotos:** Manuele Klein

Sensibel und nuancenreich lotet sie das gesamte Spektrum von schwarz und weiß in ihren Arbeiten aus. Sie erhielt als eine von drei Preisträgern den 1. Platz, die von Landrat Jochen Hagt mit dem Oberbergischen Kulturförderpreis 2019 ausgezeichnet wurde. Auch international hat sie sich bereits einen Namen gemacht: Ihr Werk kann in privaten und öffentlichen Sammlungen in Europa sowie in Russland, Israel, den USA und in China bewundert werden. Auf zahlreiche Ausstellungen in Museen, Kunstvereinen und Galerien im In- und Ausland kann sie zurück blicken. Wir stellen die Künstlerin Manuele Klein aus Engelskirchen und ihr Wirken vor.



Gerade hat Manuele Klein die Bühnenbilder für „DER GOLEM“, an den Puppenspieler Gerd Pohl vom Bensberger Puppenpavillon überreicht. Den Auftrag dazu erhielt sie im Herbst 2019. Die ersten Aufführungen werden Mitte dieses Jahres zu sehen sein. Allein in diesem Halbjahr sind zudem Ausstellungen im In- und Ausland geplant. Im Juni werden ihre Arbeiten im russischen Volgograd Museum of Fine Arts unter dem Thema „Wenn die Kraniche ziehen“ gewidmet 75 Jahre Kriegsende zu sehen sein.



In Bensberg als Tochter einer Künstlerfamilie geboren, ihre Mutter Erika Zeh als Malerin des Lichts bekannt, entdeckte Manuele Klein bereits früh ihr künstlerisches Talent. Sie studierte Malerei und Grafik am Institut für Ausbildung in der Bildender Kunst und Kunsttherapie (IBKK) in Bochum. Dort erhielt sie ihr Diplom im Fachbereich Malerei und Grafik und etablierte sich als Meisterschülerin bei Prof. Dr. Qi Yang.

Was Manuele Klein besonders auszeichnet: Sie ist eine der wenigen Künstlerinnen, die sowohl die repräsentative als auch die gestalterische Seite der Kunst gut kennt. Ende der 1980 betrieb sie in Bonn „Die Weiße Galerie“, deren Ausstellungen sich insbesondere der Malerei, den Plastiken und den Objekten zeitgenössischer Künstler widmeten. Zudem beteiligte sie sich beim Aufbau des Künstlerhauses A24 in Bergisch-Gladbach und dem Künstlerhaus K44, Kürten mit regelmäßigen



Ausstellungen internationaler Künstler. In ihrer Zuständigkeit als Organisatorin und Vermittlerin verschiedener Kunstprojekte, führte sie die Ausstellungsreihe Brückenschlag „China – Deutschland“, unter der Schirmherrschaft von Wolfgang Bosbach MdB, über Europa hinaus. Kunststipendien zogen Manuele Klein nach Frankreich, Polen, Italien, Russland und Israel. Darüber hinaus engagierte sie sich im Vorstand mehrerer Kunstvereine und ist als Kuratorin tätig.

In ihrer eigenen künstlerischen Tätigkeit fokussiert sich Manuele Klein auf Malerei, Installation, Objekte, Video und Fotografie. Ihre Arbeiten entwickelt die Bildende Künstlerin durch das Auseinandersetzen mit aktuellen, politischen, religiösen Themen, die Fragen zur Zeit stellen und dadurch einen sozialkritischen Kommentar hinterlassen. Manuele Kleins malerisches Werk entzieht sich einer formalen Einordnung in festgesetzte Kategorien. An der Schnittstelle zwischen Informell und Abstraktion lotet sie vor allem die Nichtfarben schwarz und weiß in all ihren Nuancen mit expressivem Gestus aus. So entstehen Exponate mit hypnotischer Sogkraft. Typisch für ihren Stil sind unter anderem angedeutete Personengruppen, die in landschaftliche Räume eingebettet oder bis zur völligen Abstraktion dargestellt sind. Hinzu kommt die Fotografie als Medium, die Manuele Klein malerisch und digital weiter bearbeitet oder mit fotografischen Studien in ihre Malerei einbettet. Die Fotografie ist nicht nur auf Reisen ihr digitales Tagebuch. Aus den aufgenommenen Eindrücken und ihrer Malerei entsteht digital kombiniert ihre sogenannte Fotomalerei.

Ihr Atelier in Engelskirchen öffnet Manuele Klein zusammen mit Detlev Weigand, seit 2015 auch für Gastkünstler. Gemeinsam firmieren die Beiden als „Oberstaatskünstler“, aktuell betreiben sie ein Klangperformance Projekt mit Hans Greßler unter dem Namen „AMÖBENPUNK“.

In der Vergangenheit trat sie gemeinsam mit Mary Bauermeister und Detlev Weigand bei gemeinsamen Performances im Staatlichen Museum Schwerin und zum Fluxus 50 im Stadtmuseum Wiesbaden auf. Auch regional engagiert sich die Künstlerin: Manuele Klein ist Mitglied in der regionalen Kunst- und Kulturinitiative EngelsArt in Engelskirchen.

”

Über die Kunst sagt sie:

Kunst ist das was bleibt, eine zeitlose Sprache, ein Ausdrucksmittel ohne das gesprochene Wort; ein Aufschrei an das Handeln und Denken, dort wo es von Nöten ist, ein Festhalten von Augenblicken. Malerei, Installation, Fotografie usw. sind Werkzeuge. Gedanken über das Hier und Jetzt.



Weitere Infos: www.manueleklein.de



Spaß in der Wiehler Wasser Welt, dem ganz besonderen Erlebnisbad

Text: Marie-Luise Dörffel **Fotos:** Christian Melzer

Die Wiehler Wasser Welt, das Ganz-Jahres-Freizeit- und Sportschwimmbad für große und kleine Wasserratten: So könnte man auf den Punkt bringen, was die Wiehler Wasser Welt auszeichnet, denn das Schwimmbad bietet weit mehr als eine gewöhnliche Schwimmhalle: Den Wasserbegeisterten stehen insgesamt 5 Becken zur Verfügung. Beginnen wir beim Planschbecken für die Aller kleinsten, das mit 32° C angenehm warm ist und langes Planschvergnügen möglich macht. Am gut gestalteten Beckenrand können Eltern gemütlich sitzen und auf die Kleinen aufpassen. Daneben befinden sich das Kurs- oder Lehrschwimmbecken sowie das Sportbecken. Im Außenbereich gibt es zudem noch ein Solebecken mit hohem 1,5 % Soleanteil und 34° C, das sich für eine Wellness-Auszeit hervorragend eignet. Ein Sprungbecken mit 1m/3m und 5-Meter-Sprungturm rundet das Angebot ab.



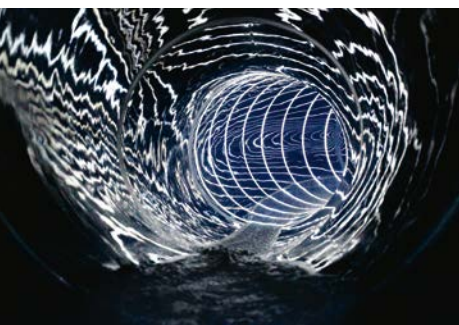
Schwimmen und Wasser-Fitness für jeden und in jedem Alter

Gerade erst hat eine Studie des DLRG ergeben, dass Schwimmen nicht mehr selbstverständlich ist und jedes 5. Schulkind nicht schwimmen kann. Auch viele Erwachsene leiden unter diesem Manko und möchten gern unbeschwert ins Wasser gehen. Daher nimmt die Wiehler Wasser Welt ihren Auftrag, jeden zum Schwimmen zu verhelfen, sehr ernst. In vielen Kursen können Kinder wie auch Erwachsene schwimmen lernen. Das Kursbecken ist dafür prädestiniert, denn der höhenverstellbare Boden ermöglicht Wasserhöhen, die sowohl kleinen wie auch großen Schwimmern im Ernstfall Bodenhaftung geben. Außerdem finden in diesem Becken Fitnesskurse wie z. B. Aquafitness, Aquajogging oder Wassergymnastik statt.



Eine Schwimm-Autobahn für ambitionierte SchwimmerInnen

Das Sportbecken spricht insbesondere Schulen und Vereine, aber auch das ambitioniertere Publikum an, denn die Schwimm-Autobahn lässt störungsfreies Rundenziehen zu. Zwei abgetrennte Bahnen sind miteinander verbunden und wie im Straßenverkehr überholen die Schnelleren die Langsameren, Gegenverkehr gibt es nicht, da im Kreis geschwommen wird.



Barrierefreier Besuch für jeden

Die Wiehler Wasser Welt legt sehr viel Wert darauf, dass sich jeder Gast wohl fühlt. So ist vom Parkplatz bis zum Beckenrand der ganze Weg barrierefrei gestaltet. Am Eingang gibt es einen Schwimmbad-Plan in Brailleschrift, auch die Kabinen, Toiletten etc. sind in Blindenschrift gekennzeichnet. Sehbehinderte oder blinde Menschen finden so einfach und sicher ins Wasser und bekommen jederzeit Hilfe wenn nötig. Körperbehinderte Menschen können sich ebenfalls sorglos bewegen,

denn die Umkleidekabine für Behinderte bietet perfekten Bewegungsspielraum mit dem Rollstuhl oder Rollator, hat Dusche und Toilette integriert, und ein Lift macht den Einstieg ins Wasser zum Kinderspiel.

Familienfreundliche Auszeit und Events

Vor allem Samstag und Sonntag sind die Familientage, denn dann stehen die Becken ganztägig dem Publikum zur Verfügung. Highlight bei Kindern und Jugendlichen ist die 68 m lange Erlebnisrutsche, die mit Lichteffekten und Zeitmessung aufwartet. Im Sommer verwandelt sich das Außengelände in eine große Liegewiese samt Beach-Bar und Beach-Volleyballfeld.

Möchten Sie einen besonderen Kindergeburtstag feiern? Die Wiehler Wasser Welt bietet hier entsprechende Angebote und Animationen für die Kleinen. 4 x im Jahr gibt es zudem große Publikums-Events, an denen die ganze Anlage bespielt wird. 2020 startet das erste Event am 11. April, weitere Informationen wird es in Kürze über die Website www.wiehler-wasser-welt.de sowie über die Facebookseite geben.

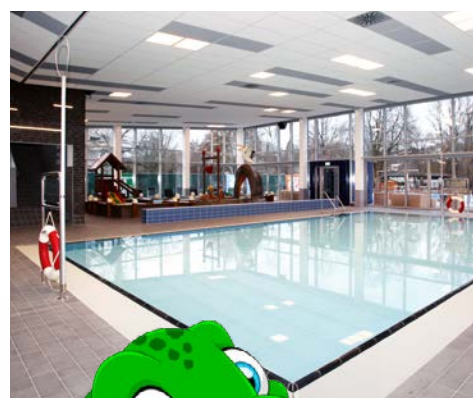
Zahlen - Daten - Fakten

Insgesamt umfasst die Wiehler Wasser Welt 717 qm reine Wasserfläche, verteilt auf 5 Becken. 24 Unterwasserleuchten zaubern stimmungsvolles Ambiente über und unter Wasser. Die Wiehler Wasser Welt ist Teil der Freizeit- und Sportstätten Wiehl, zu denen auch die Eissporthalle und der Wildpark gehören, der übrigens kostenfrei ist! Eine nachhaltige Synergie: Die Solarthermieranlage und das Blockheizkraftwerk der Eishalle sorgen für gut temperiertes Wasser in den 5 Becken.

Zur Wiehler Wasser Welt gehört außerdem noch das Freibad in Bielstein, das ab 1. Mai wieder geöffnet haben wird. Dort wird das Wasser ökologisch per Wärmepumpe über die Wiehl erwärmt.

Ein heißer Tipp für einen spannend-entspannenden Familientag

Parken Sie Ihr Auto auf dem großen Parkplatz an der Wiehler Wasser Welt und wandern Sie zum Wildpark. Dort gibt es neben Rehen, Wildschweinen und Hirschen auch Greifvogelvorführungen. Picknicken Sie unterwegs und genießen Sie allein oder mit Ihren Kindern Wald und Tiere. Anschließend geht es zurück zur Wiehler Wasser Welt, wo der Tag entspannt im warmen Wasser ausklingen darf.



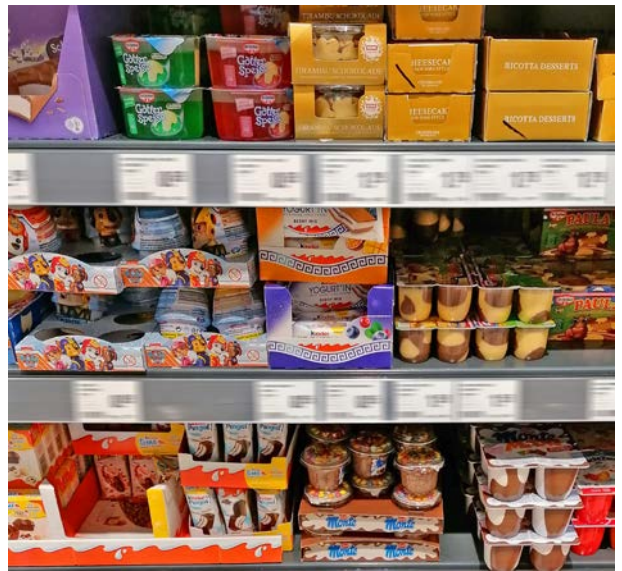
Öffnungszeiten und Preise

Montags, Mittwochs und Freitags von 6:30 Uhr bis 22:00 Uhr

Dienstags und Donnerstags 15:30 Uhr bis 21:00 Uhr

Samstags und Sonntags von 9:00 Uhr bis 21:00 Uhr.

Seit der Eröffnung 2016 variieren die Preise unverändert je nach Tarif ab 2,50 € für Kinder und 4,50 € für Erwachsene. Gruppen-/Familientarife oder Geldwertkarten sind rabattiert.



Mit Kindern kochen: Ein Gewinn für alle

Text: Norbert Klotz **Fotos:** Norbert Klotz, elvinphoto

Endlich, der Arbeitstag ist geschafft. Jetzt noch fix einkaufen, damit es schnell Essen geben kann, dann ist der Tag fast rum.

Verheißungen aus dem Supermarkt-Regal

Im Supermarkt stellt sich die Frage: Was gibt es heute zu essen? Wie gut, dass sich die Lebensmittelindustrie diese Gedanken schon gemacht hat und uns die perfekten Produkte ins Regal stellt: Verpackung aufreißen, erhitzen, genießen.

Sollten es selber Eltern sein, die genau wissen, wie wenig Zeit am Tag fürs Essen bleibt? Wie sonst kämen sie darauf, besonders schnell zuzubereitende und auf Kinder optimierte Lebensmittel herzustellen, die zudem auch noch unglaublich gesund und mit unzähligen gesundheitlichen Vorteilen und Vitaminen gesegnet sind? Selbst Skeptiker sind schnell beruhigt, leben wir doch in Deutschland. Kontrollen und Auflagen bei Lebensmitteln sind hoch... also kann man den Hinweisen „gesund“ und „für Kinder“ auf den Produkten vertrauen...oder? So leid es mir tut, ab jetzt geht's weiter ohne Ironie.

Der Preis für den Komfort

In einer Zeit, in der sich die Kochgewohnheiten bei immer mehr Menschen auf das Aufreißen einer Tüte, eine Schüttbewegung und den Gang zur Mikrowelle beschränken, gilt es, der verpackten Wahrheit mit einem Lächeln ins Gesicht zu schauen. Natürlich kann jeder Erwachsene selber entscheiden, mit welchem „Treibstoff“ er sich versorgt. Kinder allerdings sind die unfreiwilligen Opfer dieser oftmals ganz besonderen Nahrungskette. Diese beginnt morgens oft mit völlig überzuckerten Müslis und Cerealien, setzt sich mittags mit der fertigen Nudelsauce „für Kinder“ fort (mit 140 % mehr Zucker als in der „Erwachsenenversion“) und endet im Schokopudding mit dem Sahneleckers, der genau 1% Kakao enthält (der Rest: entrahmte Milch, kleisterartige Bindemittel, Kokosfett für den Glanz, Farbstoffe für die Schokooptik, Aromastoffe für den Schokogeschmack). Wählt man auch noch die Kinderversion mit Kuhflecken und einem lustigen Song in der Werbung reichen 0,8% Kakao. Doch auch im vermeintlich gesunden Fruchtjoghurt sind je nach Sorte nur zwischen 3g und 6g Frucht pro 100g, Geschmacksgeber sind Zucker und Aromastoffe.

Selbermachen? So gelingt's leicht!

Was tun? So pathetisch es auch klingen mag: Liegt mir das Wohl meiner Kinder am Herzen, hilft immer öfter nur eins: Selbermachen!

Das treibt manchem jetzt vielleicht die Schweißperlen auf die Stirn: Woher Zeit und Know-how nehmen? Aber es ist möglich, Beruf und sozialen Beziehungen nachzugehen und trotzdem einen Pudding, eine Tomatensoße oder ein gesundes Müsli selber zu machen. Es ist überhaupt nicht schwer.

Und richtig toll wird es, wenn die Kinder von klein auf in die gesunde Essenzubereitung eingebunden werden, denn sie profitieren zu 100% davon. Wie großartig! Vielleicht werden sie im ersten Moment enttäuscht sein, dass es keine tanzende Kuh gibt, aus deren Euter süßer Kuhfleckenpudding entspringt. Die Enttäuschung kann man aber gut abfangen, in dem man in kürzester Zeit aus hochwertigen Zutaten gemeinsam einen köstlichen Schokopudding zaubert. Diesem fehlen nicht nur „Kleister“, Aroma- und Konservierungsstoffe des Industrieproduktes, er braucht auch keinen Plastikbecher mit Aludeckel.

Viel gesünder und noch einfacher ist die Zubereitung eines Bananenjoghurts. Lassen Sie einfach Ihr Kind mit der Gabel eine Banane zerquetschen, geben Sie selbstgemachten oder gekauften Naturjoghurt mit ein paar Tropfen Agavendicksaft dazu, alles verrühren, fertig! Ihre Kinder werden es lieben.

Alle gewinnen!

Die Vorteile, so viele Gerichte wie möglich selbst zu machen, sind zahlreich. Kinder lernen früh Lebensmittel und ihre Entstehung kennen. Die Geschmacksnerven der Kinder werden deutlich sensibler und stumpfen nicht ab wie durch Industrienahrung. Wir ersparen ihnen unzählige Zusatz-, Aroma- und Konservierungsstoffe und senken damit deutlich den Anteil der Gifte in ihrem Körper. Zudem verhindern wir jede Menge Plastikverpackungen und tun damit etwas für die Zukunft unserer Kinder. Aus eigener Erfahrung weiß ich, dass es bei allen Vorteilen auch dazu kommen wird, dass Kinder nicht immer gleich begeistert sind, vor allem, wenn sie länger an Industrienahrung gewöhnt sind. Dann heißt es am Ball bleiben, denn manchmal muss man nur ein bisschen variieren, experimentieren, die Kinder testen lassen und schon hat man ein großartiges neues Rezept entwickelt.

Probieren Sie es aus, das Rezept für den Schokopudding habe ich eingefügt, weitere Rezepte zum Selbermachen von Tomatensoßen, Brötchen, Müsli und mehr finden Sie auf meiner Website: www.wertvollessen.de



Rezept Schokopudding (4 Portionen)

- 200 ml Sahne
- 300 ml Milch
- 4 EL Kakao (ungezuckert)
- 2 EL Speisestärke
- 3-4 EL Agavendicksaft (nach Geschmack)

Sahne und 250 ml Milch mit Kakao und Agavendicksaft verrühren und erwärmen. Die Speisestärke mit den restlichen 50 ml kalter Milch verquirlen und zur warmen Kakaomilch geben. Unter Rühren aufkochen lassen. Sobald der Pudding eingedickt ist, von der Platte nehmen, in Gläser füllen und nach dem Abkühlen genießen.



FORUM GUMMERSBACH

Am 3. September 2015 eröffnete das FORUM Gummersbach auf dem Steinmüllergelände. Seit nunmehr fast fünf Jahren ist das Forum damit DAS Einkaufszentrum im Herzen der oberbergischen Kreisstadt und des gesamten Bergischen Landes, das Kunden auch über die Grenzen des Oberbergischen Landes hinaus anzieht. Mit 1.500 Stellplätzen verfügt das Forum über das größte Parkhaus in Gummersbach, aber angesichts der unmittelbaren Nähe zum Zentralen Omnibusbahnhof (ZOB) und zum Bahnhof Gummersbach ist es auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar.

Im FORUM Gummersbach erwartet die Besucher neben Saturn, Drogerie Müller, Dornseifer Frischemarkt sowie einer Post/Postbankfiliale rund 70 Fachgeschäfte, Gastronomiebetriebe und Dienstleister, die praktisch alles für ein einmaliges Einkaufserlebnis bieten.

„Wir sind der Einkaufsmittelpunkt für das Bergische Land“

Text: Dieter Lange **Fotos:** HBB Centermanagement

Angesichts des bevorstehenden 5-jährigen Jubiläums des FORUM Gummersbach zieht Centermanager Bernd Muchow (Foto) von der HBB, Centermanagement GmbH & Co. KG, im Interview mit der Redaktion eine sehr positive Bilanz.

Herr Muchow, in diesem Jahr feiert das FORUM Gummersbach sein fünfjähriges Jubiläum. Was können die Kunden zu diesem Anlass erwarten?

Bernd Muchow: Anlässlich des Geburtstages haben wir einige Überraschungen geplant, die aber noch in der Vorbereitung sind. Aber wir konzentrieren uns nicht nur auf das Datum im September, vielmehr sind über das gesamte Jahr besondere Aktivitäten geplant, wie beispielsweise unsere schon traditionelle Osteraktion mit den Gummersbacher Kindergärten und einem großen Gewinnspiel.

Welche Bilanz ziehen Sie für das FORUM nach fast fünfjährigem Bestehen?

Eine sehr positive, denn wir können heute mit Stolz behaupten, dass wir der Einkaufsmittelpunkt für Gummersbach und das Bergische Land sind und wir verzeichnen ein ständig wachsendes Einzugsgebiet.

Wie hat sich denn speziell das Jahr 2019 entwickelt?

2019 war ein ganz hervorragendes Jahr für uns, denn wir verzeichneten ein hohes Plus bei den Besucherfrequenzen und auch mit der Umsatzentwicklung sind wir sehr zufrieden.

Es gibt aber mittlerweile auch einige Leerstände bei Ihnen, oder?

Mit unseren rund 70 Mietern bieten wir einen sehr guten und breiten Mix für fast alle Bereiche des täglichen Bedarfs an. Richtig ist auch, dass es ein paar freie Flächen gibt, die der geschäftlichen Entwicklung dieser Läden geschuldet sind. Aber das ist auch eine Chance, denn dadurch erneuern wir uns stetig von innen heraus. In dem Zusammenhang will ich nur

ein Beispiel nennen: Bei uns ist seit einigen Monaten das holländische Naturkosmetik-Unternehmen „Rituals“ vertreten.

Das finden die Kunden ganz toll, denn zuvor mussten sie dafür extra nach Köln fahren. Das Beispiel „Rituals“ zeigt, dass es unsere Zielsetzung bei der Vermietung ist, neue attraktive Mieter zu gewinnen, um das Forum und die Einkaufsstadt Gummersbach noch interessanter zu machen.

Wie hat sich denn die Einkaufsstadt Gummersbach seit der Eröffnung des Forums entwickelt?

Auch diesbezüglich kann ich ein positives Fazit ziehen, denn unsere Beobachtungen zeigen, dass das Einzugsgebiet größer geworden ist, wir aber auch viele Neukunden gewonnen haben – und unser Bestreben ist, aus Neukunden Stammkunden zu machen.

Welche Rolle spielt dabei das Steinmüllergelände?

Das Steinmüllergelände mit seiner tollen Entwicklung ist eine Stärke für uns und die gesamte Stadt Gummersbach. Denn heute muss man nicht mehr unbedingt nach Köln fahren, wenn man einen Erlebnistag mit Shoppen, Bummeln, Essengehen, Kultur, Sport und einem Kinobesuch erleben will. Das kann man jetzt auch bei uns, denn die Schwalbe-Arena, die Halle 32 und das neue Kino, das eines der modernsten der Region ist, sind auch eine hervorragende Basis für eine Attraktivitätssteigerung Gummersbachs.

Außerdem bieten wir wichtige Wohlfühlfaktoren: ausreichend Parkplätze, kein Stau und kein Stress. Ich denke, das wissen die Leute zu schätzen.

Mit welchen Argumenten würden Sie für einen erlebnisreichen Tag in Ihrem Center werben?

Einen Shopping-Ausflug in das Forum Gummersbach beginnt man am besten gleich morgens, wenn die Geschäfte öffnen. Dann kann man einen Cappuccino und ein leckeres Frühstück bei unseren Gastronomieanbietern genießen. Danach startet Ihr Einkaufstag und Sie können es sich gut gehen lassen – mit toller Beratung und großer Auswahl. Zum Lunch geht es auf kulinarische Reise – wie wäre es zum Beispiel mit einem Snack bei unserem Olive Buffet deluxe? Frisch gestärkt geht es weiter durch die Geschäfte, und wenn Sie abends noch Lust auf Burger und Cocktails haben, beenden Sie den Tag einfach in Gummersbachs coolerster Location, dem Kunstwerk.



Wenn Sie einen Wunsch von der Stadt Gummersbach frei hätten, was würden Sie sich wünschen?

Wir sind in ständigem Dialog mit der Stadt und dem Citymanagement. Dabei ist unser gemeinsames Bestreben, zusätzlich Highlights in Gummersbach anzubieten, um Besucher und Kunden in die Stadt zu locken. So würde ich mir zum Beispiel mehr verkaufsoffene Sonntage in Gummersbach wünschen. 2019 gab es in Gummersbach davon nur zwei, aber in NRW sind acht erlaubt – und ich denke, vier würde Gummersbach vertragen. Auch so ein Winterevent, wie ihn die Stadt Bergneustadt mit der Eisbahn anbietet, wäre ein zusätzlicher Publikumsmagnet für Gummersbach.

Abschließende Frage: Welches Fazit werden Sie Ende 2020 ziehen?

Das wäre wie in die berühmte Glaskugel schauen. Viel wird davon abhängen, wie sich die allgemeine Wirtschaftslage und speziell die in unserer Region entwickelt. Angesichts des Umbruchs in der E-Mobilität stehen wir zweifellos vor gravierenden Änderungen und Herausforderungen. Aber insgesamt bin ich zuversichtlich, dass die Leute von der Einkaufsstadt Gummersbach weiter begeistert sein werden. Und um dieses Ziel zu erreichen, wird auch das Forum Gummersbach seinen Beitrag dazu leisten.



Ein Gewinn für alle: Die Solawi Oberberg

Text: Marie-Luise Dörffel **Fotos:** Solawi Oberberg e.V.

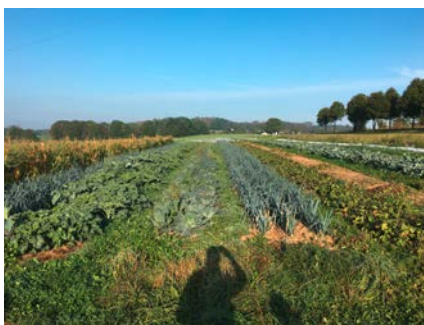
Seit 3 Anbaujahren engagieren sich 130 Haushalte in der Solawi Oberberg und freuen sich über frisch geerntete, regionale Gemüse und Obstsorten, über Käse, Milch, Honig und Eier. Tendenz steigend, denn immer mehr Menschen entdecken die Vorteile und den Genuss, der sich hinter einer Solawi versteckt.

Solidarität nach innen und außen

Solawi steht abgekürzt für „Solidarische Landwirtschaft“. Dahinter verbirgt sich ein Konzept, das sowohl den beteiligten Bauern als auch den Genießern handfeste Vorteile bringt. Im Falle der Solawi Oberberg handelt es sich um eine kooperative Solawi, die mit verschiedenen Haupt- und Nebenerwerbslandwirten (teils bio-zertifiziert, auf jeden Fall alle kontrolliert bio) zusammenarbeitet.

Für die Bauern bedeutet das ein wertschätzendes und auskömmliches Einkommen übers Jahr, denn ihr Aufwand, Gemüse und/oder Obst zu produzieren, wird vollumfänglich auf 130 Haushalte umgelegt. Das sichert den Betrieb und schafft Freiraum, auch kostenintensivere Sorten, hier vor allem alte Sorten, anzubauen.

Die beteiligten Haushalte teilen sich die vom Bauern transparent dargelegten Gesamtkosten, die in einen Richtwert für jeden umgewandelt werden. In sog. Biiterrunden kann jeder festlegen, wieviel er für seinen Anteil an Obst und Gemüse zahlen kann. Ist es weniger als der Richtwert, gleichen andere die Summe aus. So wird Solidarität selbstverständlich



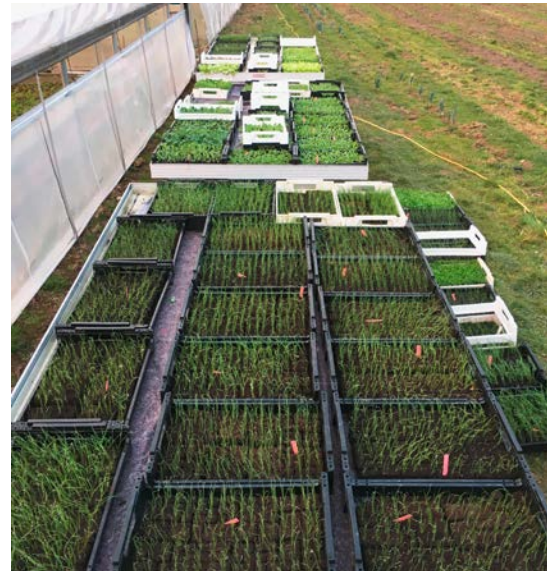
auch nach innen gelebt. Das Prinzip hat sich in den Jahren mehr als bewährt und zu einem wertschätzenden Miteinander geführt.

Regionalität sorgt für Ernährungssicherheit

Die Solawi Oberberg wirtschaftet ganz im Sinne des Instituts für Welternährung, das seine Geschäftsstelle im Oberbergischen hat. Ernährungssicherheit ist heute trotz oder gerade wegen der ökologischen Folgen der weltweiten industriellen Landwirtschaft nicht mehr zu garantieren, denn die hochgezüchteten und genveränderten Pflanzen haben keine Toleranz gegenüber den sich verändernden Klimaten. In der Folge gehen Ernteerträge zurück, Missernten nehmen zu und die Preise für Grundnahrungsmittel steigen. Ruinierte und durch Dünger und Pestizide verseuchte Böden sowie katastrophale CO₂-Bilanzen kommen hinzu.

Regionale Versorgung dagegen kann hier leicht und ohne Schäden für Abhilfe sorgen: Die beteiligten Bauern wirtschaften Solawi-kontrolliert ökologisch, denn die Gemeinschaft der Solawi-Beteiligten entscheidet gemeinsam mit dem Bauern darüber, wie z. B. mit Schädlingsbefall umzugehen ist. Gemeinsam händisch absammeln? Biologische Insektizide einsetzen - welche Folgen hat das im Gesamtsystem für andere Insekten? Fragen, die geklärt werden müssen, um auch für die Natur die bestmögliche Lösung zu finden.

Darüber hinaus gewinnen Mensch und Umwelt über kurze Wege, frisch und reif! geerntete (Feld-)Früchte, plastiklose Verpackungen in Form von Holzkisten etc.



FRÜHJAHRSAKTION // 14. - 28. März 2020

Große Auswahl an reduzierten Markenfassungen und kostengünstigen Gläsern aus dem Hause ZEISS.



AUGENGLANZ
by Althöfer

Weiherplatz 2
51674 Wiehl

☎ 02262 7075404

www.althoefer.de



AUGE + OHR
Althöfer

Weiherplatz 14
51674 Wiehl

☎ 02262 92488

Marktstraße 2
51588 Nümbrecht

☎ 02293 7124

Mittel- und langfristig birgt diese Art der landwirtschaftlichen Produktion höhere Erträge, denn über die naturnahe und schonende Bewirtschaftung der Böden wird deren Ertragskraft erhalten und befördert. Kurz: Ernährungssicherheit ist eine insgesamt regional-solidarische Aufgabe.

Regional und saisonal: Von Verzicht keine Spur!

Können regional produzierte und saisonale Produkte die Vielfalt bieten, die wir aus dem Supermarkt kennen? Bedeutet das nicht Einschränkung? Befürchtungen dieser Art widerlegen schon ambitionierte Hobby-Gärtner, die in ihrem Gewächshaus diverse Tomatensorten, Chili, Paprika, Auberginen etc. züchten. Solawi-Produkte sind ebenfalls höchst vielfältig, denn die Gemeinschaft entscheidet mit dem Bauern, welche Früchte im Jahr angebaut werden sollen. Und so sind Auberginen aus Reichshof einfach keine Überraschung!

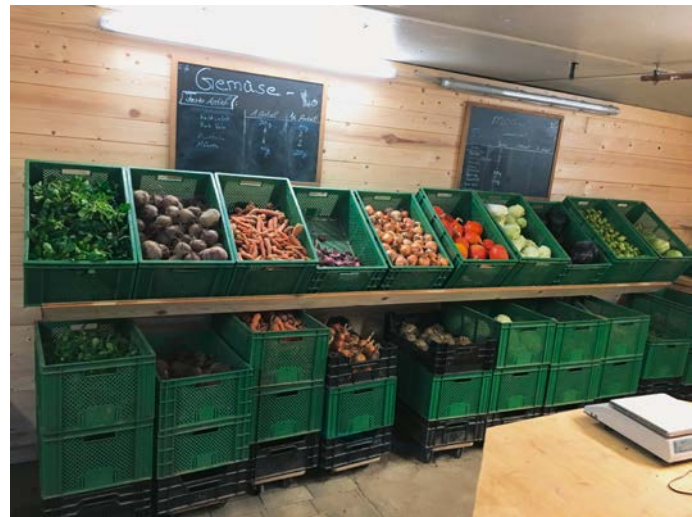
Stattdessen mal ehrlich: Wie vielfältig ist das Obst- und Gemüse-Angebot in Supermärkten und Discounter wirklich? Pastinaken, Petersilienwurzel und Mangold sind dort schon eher die Exoten, obwohl sie früher zum traditionellen Gemüse-Portfolio gehörten.

Und diejenigen, die im Winter „nur heimischen Kohl“ fürchten, dürfen sich überraschen lassen, wie variantenreich auch in dieser Jahreszeit das Angebot ist.

Geschmack und Glück

„Mama, Supermarkt-Gemüse schmeckt fad!“, so das Fazit der siebenjährigen Tochter von Anne Heitmann, die im Vorstand der Solawi Oberberg ist. Kein Wunder, dass bereits die Kleinen feststellen, dass frisch und vor allem reif geerntetes Gemüse und Obst geschmacklich unübertroffen ist und allein durch ihr Aroma ganz anders nährt, als das unreif und auf langen Transportwegen oder in Kühlkammern nachgereifte Gut, das bunt und einheitlich im Supermarkt wartet.

Geschmackserlebnisse der besonderen Art garantieren auch alte samenfeste Sorten, die nicht für Erntemaschinen, Produktionsbedingungen oder auf Haltbarkeit optimiert wurden. Die Solawi Oberberg sieht im Anbau dieser alten Sorten eine wichtige Aufgabe, um sie „durch aufessen!“ zu schützen. Die Slowfood-Maximen lassen grüßen, Glück kann so einfach sein.



Die Solawi Oberberg: Engagiert, begeistert und unglaublich inspirierend

Die Solawi Oberberg versteht sich im weitesten Sinne als „Bildungs-Träger“, denn zum einen wird dafür gesorgt, dass gärtnerisches Wissen um die Kultivierung und den Anbau von Pflanzen erhalten und gefördert wird, „neue“ alte Sorten im wahrsten Sinne ausgegraben und die Zusammenhänge von Boden, Klima, Bewirtschaftung wieder zum Allgemeingut werden. Zum anderen möchte die Solawi aber auch durch gezielte Informationskampagnen Menschen abholen und motivieren, sich anzuschließen und solidarische Landwirtschaft für sich zu entdecken. Workshops, z. B. zum Fermentieren von Gemüse, Rezeptbörsen und vieles mehr helfen dem „Neuling“, die neuen Genüsse fantasievoll und ganzjahrestauglich in der Küche einzusetzen. Wie groß kann die Vielfalt noch werden, wenn jeder seinen kreativen Input zum Nutzen aller geben kann!

Termine für Info-Abende und weitere Aktivitäten: www.solawi-oberberg.de



Seniorinnen und Senioren „sicher im Netz“

Das Internet ist heutzutage auch längst von der älteren Generation entdeckt worden. Dass immer mehr Seniorinnen und Senioren die Chancen des Internets entdecken und auch sicher nutzen, dafür sorgt unter anderem die Ehrenamtsinitiative des Oberbergischen Kreises. Am Standort Engelskirchen ist dieses Engagement ausgezeichnet worden, denn die Einrichtung mit ihrem Team um Gitta Quercia-Naumann ist von dem 2006 gegründeten Verein „Deutschland sicher im Netz e.V.“ als Digital-Kompass-Standort ausgewählt worden. Dieser Verein setzt sich mit seinem Projekt „Digital-Kompass“ bundesweit dafür ein, dass Seniorinnen und Senioren im täglichen Umgang mit dem Internet geschult werden und digitale Angebote nutzen können. Der Digital-Kompass ist ein Projekt der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) und des Vereins Deutschland sicher im Netz in Partnerschaft mit der Verbraucher Initiative und wird vom Bundesministerium der Justiz und Verbraucherschutz gefördert.

Die Ehrenamtsinitiative Weitblick verfügt am Standort Engelskirchen über Internetlotsinnen und -lotsen, die älteren Menschen den sicheren Weg ins Internet zeigen und im Umgang mit digitalen Medien schulen, damit sie die digitalen Angebote selber ausprobieren können. Nach dem erfolgreichen Auftakt, zu dem Gitta Quercia-Naumann eine große Teilnehmerrunde begrüßen konnte, soll demnächst der nächste PC-Workshop für Seniorinnen und Senioren in Engelskirchen stattfinden (bei Redaktionsschluss stand der Termin noch nicht fest). Infos unter: www.obk.de/weitblick (Weitblickbüro Engelskirchen).



Foto: OBK

Entscheiden ist einfach...



www.ksk-koeln.de
www.sparkasse-gm.de

**...wenn einem der Finanzpartner
verantwortungsvoll mit einem Kredit
helfen kann.**

Sparkassen-Privatkredit.

Ihren Vertrag schließen Sie mit der KSK Kreditpartner GmbH (Prinzregentenstr. 25, 10715 Berlin), einem auf Ratenkredite spezialisierten Unternehmen der Sparkassen-Finanzgruppe. Die Sparkasse wurde von der KSK Kreditpartner GmbH mit der Beratung und Vermittlung von Kreditverträgen betraut und ist als Vermittler nicht ausschließlich für die KSK Kreditpartner GmbH, sondern für mehrere Kreditgeber tätig.

Wenn's um Geld geht 



Foto: Naturpark Bergisches Land

Naturparkführer sind „Botschafter des Bergischen Landes“

Die Bandbreite an Führungen im Bergischen Land ist besonders vielfältig. Das geht von Steinbruchführungen, geführten Wanderungen in unterschiedlichen Naturregionen, Führungen mit Märchenerzählerinnen, Kräuterführungen über sportliche Wanderungen mit dem Deutschen Alpenverein und Themenwanderungen mit den „Wupper-Tells“ bis hin zu Führungen zum Thema Nachhaltigkeit und Klimaschutz auf :metabolon. Naturfreunde, die ihre Führungen teils ehrenamtlich anbieten, waren im Herbst vom Naturpark Bergisches Land und Oberbergischen Kreis eingeladen, um an zwei Samstagen auf Schloss Homburg und Schloss Burg an der Wupper mehr über den Naturpark Bergisches Land, seine Partner in der Region und ihre Angebote zu

erfahren. Als Partner waren „Das Bergische“, „Die Bergischen Drei“, die Naturregion Sieg, fünf Biologischen Stationen und die Regionalmarke „Bergisch Pur“ beteiligt.

Das abwechslungsreiche Schulungsprogramm beinhaltete aber auch den Blick auf die Historie des Bergischen Landes, Erläuterungen der unterschiedlichen Kulturlandschaften, das Thema Naturerlebnis im Einklang mit der Natur bis hin zu rechtlichen Vorgaben. Die beiden Wegemanager des Naturparks erläuterten zudem das Rad- und Wanderwegemanagement. Die Schulung für die Naturparkführenden fand erstmals statt und wurde vom Land Nordrhein-Westfalen gefördert.

Der Zweckverbandsvorsteher und oberbergische Landrat Jochen Hagt, der selbst von der Vielfalt der Angebote beeindruckt war, überreichte den 30 Naturparkführenden zum Abschluss ihre Teilnahmebescheinigungen, Poloshirts und Westen und meinte: „Ich finde es großartig, dass Sie mit Ihren besonderen Angeboten nun auch zu Botschaftern unserer Heimat, dem Bergischen Land, werden.“ Jens Eichner, Geschäftsführer des Naturparks, kündigte derweil an: „Wir möchten dieses Schulungsangebot in den kommenden Jahren weiter anbieten, zur Vernetzung der Naturparkführenden und die Angebote in die neue Interpräsenz des Naturparks einbinden.“ Unser Fot zeigt die Naturparkführenden nach der erfolgreichen Schulung auf Schloss Homburg.

Kabarett- und TV-Star in Bergneustadt

TV-Star Florian Schroeder (Foto) gibt sich die Ehre und präsentiert am Samstag, 18. April 2020 (20 Uhr) sein aktuelles Kabarett-Programm „Ausnahmestand“ im Bergneustädter Krawinkel-Saal. Tickets für den Abend mit dem aus Funk und Fernsehen bekannten Allround-Genie gibt es für 22,00 € in der Buchhandlung Baumhof Bergneustadt, online unter wunschkonzert.eu sowie an allen Vorverkaufsstellen.

Erleben Sie einen Abend im Ausnahmestand: Alles ist erlaubt! Politisch, philosophisch, anarchisch. Als Kabarettzuschauer gehören Sie sowieso zu den Guten: Sie sind schön, gebildet und immer auf der richtigen Seite. Damit sind Sie in diesem Programm goldrichtig! Erwarten Sie alles, aber keine einfachen Antworten. Schließlich steckt der Teufel im Detail. Und nur im Kabarett gilt: Erst wenn es richtig böse ist, ist es wirklich gut.



Foto: Frank Eidel



Foto: Anette Leyer

6. Musikertreffen steigt in der Aula Bielstein

Die Freunde von guter Livemusik in der Region dürfen sich freuen: Das Musikertreffen, das bisher bereits fünfmal unter privater Regie in der Schützenhalle in Engelskirchen-Kaltenbach stattfand, findet am Samstag, 28. März 2020, 19 Uhr, seine 6..Auflage, allerdings an einem anderen Veranstaltungsort, nämlich in der Aula des Schulzentrums Bielstein, und wird jetzt von dem Verein „Musiker helfen e.V.“ organisiert und veranstaltet. Die Organisato-

ren des Musikertreffens haben im vergangenen November diesen eingetragenen Verein gegründet, weil eine solche Großveranstaltung allein aus versicherungstechnischen Gründen in privater Regie kaum noch zu stemmen war. An der Zielrichtung hat sich durch die Vereinsgründung aber nichts geändert – und auch der Erlös der Musikertreffen wird weiterhin für gemeinnützige Zwecke gespendet, in diesem Jahr an das Kinder- und Jugendhospiz Malteser Hilfsdienst e.V. in Engelskirchen.

Bei der Gründungsversammlung des Vereins „Musiker helfen e.V.“ wurde Heiko Gauditz (4.v.l.) zum 1. Vorsitzenden gewählt, sein Stellvertreter ist Ralf Boas (6.v.l) und Oliver Leyer (5.v.l.) führt die Kassengeschäfte, während der Initiator des ersten Musikertreffens, Ralf Lindenberg (2.v.r.), zum Ehrenvorsitzenden ernannt wurde. Schon kurz nach seiner Wahl wurde der Vorstand des neuen Vereins, der ausschließlich gemeinnützige Zwecke verfolgt, mit einer Hiobsbotschaft konfrontiert: Die Schützenhalle Kaltenbach als bisheriger Veranstaltungsort kann nicht mehr genutzt werden, da dem Schützenverein Kaltenbach als Eigentümer unter Androhung erheblicher Geldstrafen gerichtlich untersagt wurde, länger als 22 Uhr Livemusik in der Halle zu machen. Deshalb ist der Vorstand sehr froh, dass mit der Aula im Bielsteiner Schulzentrum ein neuer Veranstaltungsort gefunden wurde. Der herzliche Dank gilt in diesem Zusammenhang der Stadt Wiehl, namentlich besonders Andreas Harnisch, für die tatkräftige und unbürokratische Unterstützung.

Für das 6. Musikertreffen stehen auch bereits die Auftritte von vier Bands fest, und zwar: Sorrows End (Stilrichtung Heavy Metal), Kaufhaus Dahl (Deutsch Rock/New Wave), Ripcorn (Hard Rock) und Cavefeels (Pop/Rock); außerdem tritt der Songwriter Guido Schuster auf. An einem weiteren Act basteln die Veranstalter noch und präsentieren vielleicht eine kleine Überraschung. Der Eintritt kostet wieder 10 Euro; Einlass ist ab 18 Uhr, ab 19 Uhr spielt jede Band eine Dreiviertel-Stunde. Die Veranstalter hoffen, dass auch der neue Veranstaltungsort von den heimischen Musikfans gut angenommen wird, wobei sie nochmals darauf hinweisen, dass das Musikertreffen für jeden zugänglich ist, also auch für Nichtmusiker. Das Musikertreffen soll Bands aus dem Oberbergischen die Möglichkeit geben, sich gegenseitig kennenzulernen und sich einem breiteren Publikum zu präsentieren. Daher zählt jeder Besucher – auch um möglichst einen hohen Spendenbetrag zu erzielen. Weitere Infos zum Verein „Musiker helfen e.V. und zum 6. Musikertreffen unter: www.musikertreffen.com.

Deine Ausbildung:
Berufskraftfahrer (m/w/d)

Wer hat schon einen Dienstwagen mit 450 PS!

Entsorgungsservice mit Erfahrung

Ist das langweilig, den ganzen Tag hinterm Steuer? Überhaupt nicht! Wir rangieren millimetergenau unsere Fahrzeuge, jonglieren mit Kränen und haben Kontakt mit Kunden.

RELOGA, der kommunale Entsorgungs- Dienstleister, bietet eine erstklassige Ausbildung, einen sicheren Arbeitsplatz und ein herausforderndes und abwechslungsreiches Berufsleben.

www.reloga.de/ausbildung
personalabteilung@reloga.de
 Tel.: (0214) 8668 234

RELOGA GmbH - Braunswerth 1-3 - 51766 Engelskirchen



Foto: OBK

PLAYMOBIL-Ausstellung auf Schloss Homburg verlängert

Die PLAYMOBIL-Ausstellung auf Schloss Homburg war mit 20.000 Besuchern schon zum Jahreswechsel 2019/20 die erfolgreichste Sonderausstellung des Heimatmuseums des Oberbergischen Kreises. Deshalb ist die aktuelle Sonderausstellung „Geschichte(n) erleben auf Schloss Homburg“ des Hamburger PLAYMOBIL-Sammlers Oliver Schaffer bis zum 19. April 2020 verlängert worden – eigentlich sollte sie schon am 9. Februar 2020 abgebaut werden. Verständlich, dass die Freude bei Kulturdezernent Felix

Ammann über die große Resonanz groß ist: „Besonders erfreulich ist, dass die Ausstellung nicht nur PLAYMOBIL-Fans und Sammler im Oberbergischen anzieht, sondern insbesondere auch Familien weit über die Kreisgrenzen hinaus begeistert.“

Einen kleinen Wermutstropfen für PLAYMOBIL-Fans hat die Verlängerung der Ausstellung aber, denn die PLAYMOBIL-Schau-landschaft im Forum musste – wie geplant – am 9. Februar 2020 abgebaut werden, da die Räumlichkeiten im Forum wieder für eine Vielzahl an Kulturveranstaltungen gebraucht werden. Dagegen bleibt die PLAYMOBIL-Ausstellung im Schloss den Besucherinnen und Besuchern noch bis zum 19. April 2020 erhalten. Das Interesse an Führungen für Kindergärten, Schulen und Erwachsenengruppen sei nach wie vor sehr groß und viele Familien hätten den Wunsch geäußert, noch einmal wieder zu kommen, teilt die Pressestelle des Oberbergischen Kreises als Begründung für die Verlängerung mit.

Zudem können sich die Besucherinnen und Besucher über einen ganz neuen Themenbereich freuen, den der PLAYMOBIL-Sammler Oliver Schaffer gestaltet hat. Viele Besucher haben in persönlichen Gesprächen von ihren persönlichen PLAYMOBIL-Erinnerungen erzählt und sich ein ganz besonderes Thema gewünscht, das jetzt realisiert worden ist: Auf über 70 Quadratmetern ist ab dem 15. Februar eine spannende PLAYMOBIL-Schau-landschaft rund um Polizei, Rettungsdienst und Feuerwehr zu sehen. „Wir möchten uns damit bei unseren zahlreichen Gästen bedanken“, sagt Kulturamtsleiter Steffen Müller. Weitere Informationen auf: www.schloss-homburg.de

Zahngold-Spende für Ometepe-Projekt

Große Freude bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Ometepe-Projekts: Das Hilfsprojekt für Nicaragua erhielt dank der Initiative der Wiehler Zahnärztin Dr. Elke Alberts auch in diesem Jahr wieder eine namhafte Spende für ihr Projekt. Da die Patienten verschiedener Zahnärzte im Oberbergischen Kreis ihr Zahngold gespendet hatten, konnte Elke Alberts, die vor vielen Jahren schon selbst auf Ometepe praktiziert und das Hilfsprojekt kennengelernt hatte, im Auftrag ihrer Kollegen/innen insgesamt die stolze Summe von 19.634,11 Euro an die beiden Initiatoren des Ometepe-Projekts, die Wiehler Monika und Michael Höhn, überreichen.

Zusammen mit einer weiteren Einzelspende über 10.000 Euro können so die am meisten benachteiligten Menschen – Kinder mit Behinderungen und ihre Familien – im Behindertenzentrum des Ometepe-Projekts gefördert werden. Hier erhalten die Familien physiotherapeutische und psychologische Unterstützung (Foto). Das Zentrum soll nun aufgrund des Bedarfs weiter ausgebaut werden.



Foto: Ometepe-Projekt



Foto: Druckreif Medien

Gesundheitswanderungen rund um Eckenhagen

Die dunklen Tage sind vorbei – die Natur ist erwacht: Spätestens jetzt wird es Zeit, hinauszugehen und sich wieder aktiv zu bewegen. Bei den Gesundheitswanderungen auf den Heilklimawegen rund um Eckenhagen kommt man wieder in Schwung. Die 4 bis 9 km langen Touren werden durch physiotherapeutische Übungen aufgelockert, die die Muskeln stärken und die Kraft verbessern. Das Heilklima unterstützt dabei das Training in der herrlichen Natur. Sich bewegen, lachen, Spaß haben und die Natur genießen bringt Lebensfreude, entspannt und lässt gleichzeitig die Pfunde purzeln.

Das Kursangebot „Vitalität & Naturgenuss“ der Heilklimatherapeutin und zertifizierten Gesundheitswanderführerin Dorothee Bastian beinhaltet zehn Wandertermine, regelmäßig an Samstagen von April bis Juli 2020 – und jeweils mit unterschiedlichen Themenschwerpunkten.

Der erste Wandertermin ist Samstag, 18. April 2020 und endet am Samstag, 4. Juli 2020. Unterwegs ist Dorothee Bastian auf den fünf zertifizierten Heilklimawanderwegen um Eckenhagen, die sowohl am oberen Eingang des Kurparks als auch vor der Kur- & Touristinfo starten. Die Termine können als Kursangebot für insgesamt 90 Euro (oder einzeln für 11 Euro pro Termin) gebucht werden. Anmeldungen bei Frau Bastian (0151/46635334 oder unterwegs@dorothee-bastian.de) sind erforderlich. Info: www.dorothee-bastian.de

AggerEnergie: Spenden statt Präsente

Bereits seit 2007 verzichtet die AggerEnergie auf Weihnachtspräsente für Kunden und Partner. Stattdessen unterstützt der regionale Energiedienstleister jedes Jahr zwei gemeinnützige Organisationen aus seinem Verbreitungsgebiet mit einer Spende über insgesamt 3.000 Euro. „Wir wollen uns damit für Ihre wertvolle Arbeit bedanken, die Sie in unserer Region leisten“, sagte AggerEnergie-Geschäftsführer Frank Röttger bei der Spendenübergabe an die beiden diesjährigen Preisträger: Diesmal durften sich das Haus für Menschen mit Behinderung Wiehl GmbH (HBW) und die städtische Kindertageseinrichtung „Flohkiste“ in Gummersbach-Lantenbach über eine Spende von je 1.500 Euro freuen. Das HBW ist ein Wohnanbieter für erwachsene Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen, wobei die HBW-Mitarbeiter im Oberbergischen Kreis rund 200 Menschen in ambulanten und stationären Wohnsettings betreuen, wie HBW-Gesamtleiter Andreas Lamsfuß berichtete. Die „Flohkiste“ ist eine Kindertageseinrichtung für zwei- bis sechsjährige Kinder mit dem Betreuungsschwerpunkt auf Theaterspiel und Bewegung.

Bei dem traditionellen Spendetermin gab es diesmal eine Premiere, denn im AggerEnergie-Foyer trat die Tanzgruppe „ARTsider“ des HBW unter der künstlerischen Leitung der Tanzpädagogin Hiltrud Grübling (Tanzstudio euMotions) auf und entführte die begeisterten Anwesenden einmal zu einem traditionellen Stierkampf ins heiße Andalusien (Foto) und in die Südstaaten der USA der 1930er Jahre. Mit Hilfe der Weihnachtsspende sollen Kostüme für das Tanzensemble „ARTsider“, das aus Menschen mit und ohne Handicap besteht, angeschafft werden. Die KiTa „Flohkiste“ wird das Geld speziell für die U3-Förderung verwenden. So soll ein umgebauter Raum in Eigenregie verschönert und mit vielfältigem Mitmach-Spielmöglichkeiten ausgestattet werden, wie Heike Schilling und Manuela Jacobs von der KiTa-Leitung berichteten.



Foto: AggerEnergie/Peter Lenz



Foto: Kirchenkreis An der Agger/Vera Marzinski

Michael Braun als neuer Superintendent eingeführt

Die evangelischen Christen in Oberberg haben einen neuen geistlichen Leiter: In einem feierlichen Gottesdienst in der Wiehler Kirche ist Jürgen Knabe als Superintendent des Kirchenkreises An der Agger entpflichtet und Michael Braun als sein Nachfolger eingeführt worden. Für diesen Akt war Manfred Rekowski, Präses der rheinischen Landeskirche, nach Wiehl gekommen, der sowohl die Entpflichtung Knabes als auch die Amtseinführung Brauns persönlich vornahm (Foto).

Rekowski sagte, die Leitung eines Kirchenkreises sei die herausforderndste Arbeit, die in der Kirche zu vergeben sei. Jürgen Knabe habe für die rheinische Landeskirche viel geleistet – „auf deine Art: still, aber deutlich, unaufdringlich, aber erkennbar“. Michael Brauns erste Predigt als neuer Superintendent bezog sich auf Matthäus 20, 1-16 (Arbeiter im Weinberg). Mehr essen, mehr besitzen, mehr arbeiten, mehr haben – dieses „Immer mehr“ sei zu viel für den Menschen und die Umwelt. Bei Gott gebe es stattdessen „einfach nur genug“. Genug Hoffnung, Liebe und Vertrauen, genug von den wirklich wichtigen Dingen.

Kleine Spende für zweiten Kaffeegenuss

Die Ehrenamtsinitiative Weitblick des Oberbergischen Kreises hat mit der Gruppe 5.0 um die Standortlotsin Gitta Quercia-Naumann (Engelskirchen) den „Kaffee umsonst“ in einem Engelskirchener Caféhaus eingeführt. Das Prinzip des „Kaffee umsonst“ sieht wie folgt aus: Der Gast, der dort seinen Kaffee getrunken hat, bezahlt nicht nur diesen, sondern zwei Kaffee. Den Bon für diesen zweiten (schwebenden) Kaffee wird auf einen Haken gehängt – und der nächste Gast, der finanziell gerade nicht so gut gestellt ist, wird damit herzlich eingeladen. Man nimmt sich den Bon vom Haken direkt an der Eingangstür und zahlt damit.



Foto: privat

„Was für eine geniale und einfache Idee“, meinte Steffi Jansen, die neue Inhaberin des Engelskirchener Cafés „Zinnober“ (Horpestraße 4), als die Weitblickgruppe Generation 5.0 der Wirtin ihren Plan vorstellte. Mal schnell eine Tasse heißen Milchkaffee, oder einen dampfenden Eintopf in der Pause, das ist für viele Bürgerinnen und Bürger finanziell kein Problem. Manche allerdings sind nicht in der Lage, das zu bezahlen und so sind sie von einem wichtigen Teil unseres sozialen Lebens ausgeschlossen. Das Prinzip, das bereits in vielen Großstädten Deutschlands Anhänger gefunden hat, gibt es ab sofort also auch im Engelskirchener Caféhaus „Zinnober“. „Wir wollten das gerne auch auf eine Suppe ausweiten“, berichtet Susanne Voigt. „Klar kann man für kleines Geld bei den Tafeln essen oder Kaffee trinken, aber manchmal möchte man vielleicht einfach auch mal ‚ganz normal‘ in ein Café gehen und es gibt so viele Menschen, die gerne ein paar Euro mehr zahlen“, sagt Marianne Straub aus Lindlar, die sich ebenfalls der Gruppe angeschlossen hat.

„Armut führt auch zu Einsamkeit“, meint Gitta Quercia-Naumann, die sich diesem „Altersthema“ sowie der Alterseinsamkeit besonders zugewandt hat. Die Gruppe Generation 5.0 will dazu in Engelskirchen Akzente setzen. Die größte Hoffnung der Gruppe ist, dass sich alle Cafés der Initiative „Ich lade Dich ein“ anschließen, so dass viele Menschen dieses Angebot wahrnehmen können. Interessierte können sich im Weitblick-Büro der Gemeinde Engelskirchen bei Gitta Quercia-Naumann (02263/83-181 oder 0173/5464014) melden. Unser Foto zeigt (v.l.n.r.) Gitta Quercia-Naumann, Susanne Schreiner, Susanne Voigt, Steffi Jansen (Café „Zinnober“) und Marion Straub, die für den „zweiten Kaffee“ werben.



Foto: Ferdinand Linzenich

Ferdinand Linzenich: „Vorsicht bissiger Mund!“

Er gilt als „Bergisch Gladbachs bekannteste Spottdrossel“ – und ist auch im Oberbergischen kein unbeschriebenes Blatt: Am Samstag, 21. März 2020, 20 Uhr, gastiert der bekannte Kabarettist Ferdinand Linzenich im Ratsaal Engelskirchen. In seinem Programm „Vorsicht bissiger Mund!“ nimmt Ferdinand Linzenich auch diesmal wieder kein Blatt vor den Mund. Vielmehr will er es wissen, nämlich, ob man in Deutschland ein Patriot sein kann, ohne in die rechte Ecke gestellt oder aus der linken hinausgeworfen zu werden. Dabei interessieren ihn weder Political- noch Gender-Correctness, denn nach seinem kabarettistischen Berufs-Credo „Lieber einen Freund verlieren als eine Pointe auszulassen“ legt er sich erneut mit jedem an, der Andersdenkenden gleich einen Maulkorb verpassen will.

Im Gegenteil: Er spricht mit Genuss aus, was man alles nicht mehr sagen darf. Er zitiert aus seiner Zeitgeist-Enzyklopädie. Er philosophiert darüber, ob es nicht wünschenswert wäre, als Großer Panda wiedergeboren zu werden. Er zeigt auf, warum mancher Albtraum nicht weit von der Realität entfernt ist. Er erklärt, was ihn mit Charlie Chaplin verbindet. Er erinnert daran, wo Humor Waffe und wann Medizin sein kann. Und gleich zu Beginn gibt er ein ebenso provokantes wie fulminantes Bekenntnis zu Deutschland ab.

Eintrittskarten gibt es bei Schreibshop Kurth, Engelskirchen, Tim's Schreibwaren Loope, Dat Lädchen Lüders, Ründeroth und im Bürgerbüro im Rathaus Engelskirchen (02263/83-401-83-405). Eintrittspreis (frei Platzwahl) 18 Euro zuzügl. 1 Euro VK-Gebühr (Abendkasse: 21 Euro).

Neue Fuß- und Radwegbrücke über die Agger

Die Engelskirchener dürfen sich noch in diesem Jahr über eine neue Fuß- und Radwegbrücke über die Agger freuen. Mit dem Neubau dieser Rad- und Fußgängerbrücke vom Engelskirchener Rathausgelände zur Ortslage Steeg ist bereits begonnen worden. Die voraussichtliche Bauzeit der Brücke beträgt acht Monate, so dass im Spätsommer/Herbst 2020 mit der Einweihung gerechnet werden kann. Der Bau der Brücke wird mit Unterstützung aus Mitteln des Bundes errichtet, die im Rahmen der nationalen Klimaschutzinitiative „Umsetzung des Bausteins Radwegenetz und Radewege-Infrastruktur des Mobilitätskonzepts Engelskirchen“ zur Verfügung gestellt wurden. Die Brücke wird eine Gesamtlänge von über 36 Metern erhalten und wird aus blockverleimten Brettschichtholzträgern hergestellt. Der Brückenträger wird an zwei Stellen durch einen rückverankerten Pylonen auf der Seite der Ortslage Steeg (linke Aggerseite) unterstützt. Die beauftragte Bauunternehmung Klaus Hombach aus Gummersbach-Dieringhausen hat bereits damit begonnen, die Widerlager und die Fundamente herzustellen, bevor die Brücke im Frühjahr/Sommer angeliefert und vor Ort zusammengebaut werden soll.

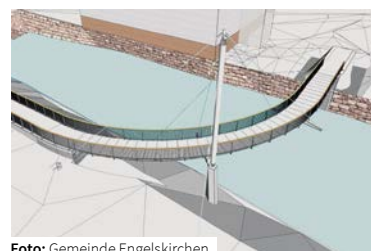
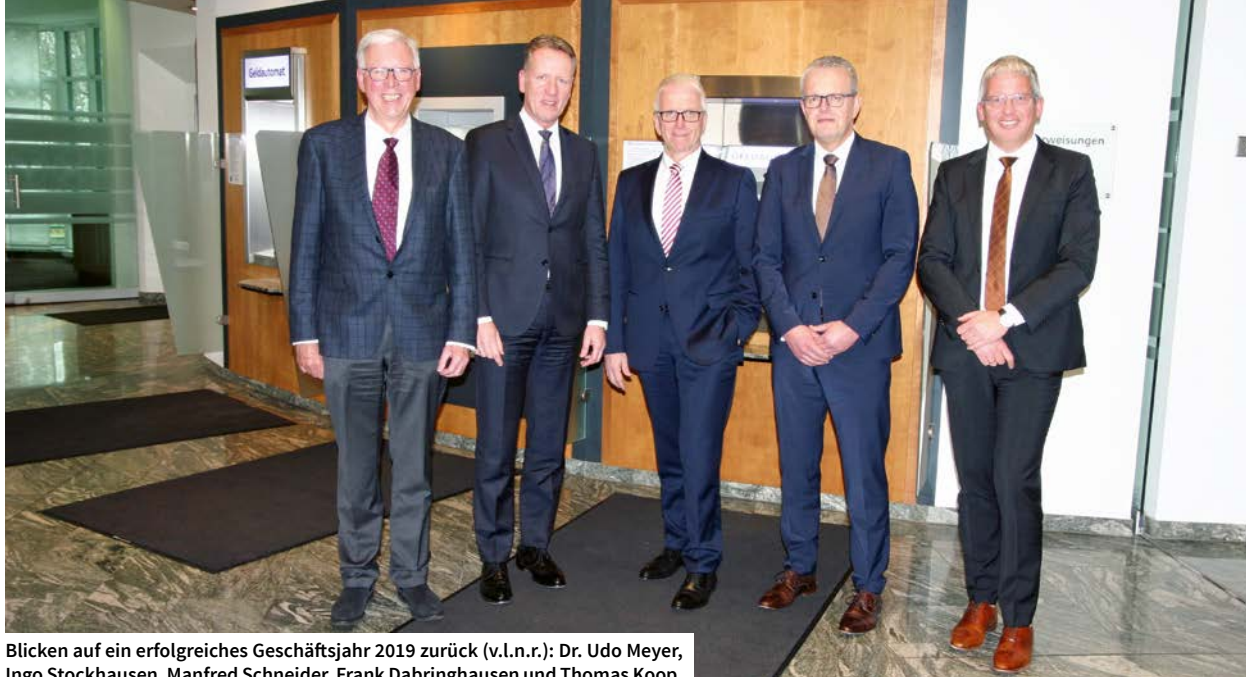


Foto: Gemeinde Engelskirchen

Die spätere Anbindung der Brücke an die Steeger Straße erfolgt über einen noch herzustellenden Rad-/Gehweg zwischen Agger und dem ehemaligen Firmengelände H. & K. Müller. Engelskirchens Bürgermeister Dr. Gero Karthaus sieht in der neuen Aggerbrücke einen Meilenstein in der Ortskernentwicklung von Engelskirchen und freut sich über die damit verbundenen neuen Möglichkeiten der Mobilität und der Freizeitgestaltung. Die Skizze zeigt, wie das Brückenbauwerk über den Aggerfluss nach der Fertigstellung aussehen soll. Das Gebäude im Hintergrund, wo die Brücke endet, ist das Engelskirchener Caritasgebäude.



Blicken auf ein erfolgreiches Geschäftsjahr 2019 zurück (v.l.n.r.): Dr. Udo Meyer, Ingo Stockhausen, Manfred Schneider, Frank Dabringhausen und Thomas Koop.

Volksbank Oberberg setzt weiter auf Kontinuität

Text: Dieter Lange **Foto:** Volksbank Oberberg

Ingo Stockhausen, Vorstandsvorsitzender der Volksbank Oberberg, brachte es bei der Bilanzpressekonferenz auf den Punkt: „Kontinuität steht bei uns weiterhin ganz oben.“ Und das gleich in mehrfacher Hinsicht: So konnte die Genossenschaftsbank auch 2019 ihre erfolgreiche Entwicklung fortsetzen und – trotz schwieriger Rahmenbedingungen – in allen Sparten überdurchschnittliche Zuwachsraten verzeichnen (siehe Kasten). Und auch in personeller Hinsicht setzt die Volksbank auf Kontinuität: So wird für den am 31. März 2021 ausscheidenden Vize-Vorstandsvorsitzenden Manfred Schneider mit Frank Dabringhausen (53) ein Eigengewächs nachrücken. Der designierte

Nachfolger von Schneider, der dann nach 47 Jahren in Diensten der Volksbank Oberberg in den Ruhestand treten wird, ist derzeit als „Bereichsleiter Vorstandsstab“ tätig und bis auf einen zweijährigen „Ausflug“ in die freie Wirtschaft seit 1986 bei der Volksbank tätig. Dessen vorzeitige Berufung in den Vorstand wertete Aufsichtsratschef Dr. Udo Meyer ausdrücklich „als ein Zeichen von Kontinuität an unsere Mitglieder, Mitarbeiter und Kunden“.

Diese Kontinuität, so betonte Stockhausen ausdrücklich, gelte auch weiterhin für die Geschäftspolitik des Hauses, die auch in Zukunft dezentral ausgerichtet sei. Da



**MITEINANDER
PFLEGEN**

Ambulanter Pflegedienst Cornelia Kumm

Tel.: 022 62 / 7 17 09 61
 Fax: 022 62 / 7 17 09 62
 Mobil: 0160 / 96 27 46 46
 E-Mail: info@miteinander-pflegen.de
 Web: www.miteinander-pflegen.de



Öffnungszeiten:
 Mo., Di., Do. 09.00 – 12.30 Uhr
 14.30 – 17.30 Uhr
 Mi. & Fr. 09.00 – 12.30 Uhr
 Dörner Str. 31 • 51674 Wiehl

es diesbezüglich Meinungsunterschiede mit der VR-Bank Rhein-Sieg gegeben habe, sei dies auch der Grund für den Abbruch der Fusionsgespräche gewesen. „Die Begeisterung in Siegburg hat dafür gefehlt“, sagte Stockhausen, der in dem Zusammenhang die Arbeit von Frank Dabringhausen hervorhob, der das Fusionsprojekt für die Volksbank geleitet habe.

Dass der Abbruch der Fusionsgespräche der Volksbank Oberberg nicht geschadet hat, zeigten die eindrucksvollen Zahlen. So freute sich Stockhausen, mit einem Jahresüberschuss von 10,2 Millionen Euro (Vorjahr: 10,1) das „beste Ergebnis unserer Geschichte“ vorlegen zu können, so dass sich die Mitglieder voraussichtlich wieder auf eine überdurchschnittliche Dividende von 5 Prozent freuen dürfen. Apropos Geschichte: In diesem Jahr feiert die Volksbank Oberberg ihr 150-jähriges Jubiläum, was auf das älteste Vorläuferinstitut, die 1870 gegründete Eckenhagener Volksbank, zurückzuführen ist.

Höhepunkt des Jubiläumsjahres, das ohne offiziellen Festkommers begangen wird, wird die Gründung einer eigenen Stiftung sein. Aber auch 2019 wurde die Volksbank ihrer Verantwortung für die Region gerecht, denn sie unterstützte Kindergärten, Schulen und Vereine mit über 400.000 Euro.

Volksbank Oberberg in Zahlen (31.12.2019)

Bilanzsumme: 3,7 Mrd. € (2018: 3,5 Mrd. €)

Kundeneinlagen: 2,3 Mrd. € (2018: 2,3 Mrd. €)

Kundenkredite: 3,0 Mrd. € (2018: 2,9 Mrd. €)

Betreutes Kundenvolumen:

6,1 Mrd. € (2018: 5,8 Mrd. €)

Bilanzgewinn: 10,2 Mio. € (2018: 10,1 Mio. €)

Cost-Income-Ratio: 58,6 (2018: 58,0)

Mitarbeiter: 484 (2018: 470)

Geschäftsstellen: 30 (2018: 30)



SUZUKI Way of Life!

 **selbstauf ladend**

 **kraftstoffeffizient**

 **umweltschonend**

Ab 13.790,- EUR¹

Suzuki Hybrid. Unsere Technik. Dein Antrieb.

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Aufpreis.
Kraftstoffverbrauch Suzuki Ignis 1.2 DUALJET HYBRID:
kombinierter Testzyklus 4,3 l/100 km; CO₂-Ausstoß:
kombinierter Testzyklus 98 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>

¹ Endpreis für einen Suzuki Ignis 1.2 DUALJET HYBRID Comfort (Kraftstoffverbrauch:
innerorts 4,7 l/100 km, außerorts 4,1 l/100 km, kombiniert 4,3 l/100 km, CO₂-Ausstoß:
kombinierter Testzyklus 98 g/km (VO EG 715/2007)).

Autohaus Halstenbach GmbH

Robert-Bosch-Straße 5 • 51674 Wiehl

Telefon: 02261 73051 • Telefax: 02261 73054

E-Mail: info@autohaus-halstenbach.de • www.autohaus-halstenbach.de

Mehr Energie durch Fasten

Wie Sie mit Leichtigkeit und Freude Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden unterstützen

Text: Marie-Luise Dörffel **Foto:** Alina Karpenko on unsplash

Auch wenn die meist üppige Adventszeit und die Feiertage schon lange vorbei sind: Die meisten Menschen schleppen immer noch einen kolossalen „Nährstoff-Overflow“ mit sich herum, der durch die Karnevalszeit nicht kleiner geworden sein dürfte. Das Wohlbefinden ist beeinträchtigt, eventuell trüben sogar ein paar Pfunde mehr den Blick auf die Waage. Die Idee, kürzer zu treten, mehr Sport zu treiben, liegt auf der Hand, zumal auch die christliche Fastenzeit nach den Karnevalstagen zu zeitweisem bewusstem Verzicht anregt. Allein die Motivation und der Durchhaltewille sind die Knackpunkte, denn schnell meldet sich der innere Schweinehund zu Wort. Dieser suggeriert vehement, dass die Welt doch in Ordnung und „Kasteiung“ nicht angesagt sei.

Um erfolgreich in eine Fastenperiode einzutreten und diese auch durchzuhalten, gilt es also, vor allem „Freund Schweinehund“ zu überlisten und ihn erfolgreich in das Vorhaben einzubinden.

Von jetzt auf gleich in eine mehrtägige Fastenzeit zu gehen, ist für Fastenungeübte eine Herausforderung und nicht selten endet das Vorhaben mit vorzeitigem Abbruch und nachfolgender Frustration. Das muss nicht sein, denn mit wenig Aufwand und geringem Einsatz an Disziplin lassen sich „Fastenstunden“ in die tägliche Routine integrieren.

Kurzzeit-Fasten ist das Geheimnis

Über unsere modernen Ernährungsgewohnheiten und die Verheißungen der Lebensmittelindustrie im Supermarkt überlasten wir unseren Körper regelmäßig mit einem Zuviel an Zucker, an Kohlenhydraten, ungesunden Fetten und überflüssigen Zusatzstoffen. Ähnlich wie unser Gehirn den nächtlichen Schlaf braucht, um die Eindrücke und Informationsflut des Tages zu sortieren, abzulegen und zu verarbeiten, braucht auch unser Verdauungstrakt Ruhezeiten, in denen die Nahrung verarbeitet werden kann. Über Kurzzeit-Fasten kann man diese täglichen Ruhezeiten einbauen, ohne sich dafür kasteien zu müssen.

Machen Sie sich Ihren täglichen Essenrhythmus bewusst und starten Sie am besten mit dem Abendessen: Genießen Sie abends zwischen 18:00 und 19:00 Uhr das Abendessen. Wenn Sie dann im Laufe des Abends nicht mehr „schnuckeln“, ins Bett gehen und am nächsten Morgen das Frühstück entweder ausfallen lassen oder erst später zu sich nehmen, dann haben Sie





bereits mindestens 12 Stunden „gefastet“ – im Schlaf sozusagen. Üben Sie dieses 12-Stunden-Fasten eine Zeitlang und dehnen Sie die Fastenphasen peu á peu aus. Brechen Sie Ihr Fasten erst dann, wenn Sie wirklich richtig Hunger haben. Dafür eignet sich z. B. eine leckere leichte Gemüsesuppe, die Sie schnell vorbereiten und auch im Büro aufwärmen können.

Konzentrierte Essensphasen entlasten und führen zu Gewichtsverlust

Auf diese Weise können Sie Ihren Körper leicht und einfach an nahrungsfreie Zeiten (16:8 oder auch 18:6 Fastenzeiten) gewöhnen, in denen er in Ruhe verdauen kann. Der Dank ist Ihnen gewiss: Die Bauchspeicheldrüse freut sich, es wird nicht permanent Insulin produziert, dessen hoher Spiegel auf die Dauer zu Diabetes führen kann. Die Nährstoffe können vom Darm besser verarbeitet werden und die Aufnahmefähigkeit steigert sich. Zudem haben Studien gezeigt, dass der Körper die angebotenen Kalorien anders verarbeitet, wenn sie nicht über den Tag verteilt eingenommen werden, sondern konzentriert innerhalb weniger Stunden. Letzteres führt nach und nach zu Gewichtsverlust ohne Diät und Jojo-Effekt, wenn man das Kurzzeit-Fasten zur Selbstverständlichkeit werden lässt.

Mehr Energie, Klarheit und Tatkraft

Ganz nebenbei sorgt die Klärung des Magen-Darm-Traktes auch für erstaunliche „Nebenwirkungen“. Nicht nur der Körper entschlackt, sondern auch der Geist. Schon nach relativ kurzer Zeit steigt das Energieniveau, man fühlt sich fitter, morgens ausgeschlafener und energiegeladener. Erstaunlich ist auch, wie schnell der Körper mit weniger Nahrung auskommt, Heißhungerattacken auf Süßes zurück gehen und das Hungergefühl sich grundlegend verändert.

Vom Kurzzeit-Fasten zur Fastenwoche und Ernährungsumstellung

Wer sich jetzt erfolgreich an die täglichen Fastenperioden gewöhnt hat, für den ist der Schritt zu längeren Fastenzeiten nicht mehr weit. Steigern Sie langsam auf 23:1, dann auf den ersten ganzen Fastentag, indem Sie erst am nächsten Mittag das Fasten brechen. Spielen Sie damit, setzen Sie sich kleine Ziele und genießen Sie anschließend ganz bewusst die erste Mahlzeit. Beobachten Sie sich: Verändert sich vielleicht auch Ihr Geschmackssinn, Ihr Geruch? Nach was verlangt Ihr Körper, welches kulinarische „Gelüstchen“ kommt Ihnen in den Sinn? Nutzen Sie die neue Sensibilität Ihres Körpers, Ihre Ernährung umzustellen hin zu viel Bio-Gemüse, frisch zubereiteten Gerichten und - wenn Sie Fleisch lieben - kaufen Sie nur nachhaltig produziertes Fleisch von Bauern, die Sie kennen.

Möchten Sie mehr über Kurzzeit-Fasten wissen?

Hier ein Buchtipp: Rüdiger Dahlke, Kurzzeitfasten: Mit Esspausen gesünder, länger und schlanker leben. Südwest Verlag.





Über Osterbräuche und (vergessene) bergische Traditionen

Text: Anna-Lena Schäfer **Foto:** kobeza, Adobe Stock

Tulpen, Weidenkätzchen und Krokusse kündigen es an: Ostern steht vor der Tür. Und in den meisten Familien und Orten in unserer Region gibt es feste Bräuche und Traditionen. Aber wie feiern die Oberberger Ostern? Gibt es typische Sitten, die aus unserer Region stammen? Und wo kommen eigentlich Osterhase, Ostereier und Co. her? Wir haben uns ein wenig umgeschaut.

Warum feiern wir Ostern?

Der christliche Hintergrund für Ostern ist natürlich die Auferstehung Jesu, der laut biblischer Überlieferung an einem Freitag vor Passah gekreuzigt wurde und am dritten Tage auferstand. Ausschlaggebend für das Datum, an dem wir Ostern feiern, war das Konzil von Nicäa im Jahre 325 nach Christus. Seitdem feiern wir das christliche Osterfest immer am Sonntag nach dem ersten Frühlingsvollmond. Ostern hat seinen Ursprung jedoch in heidnischen und jüdischen Traditionen. Die eigentliche Herkunft liegt im jüdischen Passahfest. Die bis heute beliebten Symbole der Fruchtbarkeit, wie der Osterhase und die Ostereier, wurden dagegen aus heidnischen Traditionen übernommen.

Wie lange gibt es den Osterhasen schon?

Der Osterhase findet erstmalig Erwähnung in einer Erzählung von Georg Franck von Frankenu im 17. Jahrhundert. Er wurde damals im Zusammenhang mit dem übermäßigen Verzehr von Hühnereiern erwähnt. Der Glaube, dass der Hase die Eier an Ostern überbringt, kam jedoch erst später hinzu. Richtig bekannt wurde der Osterhase erst im 19. Jahrhundert durch die industriell hergestellten Schoko- und Spielzeughasen. Als Sinnbild für Fruchtbarkeit fügt er sich auch in die Tradition des antiken Frühlingsfestes ein und wurde schließlich als Symbol in die christliche Osterzeit überführt.

Woher stammt der Ostereier-Brauch?

Ostereier gehören in den Tagen um Ostern herum einfach dazu – ob gekocht, bemalt, als Dekoration oder aus Schokolade. Das Eierfärben hat gleich mehrere Ursprünge. Zum einen steht es in Verbindung mit der Fastenzeit zwischen Aschermittwoch und Ostersonntag, in der traditionell der Verzehr von Eiern, Fleisch und Milch verboten war. Deshalb wurden die Eier der Hühner gekocht, um sie haltbar zu machen. Anschließend färbte man sie ein, um sie von den frischen Eiern zu unterscheiden. Bereits in antiken Kulturen und Religionen stand das Ei für Fruchtbarkeit und Wiedergeburt. Im Christentum wurde dies mit aufgenommen und mit der Segnung der Ostereier erweitert. Die unversehrte Schale des Eis gilt als Symbol der Auferstehung Jesu. Im 10. Jahrhundert begannen koptische Christen damit, sich zum Osterfest rot gefärbte Eier zu schenken. Dies fand traditionell am Ostersonntag als Zeichen der Auferstehung statt. Die rote Färbung stand dabei für das Grab sowie das vergossene Blut Jesu. Erst viel später wurden die Eier auch in anderen, bunten Farben bemalt.

Was hat es mit den Osterfeuern auf sich?

Die Osterfeuer haben sich aus der heidnischen Tradition des Frühlingsfeuers heraus bei uns etabliert. Damit wurde der Übergang vom Winter in den Frühling gefeiert. Mittlerweile gibt es viele verschiedene Varianten des Osterfeuers: In einigen Regionen wird es bereits am Karsamstag angezündet, in anderen erst am Abend des Ostersonntags oder am Morgen des Ostermontags. Bei uns im Oberbergischen finden die meisten Osterfeuersamstags statt. Man sieht sie häufig schon von weitem, wenn man sich den Ortschaften nähert. Viele Dörfer pflegen bis heute diese Tradition und nutzen sie, um zusammenzukommen und an den beruhigenden Flammen

innezuhalten. Auch Gäste aus den anliegenden Dörfern oder von auswärts sind immer herzlich willkommen.

Woher stammt die Osterkerze?

Die Osterkerze ist ihrem Ursprung nach ebenfalls kein christliches Symbol. Sie geht auf die heidnische Tradition der Brandopfer bis ins 4. Jahrhundert zurück. Denn bereits in vorchristlichen Mythologien galt das Licht als Symbol des Lebens. Dieses Motiv wurde bei der Osterkerze übernommen und in Verbindung mit der Auferstehung Christi und damit der Überwindung des Todes gesetzt.

Was ist die Tradition des Osterwassers?

Mittlerweile ist dieser Brauch weit weniger verbreitet als Eiersuchen und der Osterhase. Dabei wird dem Osterwasser eine heilende und verjüngende Wirkung zugesprochen. Frauen schöpfen es gemäß der Tradition in der Nacht des Karsamstags auf den Ostersonntag vor Sonnenaufgang aus einer Quelle, einem Bach oder einem Fluss. Beim Transport zum Bestimmungsort darf weder gesprochen werden, noch ein Tropfen verloren gehen, um die Reinheit des Wassers zu bewahren. In der Tradition der katholischen Kirche wird zudem das Wasser, das zur Taufe verwendet wird, in der Osternacht geweiht und für das gesamte Kirchenjahr verwendet.

Woher kommt diese Musik am Ostersonntag?

Einige werden es kennen: Schon früh am Morgen hört man aus dem Bett heraus Osterchoräle über die Hügel und Dörfer klingen. Bis heute pflegen Posaunenchoräle und Musikvereine im Oberbergischen diese Tradition – etwa die Posaunenchoräle aus Berkenroth, Winterborn, Wirtenbach und Marienbergshausen sowie der Musikverein Heddinghausen. Zu

den Liedern gehören neben der Nümbrecht Osterhymne „Auferstanden“ auch die Melodien von „Auf, auf mein Herz mit Freuden“, „Christi ist erstanden“ oder „Welch ein Freund ist unser Jesu“. Während in der ursprünglichen Tradition die Strecke zwischen den Orten zu Fuß zurückgelegt wurde, reisen die Musikerinnen und Musiker mittlerweile per Auto. Auch wenn die Gemeinschaft und das fröhliche Miteinander zu Fuß noch intensiver gelebt werden konnten, machte es die Motorisierung wesentlich einfacher, auch abgelegene und weiter entfernte Ortschaften zu erreichen.

Kennt ihr Eierrollen?

In einigen Regionen des Bergischen Landes ist es ein beliebter Osterspäß für Klein und Groß. Unsere hügelige Gegend bietet ideale Bedingungen. Und so geht's: Alle stellen sich nebeneinander am Hang auf und lassen nacheinander hart gekochte, gefärbte Eier herunterrollen. Die Ziele können unterschiedlich sein: Es gewinnt der mit dem am weitesten gerollten Ei. Dann gehören ihm alle Eier und er kann sie nach dem Spiel verputzen. Oder Ziel ist es, mit dem eigenen Ei möglichst viele andere bunte Eier „anzutitschen“. Jedes tuscherte Ei wird dann behalten. Zudem auf gerader Fläche beliebt: Boggia mit Ostereiern. Ein Osterei wird ausgerollt. Wer als nächstes an das Basis-Ei herankommt, darf alle anderen Eier einsammeln und das neue Basis-Ei rollen.

Egal welche Bräuche bei Ihnen im Ort und den Familien gelebt werden: Wir wünschen allen ein frohes Osterfest und sind gespannt, ob es dieses Jahr auch der ein oder andere neue (alte) Brauch schafft, in die Tradition aufgenommen zu werden.

Wir suchen:

- Pflegefachkräfte
- Pflegehelfer*innen

Wir bieten unseren Pflegekräften einen zeitgemäßen Arbeitsplatz:

- Digitale Pflegeplanung
- Moderne Dokumentationssysteme
- Online-Kommunikation mit Ärzt*innen und Angehörigen

Wir pflegen smarter! Jetzt wechseln!

Infos unter: Tel 02263 9623-0
www.awo-az-ruenderoth.de

Tel 02262 7271-101
www.awo-sz-wiehl.de



Kreisverband
Rhein-Oberberg e.V.
Helfen mit Herz.

instagram.com/aworheinoberberg
facebook.com/AWORheinOberberg

Unsere Seniorenzentren
in Wiehl und
Engelskirchen-Ründeroth



Jeder braucht Jemanden. Irgendwann.

Text: Anna-Lena Schäfer **Foto:** Ökumen. Hospizdienst Gummersbach e.V.

Im Sterben muss niemand allein sein – diesem Leitspruch hat sich der Ökumenische Hospizdienst Gummersbach e.V. verschrieben. Die ehrenamtlichen, ausgebildeten Hospizmitarbeiter stehen Schwerkranken und Sterbenden in ihrer letzten Lebensphase bei, sodass sie selbstbestimmt und würdevoll in ihrer vertrauten Umgebung den letzten Weg gehen können.

Im Zentrum der Arbeit des ambulanten Hospizdienstes für Gummersbach und Bergneustadt stehen die psychischen, sozialen und spirituellen Bedürfnisse der Begleiteten. Insofern bildet der Hospizdienst die Ergänzung zu bereits bestehenden Hilfen wie etwa der ambulanten palliativen Medizin, die sich auch den körperlichen Beschwerden widmen. Zu den Aufgaben zählen neben der Beratung von Familien, die einen Angehörigen bis zum Tod zu Hause versorgen möchten, auch Besuche schwerkranker Menschen zu Hause, im Seniorenheim und im Krankenhaus. „Wir nehmen uns Zeit für individuelle Wünsche und Gespräche“, sagt Siegmund Brings, Koordinator des Ökumenischen Hospizdienst Gummersbach e.V. „Wir unterstützen nicht nur die Erkrankten selbst, sondern entlasten deren An- und Zugehörige, die eine kleine Auszeit von der Pflege brauchen.“

Trauernde werden in Einzelgesprächen unterstützt oder können Gruppenangebote wahrnehmen.

Der gemeinnützige Verein arbeitet seit der Gründung 1998 eng mit behandelnden Ärzten, dem Klinikum Oberberg sowie Pflegediensten, Seelsorgern, Pflegeeinrichtungen und sozialen Diensten im Einzugsgebiet Gummersbach und Bergneustadt zusammen. „Es besteht ein dichtes soziales Netz, in dem Sterbende und deren Angehörige bestmöglich betreut werden“, ergänzt Brings. Genau wie medizinisches Fachpersonal unterliegen die 46 ehrenamtlichen Helfer sowie die drei Koordinatoren der Schweigepflicht. Die Wünsche der Betroffenen und der Respekt vor deren Wille stehen stets im Vordergrund.

Auch für andere Gemeinden im Oberbergischen gibt es ambulante Hospizdienste: In Wiehl und Nümbrecht ist dies etwa der ambulante Hospizdienst von Johannitern und Maltesern. Bei der bundesweit einmaligen Kooperation begleiten beide Organisationen über einen Hospizdienst sowie das Johannes-Hospiz Oberberg und das Malteser TrauerZentrumOberberg Schwerstkranke und deren Angehörige. In Engelskirchen ist zudem der Malteser Hospizdienst Aggertal sowie der Kinder- und Jugendhospizdienst tätig. Trauergruppen und Gesprächskreise in vielen Gemeinden ergänzen die Angebote. Eine Übersicht zu Hospiz, Trauer und Palliativmedizin liefert die Webseite des Oberbergischen Kreises.

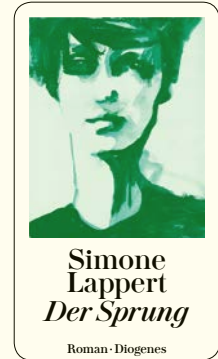
Wer selbst helfen möchte, kann die Vereine über eine Mitgliedschaft, Spenden oder als aktiver Hospizmitarbeiter unterstützen. Es finden bei vielen Diensten regelmäßig Kurse zur Ausbildung der Helfer statt.

Weitere Infos:

www.hospiz-gm.de

www.hospizarbeit-wiehl.de

i www.obk.de



Lesen Sie doch mal rein!

Text: Mike Altwicker **Foto:** Lina Sommer

Kann man eine Geschichte mit ihrem Ende anfangen und wie soll dann noch Spannung entstehen? Ein großes Wagnis ist Simone Lappert mit ihrem neuesten Roman „Der Sprung“ eingegangen und schafft dadurch ein kleines herz- und nervenzerreißendes Meisterwerk.

Die Geschichte:

Eine junge Frau steht auf einem Dach und weigert sich herunterzukommen. Was geht in ihr vor? Will sie springen? Die Polizei riegelt das Gebäude ab, Schaulustige johlen, zücken ihre Handys. Der Freund der Frau, ihre Schwester, ein Polizist und sieben andere Menschen, die nah oder entfernt mit ihr zu tun haben, geraten aus dem Tritt. Sie fallen aus den Routinen ihres Alltags, verlieren den Halt – oder stürzen sich in eine nicht mehr für möglich gehaltene Freiheit.

Die Bewertung:

So rasant der Anfang ist, so ruhig kommt der restliche Roman daher und dennoch blättern wir uns atemlos Seite für Seite vor, werden beim Lesen immer schneller, fiebern dem Ende entgegen. Der ganze Roman baut sich wie ein symphonisches Werk auf, kreist mit immer neuen Ideen um die Frau auf dem Dach, die mehr Neben- als Hauptfigur ist und hört mit einer kompositorischen Sensation auf, die einem beim Lesen den Boden unter den Füßen wegrißt.

Simone Lappert

Der Sprung

Diogenes Verlag

i € 22,00



Na! Da war doch was... SPORT...

Text und Fotos: Esther Schittko

Der Wurm ist drin, der innere Schweinehund ist groß und über die Feiertage gemütlich geworden und es stellt sich die Frage: „Wie kriege ich nur wieder die Kurve zu regelmäßiger Bewegung hin?“ Es kommt immer wieder die Zeit nach schönen und gemütlichen Festlichkeiten mit vielen Leckereien und viel Sitzen und wenn es dann wieder in die Alltagsroutine geht, passen Knopf und Hose nicht zusammen oder zumindest nicht bequem, der Gürtel möchte ein oder zwei Löcher weiter eingehakt werden und der Knopf an Bluse oder Kragen geht gerade mal noch so zu.

Man denkt: „Ich muss jetzt was tun!“ Aber wirklich in die Gänge kommt man auch nicht. Dennoch möchte man auch nicht gleich seine Kleidergröße ändern.

Lass deinen Kopf nicht hängen und halte nicht gleich die weiße Fahne hoch, hol dir lieber Unterstützung durch eine persönliche eins zu eins Betreuung durch einen Personal Trainer, um den inneren Schweinehund gewissenhaft und schnell zu besiegen.

Ein perfekt angepasstes individuelles Training für dich macht viel Sinn. Dadurch kommst du nicht in einen Zustand der Unterforderung aber auch nicht in eine extreme Überbelastung, die häufig mit übermotiviertem Start einhergeht. Aber auch falsche Haltung und fehlerhafte Bewegungsausführung können neben Übermüdigungserscheinungen schnell zu Verletzungen und Verspannungen an Muskeln, Bändern und Gelenken führen.

Ein möglicher Kick – Unterstützung durch einen fachlich qualifizierten Personal Trainer nimmt dir die Ausreden weg. Da steht dann jemand an deiner Seite, der dich nach vorne treibt, deine eigenen Ziele nicht aus den Augen verliert und deine sportlichen Tätigkeiten interessant, abwechslungsreich und ausreichend fordernd plant und dich begleitet.

Finde deinen Weg zum Sport und achte auf eine ausgewogene Kombination aus:

- **Ausdauer Sport**

Es dient der Verbesserung deines Herz-Kreislaufsystems und damit einem kräftigen, belastbarem Herzen,



Steckbrief Esther Schittko:

- Master Personal Trainer
- Fitnesstrainer A-Lizenz
- Functional Trainer
- Lizenz für Reha-Sport-Orthopädie
- Rückenschullehrer
- Osteoporosetrainer
- Trainer für Therapie und Prävention
- Ernährungstrainer
- Fitnessmasseur

i

niedrigem Blutdruck, Gewichtsabnahme, Senkung des Blutzuckers und weiteren positiven Nebenwirkungen

• Kraft und Muskelaufbau

Muskeln fördern die Stabilität des Körpers, eine gute Körperhaltung, entlasten Gelenke und Wirbelsäule und schützen sie vor direkter Belastung beim Gehen, Laufen und Sitzen. Auch ein gesteigertes Selbstbewusstsein geht mit einer guten Körperhaltung einher.

• Beweglichkeit, Koordination, Gleichgewicht und Reaktionsfähigkeit

Sie alle spielen eine große Rolle in unseren täglichen Abläufen, machen diese leichter, geschmeidiger und sorgen für fließende Bewegungsabläufe vom Aufstehen bis zum Schlafengehen.

• Entspannung und Erholung

Diese Elemente sind feste Pflichtbestandteile eines jeden Trainings und werden somit auch für das tägliche Leben und den Arbeitsalltag mit eingeübt. Der Körper braucht Zeit zu regenerieren und notwendige Energie zu tanken

bevor die nächste Belastung ansteht. Nur so kommen wir nicht zu einem Punkt eines „Burnout-Zustandes“.

Fördere deinen allgemeinen Fitnesszustand und erreiche deine Ziele für das neue Jahr. Bringe Ziele, Wünsche und Realität in Einklang und bleibe dauerhaft aktiv, nur so wird sich dauerhaft eine gute Lebensqualität einstellen und erhalten bleiben.

Unser Körper braucht BEWEGUNG von Kopf (Gehirn) bis Fuß, um ausgeglichener, physisch wie emotional, besser und länger belastbar zu sein und diesen ausgeglichenen Zustand auch erhalten zu können.

Na, dann los... lässt uns Oberberger wieder fleißig bewegen. Denn auch weite Wege beginnen mit einem ersten Schritt.

Weitere Infos: Telefon 02262 699855
www.esko-personal-training.de

i



Ihre Beliebtheit bei den Bewohnern des kleinen Weilers Kastor in der Gemeinde Engelskirchen und Wanderern ist nach wie vor sehr hoch, dennoch, dass die Hängebrücke Kastor im vergangenen Jahr ihren 150. „Geburtstag“ feiern konnte, ist von der breiten Öffentlichkeit so gut wie unbemerkt geblieben. Auch der Bürger- und Verschönerungsverein Loope, dem es in erster Linie zu verdanken ist, dass diese Schwungbrücke über die Agger heute überhaupt noch begehbar ist, nahm dieses Jubiläum nicht zum Anlass, um auf sein großes Engagement für diese Fußgängerbrücke aufmerksam zu machen. Dabei ist die Bauweise der Hängebrücke einzigartig und erinnert daran, dass bis in die 1930-er Jahre im Ortsteil Kastor Jahrhunderte lang Bergbau betrieben wurde. Die nunmehr 151-jährige Geschichte der Schwungbrücke Kastor wurde mit freundlicher Genehmigung des Bürger- und Verschönerungsvereins (BW) Loope e.V., der sich seit über 20 Jahren um den Erhalt und die Sicherheit dieser Fußgängerbrücke kümmert, in wesentlichen Teilen der Homepage des BW entnommen.

Hängebrücke Kastor erinnert an alte Bergbau-Tradition

Text: Dieter Lange **Fotos:** Bürger- und Verschönerungsverein Loope

In der Umgebung von Kastor wurde bereits seit Jahrhunderten Bergbau betrieben, obwohl der genaue Gründungszeitpunkt der Grube Kastor (Castor) unbekannt ist. Bis zum Beginn des 19. Jahrhunderts wurde die Grube immer wieder zeitweise betrieben und dann wieder stillgelegt. Im Jahr 1852 wurde die Grube wiedereröffnet und entwickelte sich dank der neuen Dampfmaschinenteknik zu einer der größten Blei- und Zinkerzgruben in der Region. In ihrer Blütezeit um 1890 gab die Grube 480 bis 500 Beschäftigten Arbeit und Brot. Ein Problem war aber der Abtransport der gewonnenen Erze. Diese mussten mit Pferdefuhrwerken auf die andere Seite der Agger zur 1832 erbauten Kölner Straße, die spätere B 55, transportiert werden. Ob man dazu eine Furt durch die Agger benutzte, oder welchen Umweg die Pferdefuhrwerke nahmen, ist nicht klar belegt.

Zur Verbesserung dieser Situation wurde 1869 die Schwungbrücke in ihrer noch heute erhaltenen Form erbaut. Da der Eigentümer der Grundstücke in Kastor (Graf von Nesselrode) den Bau einer festen Brücke nicht erlaubt hatte, wurde diese seltene Konstruktion gewählt.

Nun war es möglich, die mit Erzen gefüllten Loren von der „Wäscherei“ der Grube direkt über die Agger zu schieben. Auf der Ehrenhovener Seite gab es am Ende der Brücke eine Verladerampe, auf welcher der Inhalt der Loren auf Pferdefuhrwerke geschüttet wurde. Ab 1884, nach dem Bau

die Renovierung der Hängebrücke durchzusetzen. Fachkundige Beratung und unermüdliche Hilfe leisteten dabei Erhard Beer, ein in Loope wohnhafter Bauingenieur, und der Statiker Horst Hübner. In der Folgezeit leisteten BVW-Mitglieder unzählige Arbeitsstunden in die praktische Durchführung



der Aggertalbahn, bestand von dort ein Gleisanschluss zum Bahnhof Ehreshoven. Insgesamt dürften weit über 100.000 Tonnen Blei- und Zinkerze über die Schwungbrücke Kastor transportiert worden sein.

Der Niedergang der Grube Kastor begann im 20. Jahrhundert, bis schließlich 1932 die letzten Maschinenhäuser abgebrochen wurden. Heute noch sichtbare Zeichen aus der Zeit des Bergbaus sind neben der Schwungbrücke die Reste der Abraumhalden, das Steigerhaus (Stadt/Ecke Kastor), einige Arbeiterhäuser im Ortsteil Westen sowie zwei – inzwischen verschlossene – Eingänge zu den Stollen der Grube. Die Schwungbrücke ist in ihrer Bauweise einzigartig und kündigt noch heute von den Ingenieurleistungen unserer Vorfahren.

Die Brücke bedarf auf Grund ihrer besonderen Bauweise jedoch eine ständige Pflege. Nach der Stilllegung der Grube diente sie als Fußgängerbrücke für die Bewohner von Kastor und wurde in der Folgezeit um 1950 und 1975 mehrfach repariert, jedoch 1990 aus Sicherheitsgründen gesperrt. Ein Abriss oder Neubau einer modernen Brücke wurde bereits diskutiert, als sich der Bürger- und Verschönungsverein Loope der Sache annahm. Dem BVW Loope, besonders seinem damaligen Vorsitzenden Theo Fuchs ist es damals gelungen, in zahlreichen Gesprächen mit der Gemeinde Engelskirchen

des Projekts. So wurden neue Stahlseile, die mit einer Spezialbeschichtung gegen Korrosion versehen wurden, eingebaut und die Aufhängekonstruktion für den Bohlenbelag in rostfreiem Stahl ausgeführt. Auch die Zugangsrampen und der Bohlenbelag selbst wurden erneuert.

1996 war es dann soweit: Am 12. Mai konnte die Hängebrücke mit einem großen Fest wiedereröffnet werden. Seit dieser Zeit kümmert sich der BVW Loope um den Erhalt und die Sicherheit der Brücke. Und 2013 war – basierend auf einem Prüfbericht – eine erneute umfangreiche Renovierung der Brücke notwendig. Nach Abstimmung mit dem Bauamt der Gemeinde Engelskirchen führte der BVW die erforderlichen Maßnahmen durch und gab die Holzarbeiten für die Firma Fertigbau Überberg in Auftrag. Dank der fleißigen Mitwirkung einiger BVW-Vorstandsmitglieder konnten die Arbeiten im November 2014 abgeschlossen werden.

Seitdem ist dieses einmalige Baudenkmal für die Öffentlichkeit wieder freigegeben und erfreut sich speziell bei den Bewohnern von Kastor und bei Wanderern rund um Schloss Ehreshoven großer Beliebtheit.



Elsenroth: Wo gemeinschaftliches Engagement noch groß geschrieben wird

Text: Dieter Lange **Fotos:** Gemeinnütziger Verein Elsenroth e.V.

Ob der Homburger Weiler Elsenroth nun 1385 erstmals urkundlich erwähnt wurde, oder schon 44 Jahre früher, nämlich 1341, wie eine neuerliche Urkunde belegt, interessiert heute wohl nur noch Historiker und Heimatforscher. Unbestritten ist aber das Datum 15. August 1966, als zwölf engagierte Dorfbewohner den Gemeinnützigen Verein Elsenroth e.V. gründeten und damit einen wichtigen Meilenstein für den Erhalt und die Verschönerung des Dorfes und des Landschaftsbildes und die Förderung der Dorfgemeinschaft legten. Dass diese Satzungsziele keine leeren Versprechen sind, zeigt sich z.B. regelmäßig beim Kreiswettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft“, bei dem Elsenroth schon mehrfach mit der Silbermedaille ausgezeichnet wurde und 2017 zusätzlich den Sonderpreis für „Breites vielfältiges und gemeinschaftliches Engagement“ gewann.

Für die Vereinsvorsitzende Iris Tietz und ihre Vorstandskollegen Jörn Karthaus (2. Vorsitzender) und Kerstin Schmidt (Kassiererin) sind diese Auszeichnungen ein deutlicher Beweis, „dass die Dorfgemeinschaft lebt“ und sich die 627 Dorfbewohner mit ihrem Wohnort identifizieren, frei nach dem Motto „Ich bin gerne ein Elsenrother“. Daran hat der Gemeinnützige Verein mit seinen rund 110 Mitgliedern großen Anteil, wie die zahlreichen Veranstaltungen und Aktivitäten für die Dorfbewohner beweisen. Dabei ist die

vereinseigene Brunnenhütte im Ortskern der Dreh- und Angelpunkt des Dorflebens, denn hier finden die meisten Aktivitäten der Dorfgemeinschaft statt, sie steht den Bewohnern aber auch für private Feiern zur Anmietung offen. „Die Brunnenhütte ist einfach der Mittelpunkt unseres Dorflebens“, konstatiert Iris Tietz, die stolz hinzufügt: „Der angrenzende Biotop und die Grünanlagen werden oft auch liebevoll als der ‚Kurpark von Elsenroth‘ bezeichnet.“

Der Veranstaltungskalender des Gemeinnützigen Vereins sieht pro Jahr zahlreiche feste Termine vor. Schon Tradition haben das Osterfeuer am Ostersonntag mit gemütlichem Beisammensein an der Brunnenhütte, die Frühjahrsputzaktion, die Familienwanderung rund um Elsenroth (1. Mai) mit Abschluss an der Brunnenhütte, das zweitägige Brunnenfest im Juni, ein Kartoffelfest im Herbst und der Martinszug, wobei örtliche Konfirmandinnen und Konfirmanden eine alte Tradition pflegen: Mit den Kleinkindern und Eltern ziehen sie von Haus zu Haus und sammeln Süßigkeiten indem sie vor den Haustüren Martinslieder singen. Am Martinsfeuer werden nicht nur die Süßigkeiten verteilt, sondern die Kinder bekommen auch einen Weckmann. „Wir verteilen dabei jedes Jahr über 100 Weckmänner“, freut sich Iris Tietz über die große Resonanz beim Martinszug. Die Weihnachtsbaumaktion am Skihang bildet regelmäßig den Abschluss der Jahresaktivitäten. Apropos Skihang: In Zusammenarbeit mit dem TuS Elsenroth betreibt der Gemeinnützige Verein im Dorf einen Skilift an einem beleuchteten Skihang, der

in schneereichen Wintern längst kein Geheimtipp mehr ist, sondern sogar Ski- und Rodelfans aus dem Kölner Raum anlockt.

Große Beliebtheit erfreut sich zudem der Dämmerchoppen mit Grillen, der in den Sommermonaten zwischen Mai und Oktober einmal monatlich sonntagsabends stattfindet. Zu einer festen Einrichtung hat sich auch das Familienfrühstück entwickelt, das ebenfalls im Sommer einmal im Monat sonntagmorgens von Mitgliedern veranstaltet wird. Bei diesen Aktivitäten zeigt sich immer wieder die Bedeutung der Brunnenhütte für die Dorfgemeinschaft. In dem Zusammenhang verweist Iris Tietz auf die dortige Toilettenanlagen, die in die Jahre gekommen ist und dringend saniert werden muss. Da diese Investition aber die Finanzkraft des Vereins übersteigen würde, hat die Dorfgemeinschaft Elsenroth einen Zuschussantrag an die Kölner Bezirksregierung gestellt.

Aber für Iris Tietz und ihre Vorstandscrew geht es nicht nur ums Feiern, vielmehr betonen sie, dass sie ihr Dorf auch weiterentwickeln wollen. Deshalb beteiligt sich die Dorfgemeinschaft an dem Projekt „Zukunftswerkstatt Dorf“ des Oberbergischen Kreises, bei dem es um „Leben und Arbeiten in einem Dorf der Zukunft“ und um Bedürfnisse für junge Familie geht. Eigens dafür hat der Verein einen Fragebogen „Lebensqualität“ entwickelt und an alle Haushalte verteilt, in denen die Dorfbewohner Verbesserungsvorschläge und Wünsche notieren können. Bei der bevorstehenden

Mitgliederversammlung am 26. März will der Vorstand die Fragebogenaktion auf die Tagesordnung setzen.

Ein ganz heißes Thema wird dann mit Sicherheit auch die geplante Erweiterung des Gewerbegebietes „Alte Ziegelei“ sein, das derzeit Thema Nummer 1 in der Bevölkerung Elsenroths ist. Seit die Gemeinde Nümbrecht die Pläne der Rommelsdorfer Firma Sarstedt, die dort ein 28 Meter hohes Hochregal errichten möchte, vorstellte, gehen in Elsenroth die Wogen der Entrüstung hoch. Tietz: „Wir sind nicht grundsätzlich gegen eine Erweiterung des Gewerbegebietes, aber diese Halle würde unser Dorf erdrücken.“ Und Kerstin Schmidt ergänzt: „Dann würde man uns die Luft zum Atmen nehmen, ganz abgesehen von der Vernichtung der Natur.“

Wenn es um Wünsche für die Zukunft geht, dann haben die Verantwortlichen des Gemeinnützigen Vereins auch noch andere Wünsche, z.B. eine bessere Straßenbeleuchtung, bessere Anbindung an den Öffentlichen Personennahverkehr, Schnelles Internet und eine Verkehrsberuhigung auf der Jägerhofstraße. Diese Wünsche bringt Iris Tietz auf den Punkt: „Wir haben großes Interesse an einer Weiterentwicklung unseres Ortes, aber das sollte in einem Miteinander und nicht undemokratisch über die Köpfe der Bürger geschehen.“

i Weitere Infos: www.elsenroth.de



vitamind
BÜRO FÜR DESIGN



**WIR VERLEIHEN
IDENTITÄT**

Logoentwicklung
Corporate Design
Imagewerbung

VitaminD GbR | Am Faulenberg 9 | 51674 Wiehl
T 02262 699837 | info@vitamind.de | vitamind.de

 Mi 22.04.20 20:00 Uhr Harold & Maude Bühne 32	 Sa 16.05.20 20:00 Uhr Lutz Görner & Nadia Singer Chopin Abend
 Mi 20.05.20 20:00 Uhr Socken im Kühlschrank Das Dementical Musical	 Halle 32 Gummersbach Tickets: www.koeln ticket.de, AggerTicket im Forum GM www.halle32.de



Naturschutzgebiete dienen in unserer technisierten Welt nicht nur zur Erhaltung und Entwicklung von Lebensgemeinschaften und Lebensstätten bestimmter wildlebender Tiere und wildwachsender Pflanzen, sondern bilden auch für uns Menschen wichtige Landschaftsbestandteile und Rückzugsgebiete, um Ruhe und Erholung zu finden. Um diese natürlichen Lebensräume zu erhalten, ist der Schutz der Naturschutzgebiete und auch der Erhalt der Kulturlandschaft wichtig.

In unserer heutigen Naturschutzserie stellen wir das Naturschutzgebiet „Weinberg“ bei Ründeroth vor, das 1992 förmlich als Naturschutzgebiet (NSG) ausgewiesen wurde. Das NSG „Weinberg“, das schon jetzt von einem beliebten Rundwanderweg durchquert wird, wird demnächst noch mehr ins Rampenlicht für Wanderer rücken, da die Gemeinde Engelskirchen als Ersatz für den nach einem Erdbeben teilweise nicht mehr passierbaren „Vogelweg“ einen neuen „Streifzug“ für das „Bergische Wanderland“ plant. Die geplante Rundstrecke „Höhlenweg“ wird zum größten Teil auf bestehenden Wanderwegen – somit auch im NSG „Weinberg“ – verlaufen.

Die Naturschutzserie entsteht in Zusammenarbeit mit der Biologischen Station Oberberg (BSO), wofür sich die Redaktion sehr herzlich bei dem Team der Biologischen Station bedankt. Wesentliche Passagen dieses Berichts entstammen zudem – mit freundlicher Genehmigung des Autors – dem Buch „Perlen der Landschaft – Streifzüge durch oberbergische Naturschutzgebiete“ (1996) des Engelskirchener Bürgermeisters und promovierten Biologen und Geograph Dr. Gero Karthaus.



NSG „Weinberg“ – Als in Ründeroth tatsächlich Wein angebaut wurde

Text: Dieter Lange **Fotos:** Frank Herhaus (Oberbergischer Kreis) bzw. Reiner Jacobs

Wenn ein Berghang schon „Weinberg“ heißt, muss das ja eigentlich eine besondere Bewandnis haben. Tatsächlich veranlasste die steile, südexponierte Lage mit offenen Felspartien Anfang des 19. Jahrhundert eine von der Mosel nach Ründeroth zugezogene Winzerfamilie, an dieser Stelle Weinbau zu betreiben. Damit war der Name des gesamten Steilhanges an der Agger bei Ründeroth, der angesichts seiner Südausrichtung in den Genuss maximaler Sonneneinstrahlung kommt, geboren. Zwar gibt es keine konkreten Angaben über Dauer und Erfolg des Weinanbaus in Ründeroth, doch der Überlieferung nach war der dort gekelterte Wein trotz der für Oberberg günstigen Verhältnisse ein eher herber Tropfen und von mäßiger Qualität. Geblieben sind allerdings der Name und Überreste der alten Weinbergterrassenmauern. Und bis heute finden sich im „Weinberg“ Pflanzen, die vielleicht erst mit dem Weinbau dorthin gelangt sind. Dazu zählt z.B. der Blaurote Steinsame, der normalerweise in den trockeneren, sonnigeren Gefilden an Mosel und Oberrhein vorkommen.

Tatsächlich weist der „Weinberg“ viele Besonderheiten auf, die diesem steilen Hang an der Agger bei Ründeroth eine ganz besondere Stellung in der oberbergischen Natur verleihen, denn wie Dr. Gero Karthaus schreibt, „gibt es nur wenige andere Bereiche im Bergischen Land, wo Natur und Kultur in enger Verzahnung solche faszinierenden Eigentümlichkeiten auf engem Raum ausgebildet haben“. Der sogenannte „Prallhang“ ragt etwa 120 Meter von der Ründerother Talsohle auf und bildet damit eine imposante Kulisse mit offenen Felspartien.

Aber der Steilhang weist noch eine entscheidende naturkundliche Besonderheit auf: In weiten Abschnitten tritt Kalkgestein zutage, welches im Oberbergischen sonst eher selten ist und das einer speziellen Pflanzengesellschaft Entwicklungsmöglichkeiten gibt.

Somit sind hier manch botanischen Kleinode zu finden, die ansonsten in der oberbergischen Region nur äußerst selten anzutreffen sind. Die in Zierform in Bauerngärten vertretene Pfirsichblättrige Glockenblume wächst dort genauso wie die sonnenhungrige Schwalbenwurz, die sagenumwobene und pharmazeutisch verwendete Tollkirsche, die zierliche Akelei oder das seltene Gelbe Windröschen. Auch Orchideen sind dort gleich mit mehreren Arten vertreten. Sogar die Gehölze haben es in sich: Ein einzigartiger Bergulmenbestand begeistert nicht nur Naturschützer, der sonst bei uns fehlende Kreuzdorn hat Jahrhunderte auf den steilen Kalkfelsen überdauert und der im Oberbergischen seltene Feldahorn wächst hier an jeder Ecke. Wo man auch hinschaut, überall floristische Besonderheiten, die nicht nur eingefleischten Botanikern helle Freude bereiten. Wie bereits erwähnt, ist der „Weinberg“ als Naturschutzgebiet ausgewiesen. Dies bedeutet, dass keine Pflanzen oder Teile von diesen gesammelt oder zerstört werden dürfen und das Betreten des Geländes abseits der Wege verboten ist. Zudem droht bei Verlassen der Wege an den steilen Felshängen Lebensgefahr.

Aber nicht nur das imposante Landschaftsbild und die spezielle Pflanzenwelt haben das NSG „Weinberg“ über die Grenzen Oberbergs bekannt gemacht, auch die Fauna ist bemerkenswert. Dem Weinbau folgte die Nutzung als Steinbruch, wovon die markanten Felspartien aus Grauwacke noch heute zeugen. Neben den natürlichen Höhlen in diesem Gebiet gibt es deshalb auch eine Vielzahl von Stollen, die aus der Zeit des Abbaus stammen. Heute bieten diese unterirdischen Bereiche wertvollen Lebensraum für Fledermäuse, wobei mindestens drei Arten, die Wasser-, die Bart- und die seltene Fransenfledermaus, hier ihr Winterquartier haben. Darüber hinaus bietet auch der große Altbauwaldbestand von Buchen und Eichen beste Voraussetzungen für seltene Vögel wie den Schwarzspecht. An der Agger leben der Eisvogel und die Wasserramsel, die am Ufer ihre Brutstätten haben und im Wasser nach Nahrung suchen.



Weitere Infos:

In Zusammenarbeit mit dem Heimat- und Verschönerungsverein Ründeroth hat die Biologische Station Oberberg im Rahmen des LVR-Projekts „Hecke, Hohlweg, Heimat“ eine Infobroschüre mit Rundwanderwegen herausgegeben. Dabei führt der 6,5 Kilometer lange Rundweg 1 vom Aggerstrand in Ründeroth durch das NSG „Weinberg“ über das kleine Örtchen Stiefelhagen zum Aussichtsturm Haldyturm. Von hier aus geht es weiter bis zur Aggertalhöhle und wieder zurück in den historischen Ortskern von Ründeroth.



„Haus Kranenberg“ – das „Wohnzimmer von Bielstein“

Text: Dieter Lange **Fotos:** Christian Kahl

„Haus Kranenberg“, dieser Name steht seit 124 Jahren für gelebte Gastronomie im Bierdorf Bielstein. Hier kamen und gingen Menschen schon ein und aus, als der Ort noch Rebschenroth hieß. Das traditionsreiche „Haus Kranenberg“ gilt sogar als die „Geburtsstätte“ der örtlichen Erzquell Brauerei, denn hier kam dem Urgroßvater des heutigen Brauereichefs Dr. Axel Haas bei einem Glas Wein die glorreiche Idee, vom Chef einer Spinnerei zum Braumeister umzusatteln und eine Brauerei zu gründen. Und 1899 war es tatsächlich so weit: Die Brauerei, die damals noch unter Adler Brauerei firmierte, lieferte das erste Fass Bier aus – natürlich in das „Haus Kranenberg“. Seitdem ist die Gaststätte im Zentrum Bielsteins eng mit der örtlichen Brauerei, die seit 1979 deutschlandweit unter dem Namen „Erzquell Brauerei“ bekannt ist, verbunden.

In seiner 124-jährigen Geschichte war das „Haus Kranenberg“ zwar immer ein beliebter Treffpunkt für die Dorfbevölkerung, aber im Jahr 2012 schienen diese Zeiten der Vergangenheit anzugehören – die Türen im „Haus Kranenberg“ waren nach mehreren Pächterwechseln geschlossen, der Zapfhahn versiegt, so dass sogar die örtliche Presse titelte „Ebbe im Bierdorf Bielstein“. Und genau dieser Zeitungsartikel sollte der Beginn für einen Neuanfang und eine neue Blütezeit von „Haus Kranenberg“

Vom viel zitierten „Kneipensterben“ ist der Oberbergische Kreis hart betroffen – und auch im Verbreitungsgebiet unserer Magazine „HOMBURGER“ und „AGGERTALER“ haben in den letzten Jahren viele Dorfkneipen, die ein wichtiger sozialer Treffpunkt für die Dorfbevölkerung sind, geschlossen. In der letzten Ausgabe haben wir eine neue Serie über noch existierende Dorfkneipen gestartet. Als erstes stellten wir die Gaststätte „Zum Hohl“ in Dieringhausen vor – heute berichten wir über die traditionsreiche Gaststätte „Haus Kranenberg“ in Bielstein, Bielsteiner Straße 92, die gern auch „Das Wohnzimmer von Bielstein“ bezeichnet wird.

werden, denn der gebürtige Bielsteiner Christian Kahl (kleines Foto), der das Gastronomiegewerbe von der Pike auf gelernt hat und vorher in mehreren renommierten Häusern gearbeitet hatte, wurde so auf die leerstehende Gaststätte aufmerksam. Und am 1. März 2013 feierte Kahl, zunächst als Pächter, die Wiedereröffnung im „Haus Kranenberg“ – und dank einer neuen Konzeption (Brauhaus-Atmosphäre mit regionalen Biersorten vom Fass und eine bürgerliche Oberbergische Küche mit regionalen und nationalen Gerichten) erlebte die völlig renovierte und mit einer neuen Küche versehene Gaststätte buchstäblich eine Renaissance.

„Ich denke, die Kunden haben sehr schnell gemerkt, dass wir ehrliche Arbeit leisten und bei uns das Preis-Leistungs-Verhältnis stimmt“, nennt Kahl sein Erfolgsrezept. Von Beginn an war dem engagierten Gastronomen aber auch wichtig, auf verlässige Mitarbeiter zu setzen: „Ich arbeite seit einigen Jahren nur mit festen Mitarbeitern.“

Heute sind in seinem Gastronomiebetrieb, der seit zwei Jahren auch einen Party-Service anbietet, sechs festangestellte Mitarbeiter, je drei in Voll- und Teilzeit, beschäftigt, und stolz weist Kahl darauf hin, in den letzten sieben Jahren vier Lehrlinge zum Restaurantfachmann/-frau ausgebildet zu haben. Für ihn ist die Arbeit mit Festangestellten eine „Win-Win-Situation“: „Ich kann mich auf meine Mitarbeiter verlassen und die Kunden profitieren davon, dass sie von Fachleuten beraten und bedient werden.“

Und dieses Konzept trug schon bald nach der Eröffnung 2013 Früchte, denn das „Haus Kranenberg“ zog mit seinem Brauhauscharakter und seiner bürgerlichen Küche nicht nur Dorfbewohner an, sondern auch neue Gäste aus dem näheren und weiteren Umkreis zu Stammkunden. „Unser Einzugsgebiet reicht heute von Wiehl, Waldbröl, Nümbrecht, Engelskirchen bis Gummersbach“, erzählt Kahl nicht ohne Stolz. Dass sich das „Wohnzimmer von Bielstein“ heute so großer Beliebtheit erfreut, ist dabei nicht nur auf die regelmäßigen Aktionstage wie Haxen- oder Gambasessen zurückzuführen. Vielmehr hat ein Besuch im „Haus Kranenberg“ Eventcharakter, wozu vor allem die von Kahl initiierte Außengastronomie mit rund 100 Sitzplätze mit Schirmen beiträgt: „In den Sommermonaten sind diese Plätze sehr beliebt“, berichtet Kahl, der dort auch öfters Liveauftritte von Bands bei freiem Eintritt anbietet. Zweifellos hat

dadurch der Ort Bielstein erheblich an Attraktivität für Gäste aus nah und fern gewonnen, und Kahl ist überzeugt: „Das ist ein Gewinn für ganz Bielstein, denn dadurch ist mehr Leben im Dorf und auch die anderen Geschäfte profitieren davon.“

Kein Wunder also, dass Christian Kahl seinen Schritt nicht bereut hat – im Gegenteil: Nach drei Jahren als Pächter hat er 2016 die traditionsreiche Immobilie Kranenberg käuflich erworben, ebenso das angrenzende Gebäude Schramm (früher Elektrofachgeschäft) – und hat dort weitere Pläne. Kahl hat bereits den Bauantrag für drei voll ausgestattete Ferienwohnungen gestellt, was wiederum ein wichtiger Wirtschaftsfaktor für den Ort Bielstein bedeutet würde: „Ich habe heute schon Anfragen, sowohl von Geschäftskunden als auch von Touristen, denn Bielstein hat ja auch einiges zu bieten“, wobei er u.a. auf die Nähe zum Gewerbegebiet als auch den beliebten Wanderweg „Bierweg“ verweist.

Kahl kann also stolz auf seinen Erfolg mit der Gastronomie im Bierdorf Bielstein sein. Allerdings, er verhehlt nicht, dass dieser Erfolg mit harter Arbeit verknüpft war (und ist) – und er bedauert, dass diese Arbeit zu wenig von behördlicher Seite honoriert wird – im Gegenteil, manchmal buchstäblich torpediert wird. Dabei verweist er auf diverse Probleme mit der Lebensmittelüberwachung: „Wenn ich die ständig steigenden Auflagen für uns betrachte, dann darf man sich nicht wundern, wenn das Gastronomiegewerbe rückläufig ist und immer mehr Gaststätten schließen.“ Dagegen setzt Kahl auch für die Zukunft in seinem Haus auf den Faktor Mensch: „Wir sind ein Dienstleistungsbetrieb – und da steht und fällt alles mit den Mitarbeitern.“

Infos:

Restaurant und Partyservice
„Haus Kranenberg“,
Wiehl-Bielstein, Bielsteiner Str. 92,
Telefon 02262 7976598,
WhatsApp: 0170 5929817

i www.haus-kranenberg.de



Freimaurerei: Kein Geheimbund sondern ein weltweiter Freundschaftsbund

Text: Dieter Lange Foto: Karl Rienas

Obwohl es die Freimaurerei bereits seit einigen Jahrhunderten gibt, spukt auch heute noch allerhand Irreführendes und Unsinniges über diesen weltumspannenden Bruderbund durch die Welt – und über den Logen liegt so etwas wie der Nimbus des Geheimbundes und der Weltverschwörung. Dabei haben sich die Freimaurer folgende fünf Grundideale als Ziel ihres Handels gesetzt: Freiheit, Gleichheit, Brüderlichkeit, Toleranz und Humanität.

Seit 130 Jahren gibt es auch in Gummersbach eine Freimaurer-Loge, die „Loge Zur Oberbergischen Treue“, die vom Vorsitzenden („Meister vom Stuhl“) Werner Bubenzer geleitet wird. Die Redaktion bat Werner Bubenzer (Foto Mitte) um Beantwortung der nachfolgenden Fragen.

Was ist Freimaurerei?

Jeder Bruder definiert die Freimaurerei für sich ein bisschen anders, denn sie ist ohne Dogma. Freimaurerei ist zugleich ein weltweiter Freundschaftsbund, eine Philosophie und ein Moral- und Ethiksystem.

Seit wann gibt es die Freimaurerei und aus welchem Anlass wurde sie gegründet?

Der Begriff „Loge“ taucht das erste Mal 1278 als Bezeichnung einer englischen Bauhütte zur Errichtung einer Kathedrale auf. Seit 1537 bezeichneten sich die Londoner Steinmetze als Freimaurer. Steinmetze waren im Mittelalter eine eingeschworene demokratisch organisierte Handwerkerelite mit freiem Meinungsaustausch. Dies machte die Logen im Rahmen der Aufklärung für Bürger und Adlige interessant und führte mit der Zeit dazu, dass aus der Handwerkerorganisation eine philosophisch orientierte Bruderschaft wurde.

Am 24. Juni 1717 schlossen sich vier Logen zur Großloge von England zusammen. Dieser Tag gilt als die Geburtsstunde der „modernen“ Freimaurerei.

Sind die Freimaurer ein Geheimbund, eine religiöse Sekte oder eine politische Bewegung?

Die Freimaurerei formuliert keine (partei-)politischen Programme, nimmt nicht teil an parteipolitischen Auseinandersetzungen und vertritt nicht die Interessen gesellschaftlicher Gruppierungen. Auf der Grundlage persönlicher Überzeugungen sowie der in der Loge „eingübten“ ethischen Werte verantwortlich zu handeln, ist die erklärte Aufgabe des einzelnen Freimaurers. Die Freimaurerei entwickelt keine Theologie und kennt keine Dogmen und Sakramente. Die Freimaurer sind jedoch der Überzeugung, dass moralisches Handeln die Anerkennung eines übergeordneten sinngebenden Prinzips voraussetzt. Der persönliche Glaube bleibt aber genau das: persönlich.

Die Freimaurer bekennen sich zu Demokratie und offener Gesellschaft. Die Logen sind eingetragene Vereine. Viele Veranstaltungen sind öffentlich. Die geübte Verschwiegenheit bezieht sich nur auf Einzelheiten des freimaurerischen Rituals und ist Symbol für den in jeder Gemeinschaft notwendigen Schutz von Freundschaft und persönlichem Vertrauen. Mit jeder Art von Verschwörung hat Freimaurerei nichts zu tun.

Welche Bedeutung haben Ihre verwendeten Steinmetz-Bruderschaften Symbole?

Die freimaurerischen Symbole entstammen nicht nur der Bauhüttentradition sondern reichen auch zurück bis auf uralte Menschheitssymbole. Sie zielen nicht auf den Intellekt, sondern auf das Unbewusste, das Nicht-Aussprechbare.

Das Symbol besitzt eine Kraft, die sich auf den Menschen überträgt, der es begreift. Die Logenmitglieder bilden eine Gemeinschaft, die gemeinsame Symbolerlebnisse teilt, die ähnliche seelische Wirkungen entstehen lässt und den Einzelnen in eine Weltbruderkette einbindet.

Wie wird man Freimaurer?

Im Englischen sagt man: „To be one, ask one!“ – „Möchten Sie einer werden, fragen Sie einen!“ Seit der ältesten Satzung von 1723 kann „jeder freie Mann von gutem Ruf“ um Aufnahme nachsuchen. Unter „frei“ ist dabei vor allem die innere Freiheit gemeint, wichtige Entscheidungen für das eigene Leben selbst treffen zu können. Da der „gute Ruf“ nicht objektivierbar ist, sollte die Zeit der Annäherung an die Freimaurerei zum gegenseitigen Kennenlernen genutzt werden und bedarf einer gewissen Geduld.

Können nur Männer Mitglied werden – wenn ja, warum?

Die Freimaurerei entwickelte sich im ausgehenden Mittelalter – in Abwesenheit von weiblichen Steinmetzen – als reiner Männerbund. Auch heute noch sind die meisten Logen rein männlich – obwohl es eine immer größer werdende Anzahl von rein weiblichen und auch gemischten Logen gibt. Die Trennung der Geschlechter hat sich für die Mehrzahl, der rein weiblichen und rein männlichen Logen aber bewährt.

Was motiviert Menschen, Freimaurer zu werden?

Die Gründe sind sehr vielfältig. So kann es der Wunsch sein, über den Sinn des Lebens nachzudenken und sich dabei mit anderen Gleichgesinnten auszutauschen. Für viele ist es die Erkenntnis, nicht nur Intellekt und Vernunft gelten zu lassen,

sondern auch der eigenen Gefühlswelt Raum zu geben. Den meisten geht es um die Entwicklung ihrer eigenen Persönlichkeit, dem Einüben einer toleranten Geisteshaltung und dem Erhalt von kritischen Anregungen für einen Perspektivwechsel und einem lebenslangen Lernen.

Was erwartet die Mitglieder in einer Freimaurer-Loge?

Eine Loge bietet die Möglichkeit, mit Gleichgesinnten quer zu denken, im geschützten Bereich die eigene Diskussionsfähigkeit zu entwickeln und die eigenen menschlichen Defizite zu erkennen sowie sie unter Zuhilfenahme alter Bauhüttensymbolik abzubauen. Die Freimaurerei bietet die Beschäftigung mit Idealen wie Humanität, Toleranz, Menschenliebe, Freiheit und staatsbürgerlicher Verantwortung. Viele Brüder erleben die Aufnahme in einem der letzten weltweit aktiven Initiationsbünde, der ihnen an vielen Orten der Welt eine Heimat bietet, als bereichernd und betonen den Wert einer Atmosphäre, in der sie Ratschläge und persönliche Unterstützung bekommen und erteilen können als wichtiges Element ihrer eigenen Persönlichkeitsentwicklung. Das über Symbole wirkende Ritual erleben viele als Weg zu innerer Ruhe und Gelassenheit. Nicht zuletzt lernen Freimaurer den Tod als Teil des Lebens anzunehmen und mit dem Unausweichlichen besser umzugehen.

Seit wann gibt es die Freimaurer-Loge Gummersbach?

Am 19. Juli 1889 gründeten 15 in Gummersbach lebende Brüder Freimaurer den „Freimaurerverein Gummersbach“, den Rechtsvorgänger der 1906 installierten Freimaurerloge „Zur Oberbergischen Treue“. Zurzeit haben wir 18 Mitglieder, arbeiten aber eng zusammen mit den umliegenden Logen.

Wann, wo und wie oft treffen Sie sich?

Ort und Zeit der Zusammenkünfte können dem Veranstaltungskalender der Loge auf unserer Internetseite entnommen werden. Öffentliche Veranstaltungen werden auch in den regionalen Medien veröffentlicht. Unsere Loge ist Bestandteil einer weltumspannenden Bruderschaft. Wir verstehen die Freimaurerei als eine Lebenskunst, die menschliches Miteinander und ethische Lebensorientierung durch Symbole und rituelle Handlungen in der Gemeinschaft der Loge darstellbar, erlebbar und erlernbar macht.

i Weitere Infos: www.freimaurer-gummersbach.de



MGV „Homburg“ Winterborn: 100 Jahre im Dienst der Chormusik

Text und Foto: Dieter Lange

Es ist wie im normalen Leben: Wenn einer seinen 100-jährigen Geburtstag feiert, dann kann er viel erzählen. Das ist beim MGV „Homburg“ Winterborn, der 1900 als MGV „Echo“ Grötzenberg gegründet wurde, nicht anders, denn der Männerchor kann auf wahrlich viele Höhepunkte zurückblicken. An diesem Samstag, 14. März, ist mit dem großen Festkommers im vereinseigenen Sängerheim in Grötzenberg der Auftakt für die diversen Jubiläumsfeierlichkeiten. Als weiterer Höhepunkt steigt am Samstag, 6. Juni, ein Freundschaftssingen im Sängerheim. Das Jubiläumsjahr wird am 8. November 2020 mit einem großen Abschlusskonzert in Nümbrecht beendet. Einer der überragenden Höhepunkte dieses Jubeljahres wird aber die Verleihung der „Zelter-Plakette“ sein, die der Bundespräsident als höchste staatliche Auszeichnung an Gesangsvereine mit einer 100-jährigen Tradition im Dienst der Chormusik vergibt.

Tatsächlich hat sich der MGV „Homburg“ Winterborn, der heute von Chorleiter Karsten Rentsch geleitet wird, um die Chormusik verdient gemacht. In der ruhmreichen Vergangenheit errang der Chor, der 1924 nach dem Zusammenschluss mit dem MGV Gaderoth in MGV „Homburg“ umbenannt wurde, insgesamt fünfmal den Meisterchortitel, gewann dreimal den Wettbewerb als Zuccalmaglio-Chor und holte dreimal den Konzertchor-Titel (zuletzt 2018). Drei Auftritte im WDR-Fernsehen machten die Grötzenberger Sänger weit über die Grenzen des Homburger Landes bekannt. Und der Chor gab seine gesanglichen „Visitenkarten“

auch bei zahlreichen Chorreisen im In- und Ausland, die ihn u.a. nach London, Oslo, Paris, Innsbruck, Wien, Budapest und Prag führten.

Ob sich die MGV-Sänger allerdings nochmals der Herausforderung „Meisterchor“ stellen wollen, stellt der 1. Vorsitzende Rainer Engelberth angesichts des hohen Durchschnittsalters des Chores in Frage: „Wir leiden genau wie andere Männerchöre auch unter Nachwuchssorgen.“ Deshalb sind neue Sänger zu den Chorproben herzlich willkommen. Auf sie wartet ein bunter Querschnitt durch die Welt der Musik, denn Chorleiter Rentsch legt Wert auf ein breites Repertoire.

Es würde den Rahmen dieses Artikels sprengen, wollte man alle Männer nennen, die sich in besonderer Weise um den Jubiläumschor verdient gemacht haben. Stellvertretend sei aber der Name Karl Ries genannt, der zu den Gründungsmitgliedern gehörte und den Chor 55 Jahre unentgeltlich als Chorleiter leitete. Die Vereinsgeschichte ist zudem geprägt von Planung, Bau, Unterhalt und Pflege von zwei Sängerheimen. Dass der MGV am 20. September 1991 sein neues Sängerheim als heutiges Domizil beziehen konnte, ist der großen Eigenleistung der Sänger, aber auch dem Engagement der Sängerfrauen zu verdanken. Zudem machten sich der langjährige Geschäftsführer Heini Bruckmüller und Adolf Mortsiefer, der 25 Jahre den Vorsitz des MGV innehatte, um den Bau und den Chor besonders verdient.

Weitere Infos: www.mgv-hw.de

i Probe: Di. 20 - 21.30 Uhr, Sängerheim Grötzenberg

**Preis-
garantie
sichern!**

Einfach chillen mit Agger **GARANT 2021**



Sichern Sie sich jetzt Ihren **Festpreis*** bis 2021 mit
unseren GARANT-Produkten für **Strom und Gas**
sowie einen **Kombirabatt** von **50 €** pro Jahr.

☎ 02261 3003-777



Kundeninfos:



AggerEnergie

*Die Preisgarantie umfasst den Energiepreis, die Netzentgelte, Steuern und Umlagen mit Ausnahme von nach Vertragschluss neu eingeführten Steuern, Umlagen und sonstigen hoheitlichen Belastungen sowie Änderungen der Mehrwertsteuer.

**BE
YOU.**

Bereit zum Durchstarten?

BE YOU. Dein Job. Deine Bank. Dein Leben.



BewerberCheck-In
12. - 14. Mai 2020

Ausbildungsplätze für 2020 und 2021!
Jetzt bis zum 04.05.2020 online bewerben unter:
www.vb-oberberg.de/karrierestart

