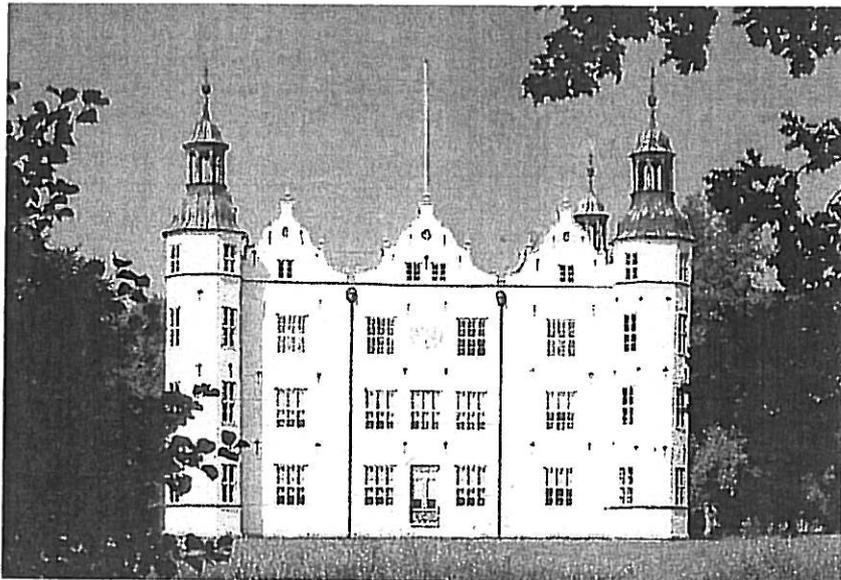


Nr. 01 / 2008

Ahrensburger Dialog

Ein Senioren-Magazin

Informationen – Reportagen – Tipps – Hilfe im Alltag



Liebe Leser,

endlich halten Sie das neue Senioren-Magazin
»Ahrensburger Dialog« in den Händen:

Übersichtlich, informativ, gut lesbar und verständlich!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Was ist "Ahrensburger Dialog"?

So nennen "wir" das neue Senioren-Magazin, das Sie hoffentlich dann regelmäßig in Ihren Händen halten werden. "Wir" sind eine kleine Gruppe von Leuten, die aus unterschiedlichen Lebensaltern und Berufen kommen und darauf brennen, in einen Dialog mit Ihnen einzutreten. Deshalb schreiben Sie uns bitte Ihre Wünsche, Ihre Anregungen, Ihre Kritik und sowieso alles, was Sie uns mitteilen möch-

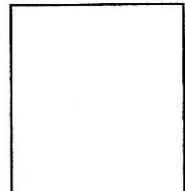
ten. Oder rufen Sie uns einfach an. Und wir werden Ihnen auch Fragen stellen:

- Vermissen Sie Ruhebänke in der Stadtmitte?
- Verstehen Sie manchmal nur "Bahnhof" wenn Politiker reden?
- Würden Sie gerne an einem leisen Herbstfest teilnehmen?
- Verstehen Sie oder sprechen Sie "Plattdeutsch"?
- Wissen Sie was Sie im "Peter-Rantzau-Haus" erwartet? jl

Das Team:



Ursula Wolf: Journalistin



Andrea Sobbe: Friedhofsverwaltung



Uta Knaack: Journalistin



**Annemarie Eschke:
Expertin für Plattdeutsch und Sütterlin-Schrift**



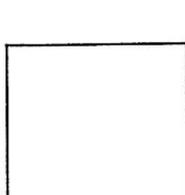
~~**Hermann Jochen Lange:
Kontakte, Beiträge**~~



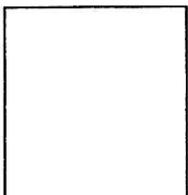
**Georg Harz:
Layout/Druckvorbereitung**



**Joachim Schmidt:
Grafik, Beiträge**



**Bettina Köhler:
Ernährungsberaterin**



**Platz für weitere Mitarbeiter:
Vielleicht für Sie?**

Sind wir arm?

Zugegeben, die Frage lässt sich nicht so leicht beantworten, wie sie gestellt ist. Wer möchte schon zu den Armen gerechnet werden, oder wer glaubt, „wirklich reich“ zu sein. Alles eine Frage der Perspektive, sagen Sie vielleicht. Deshalb sprechen die Statistiker ja auch von *relativer Armut*, die sich am Durchschnitt der Bevölkerung eines Landes orientiert. Natürlich gibt es auch bei uns Armut. Menschen, die oft nicht wissen, wie sie das zum Leben Notwendige mit ihren begrenzten Geldmitteln beschaffen sollen. Alle, die trotz eines geringen Einkommens über den Monat hinwegkommen und nicht verzweifeln verdienen großen Respekt. Oft hört man auch den Begriff: „Armut vor reichem Hintergrund“. Diesen Hintergrund möchte ich einmal nach vorne rücken und behaupten: Wir sind reich. Viele Dinge sind uns so selbstverständlich geworden, dass wir sie nicht mehr als einen Teil unseres persönlichen Reichtums, oder sagen wir besser, Wohlstands erkennen. Schauen wir ruhig einmal auf die Güter, die wir haben, bevor uns das Unerreichbare unzufrieden macht. Wie oft haben Sie heute zum Beispiel den Wasserhahn geöffnet und herrlich frisches, reines Trinkwasser entnommen? Wasser bester Qualität steht uns tagtäglich an vielen Stellen unserer Wohnung fast unbegrenzt zur Verfügung. Auf Energie in Form von Strom können wir ebenfalls rund um die Uhr und im Normalfall auch ohne Unterbrechung zurückgreifen. Sie werden jetzt einwenden, dass sie ja dafür auch bezahlen. Ja, für die Nutzung des Wassers, für den Verbrauch des Stroms bezahlen wir, aber die Infrastruktur, die Systeme, bis hin zur

Aufsichtsbehörde sind vorhanden; bedeutet *das* nicht Wohlstand? Nahrungsmittel: Selbst beim Discounter können wir aus einem breiten Angebot von Nahrungsmitteln auswählen. Dass diese Waren herangeschafft werden können, dass sie frisch und genießbar sind, ist nur möglich durch ein gut ausgebautes Verkehrsnetz. Auch ein Zeichen eines allgemeinen Wohlstands, der nichts mit *dem* Geld zu tun hat, das ich gerade im Portemonnaie habe. Wer durch die Straßen geht, tut das auf meist sauberen Wegen, benutzt Treppen und Brücken, versinkt nicht nach einem Gewitterschauer im Schlamm. In den Städten kann jeder mit dem öffentlichen Nahverkehr fahren, und das zu erschwinglichen Preisen. Wer ein Auto fährt, leistet sich einen außerordentlichen Luxus, auch wenn uns das Autofahren heute Bestandteil eines „normalen Lebens“ zu sein scheint, es ist und bleibt Luxus. Wie selbstverständlich benutzen wir die Straßen, profitieren von Verkehrsleitsystemen wie Wegweiser, Ampeln und anderen regelnden Anlagen. Auch die verkehrsüberwachende Polizei gehört dazu.

Funktionierende Verwaltungen, Justiz, Feuerwehr, Sicherheitskräfte wie Polizei oder Bundeswehr sind mit dem, was sie leisten, nicht nur Garant, sondern Bestandteil eines allgemeinen Wohlstands, bezahlt aus Steuermitteln.

Wenn Sie sich jetzt wieder einmal über das Finanzamt ärgern oder über den hohen Steueranteil in den Spritpreisen, denken Sie auch einmal an die andere Seite, an den Nutzen und an die vielen Dinge, die uns das Leben angenehm machen, denn: Wir sind reich! (js)

Treffpunkt Peter-Rantzau-Haus - ab 50 aufwärts

Neulich auf dem Ahrensburger Markt. Drei ältere Damen in angeregter Unterhaltung. „Ich gehe morgen wieder zum Tanzen ins Peter-Rantzau-Haus“, verkündet eine von ihnen. „Ach, tanzen kann man dort auch. Ich habe mich da gerade wegen einer Vorsorge-Vollmacht erkundigt“, sagt die zweite Seniorin. „Peter-Rantzau-Haus, was ist das denn. Das hört sich ja interessant an. Ich bin neu in Ahrensburg und möchte gern ein wenig Anschluss finden. Kann ich das dort?“, fragt die dritte Dame. Und ob sie das kann.

„Wir sind eine Begegnungsstätte für alle. Wir wollen mit unseren vielfältigen Angeboten der Vereinsamung älterer Menschen entgegenwirken“, sagt Irene Hofmann, die das Peter-Rantzau-Haus leitet.

Ältere Menschen haben es oft schwer, neue Kontakte zu knüpfen. Hier wird es ihnen leicht gemacht. Ob Tanzen, Gymnastik, Gedächtnistraining, Spielen, Englisch-Sprechen, Malen, Handarbeiten, Kenntnisse am PC erwerben – all das und mehr gibt es im Peter-Rantzau-Haus. Und auch, wer nicht mehr gut zu Fuß ist, muss darauf keinesfalls verzichten. Ein Fahrdienst bringt ihn sicher hin und zurück.

„Das ist eine richtig schöne Arbeit hier. Die Menschen gehen immer fröhlich nach Hause. Es herrscht ein gutes Klima, ein Gemeinschaftsgefühl, jeder findet einen Ansprechpartner zum Reden“, freut sich Irene Hofmann. Im Nebenraum amüsiert sich gerade eine Gymnastikgruppe (Foto). Und im hauseigenen Café kann danach weiter geklönt und gelacht werden.



Acht feste, 100 ehrenamtliche Mitarbeiter, 17 Honorarkräfte und zwei Zivis sorgen dafür, dass eigentlich kein Ahrensburger einsam sein oder sich langweilen muss.

Jährlich verzeichnet das Peter-Rantzau-Haus rund 14000 Besuche. „Es kommen auch Jüngere ab Mitte 40. Unser ältester Besucher ist 96, er spielt hier Skat“, erzählt Irene Hofmann. „Wir sind ein echtes offenes Haus, sozusagen eine Heimat für Älterwerdende“, fährt die 45jährige fort.

„Gern gesehen sind auch alle, die mit neuen Ideen kommen, vielleicht auch ein neues Angebot zur Freizeitgestaltung entwickeln möchten. Es hat sich ja doch einiges geändert in den letzten Jahren. Mit 60 ist man heute doch nicht mehr alt und möchte etwas anderes als vielleicht ein 85jähriger“, sagt Susanne Freese, Stellvertreterin Frau Hofmanns und Leiterin der im Peter-Rantzau-Haus angesiedelten „Leitstelle Älter werden“. In Bezug auf weitere Angebote sind auch die Herren der Schöpfung gefragt. „Die sind hier in der Unterzahl, spielen Schach, Skat, singen im Chor, aber Frauen sind ganz allgemein aufgeschlossener“, so Irene Hofmann

Ganz gleich, ob Mann oder Frau, ob 50 oder 80 – nach dem Motto „raus aus dem



PETER-RANTZAU-HAUS

Ab 50 aufwärts!

weiter auf Seite 5 ►

Alltag – rein ins Abenteuer“ bietet das Haus auch diverse größere und kleinere Ausflüge zu interessanten Zielen an.

Aber nicht nur zur Freizeitgestaltung kommen die Menschen ins Peter-Rantzau-Haus. Sie kommen auch, um sich Rat und Hilfe zu holen. Das können sie bei Susanne Freese in der „Leitstelle Älter werden“, die im ersten Stock des Hauses ihr Büro hat. Wer sind diejenigen, die sich an sie wenden? „Ich werde zum Beispiel oft wegen einer Patientenverfügung oder wegen einer Vorsorge-Vollmacht gefragt. Aber auch um das Thema Pflegedienste geht es häufig“, erzählt Susanne Freese. Oft sind es Angehörige älterer Menschen, die sich an sie wenden, aber auch die Betroffenen selber. Wohnformen im Alter, gesetzliche Ansprüche und Hilfen, ambulante Hilfen wie Essen auf Rädern, Selbsthilfeaktivitäten – vor dem Hintergrund immer mehr älterer Menschen in Ahrensburg kommt der „Leitstelle Älter werden“ ein zunehmend besondere Bedeutung zu.

Das Gebäude als Mieter nutzen übrigens auch die Alzheimer Gesellschaft Stormarn und der AWO MSD Pflegedienst.

Und ganz wichtig ist noch dieses: ein ehrenamtlicher Besuchsdienst sorgt dafür, dass auch an ihr Haus gebundene Menschen nicht allein gelassen werden.

„Und nicht zu vergessen ist unsere Stadtteilarbeit im AWO-Service-Haus im Gartenholz. Dort leben viele ältere Menschen, die Angebote in der Nähe wie Unterhaltung am Nachmittag, Singen, Malen, Gedächtnistraining, Literaturkreis gerne annehmen“, so Irene Hofmann.

Zum Schluss ein Blick zurück: 1966 zunächst im Gebäude der heutigen Volkshochschule auf Bitten der Wohlfahrtsver-

bände als Altentagesstätte errichtet, zog man 1980 in das heutige Domizil am Woldenhorn um. Damals bildete sich das Kuratorium Sozialstation mit den Vertretern der Wohlfahrtsverbände DRK Ortsverein, AWO Ortsverein, Ev.-Luth.Kirche, Kath.Kirche. Geschäftsführender Träger ist die AWO, Hauptgeldgeber die Stadt. Viele sagen noch immer Sozialstation, Begegnungsstätte trifft es heute besser. So sehr Irene Hofmann (Foto, l.) und Su-



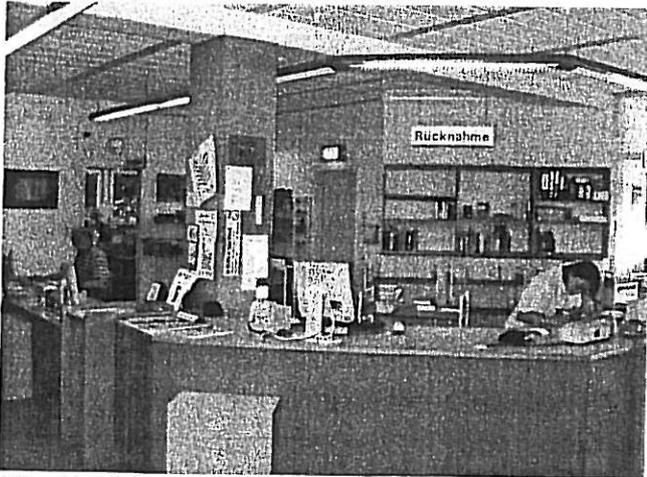
sanne Freese sich auch über den Andrang auf ihr Haus freuen: es platzt aus allen Nähten – nicht zuletzt weil auch den jüngeren Alten mehr Raum gegeben wird. Da freuen sich natürlich alle auf den für spätestens für 2011 geplanten Umzug auf den Stormarnplatz. Mehr als doppelt so groß soll das Gebäude dann sein.

Übrigens: Peter Rantzau aus einem Uradelsgeschlecht des Landes zog 1598 nach Ahrensburg und starb vier Jahre später. Er ließ das Schloss bauen und gab ihm den Namen Ahrensburg, ließ zudem die Kirche und auch die Gottesbuden errichten. Alle Informationen zum Peter-Rantzau-Haus, Woldenhorn 3, 22926 Ahrensburg, Tel.: 04102/211515 – info@peter-rantzau-haus.de www.peter-rantzau-haus.de

(uk)

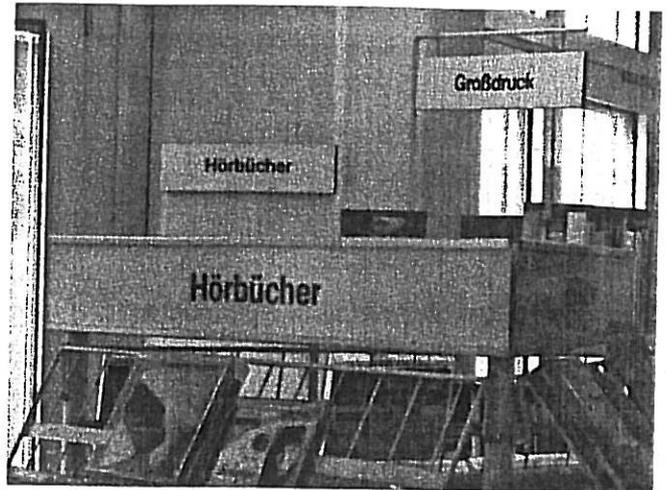
Die Ahrensburger Stadtbücherei

Kennen Sie eigentlich die Ahrensburger Stadtbücherei? - - Nein, nur das Gebäude? Ja richtig, genau neben dem Rathaus. Kommen Sie doch einmal mit! Zuerst geht's die drei Stufen zum Rathaus hoch. Ach so, Sie mögen keine Stufen! Auch kein Problem, gleich daneben gibt es eine schiefe Ebene, damit man auch mit dem Rollator leicht den Höhenunterschied überwinden kann, und für die beiden Stufen zum Eingang der Bücherei geht's ebenso glatt, hinter den Stufen wieder schräg nach oben. So, ich halte Ihnen die Tür auf und schon sind wir im Bücherparadies.



Wenn Sie geradeaus gehen, können Sie Jacke oder Mantel an der Garderobe ablegen oder überflüssige Taschen in ein Schließfach einschließen, und gleich daneben sind auch die Toiletten. Bin ich zu schnell? Ich merke, Sie zögern. Ach der Büchertisch, ja, das ist ein besonderer Service der Mitarbeiter. Hier empfiehlt jeder Büchereimitarbeiter sein persönliches Lieblingsbuch, ob Neuerscheinung oder nicht. Dadurch können Sie sich anregen lassen. Und wenn Sie sich umdrehen, dann sehen Sie schon einige aus dem

Team bei der Arbeit. Dort werden das Ausleihen registriert und die Rückgaben entgegengenommen und natürlich auch jede Frage beantwortet. 10.000 Bücher stehen allein hier unten dazu Zeitschriften, Magazine, Tageszeitungen etc. und auch DVDs.



Ein besonderes Angebot sind die Großdruckausgaben, für Augen die etwas schwach geworden sind. Wenn das Lesen trotzdem noch zu anstrengend ist, kann man auf Hörbücher ausweichen, das ist oft ein ganz besonderes Erlebnis.

Im Obergeschoss finden Sie noch einmal 20.000 Bücher, Musik-CDs, Zeitschriften z.B. von der Stiftung Warentest. Wie Sie da hinaufkommen? Mit dem Fahrstuhl selbstverständlich, mit dem erreichen Sie auch das Untergeschoß, hier stehen die Kinder- und Jugendbücher.

Ausleihgebühren sind in der Regel nicht zu entrichten, nur bei ganz aktuellen Bestsellern, Hörbuch-CDs und bei den DVDs wird eine geringe Gebühr erhoben und wenn der Rückgabezeitpunkt überschritten wurde. Damit das alles vernünftig verwaltet werden kann, müssten Sie sich einmal

anmelden, dazu wird nur der Personalausweis benötigt. Dann bekommen Sie eine Leserkarte, mit der Sie sich in Zukunft ausweisen können.

Wenn ein Buch, das Sie gerne ausleihen möchten, nicht im Bestand der Ahrensburger Bücherei ist, dann suchen die Mitarbeiter es in anderen Büchereien in ganz Schleswig-Holstein und manchmal können Sie es schon nach wenigen Tagen abholen. Mit 12 Mitarbeitern kann man natürlich nicht die ganze Woche geöffnet haben.



Frau Claudia Kaltenbach leitet die Ahrensburger Stadtbücherei und hilft Ihnen natürlich gern

Ab 10 Uhr können Sie kommen, bis auf dienstags. Dienstags ist ganz geschlossen. Feierabend ist hier mittwochs und freitags um 16 Uhr, montags und donnerstags bleibt die Bücherei bis 19 Uhr geöffnet, samstags nur bis 13 Uhr. Manchmal gibt es auch Sonderveranstaltungen am Abend, Vorträge und ähnliches, die Termine stehen immer im Ahrensburger DIALOG, schauen Sie regelmäßig rein, dann wissen Sie Bescheid. (js)

anstellungen am Abend, Vorträge und ähnliches, die Termine stehen immer im Ahrensburger DIALOG, schauen Sie regelmäßig rein, dann wissen Sie Bescheid. (js)

Impressum

Herausgeber:

Arbeitsgemeinschaft der Seniorenzeitung
Ahrensburger Dialog
c/o Ursula Wolf.
Reesenbüttler Redder 55, 22926 Ahrensburg
Tel.: 04102/52505
e-Mail-Kontakt: schmidt.jub@kabelmail.de

Redaktionsteam:

Annemarie Eschke (ae), Georg Harz (gh);
Uta Knaack (uk), ~~Hermann-Jochen Lange (jl)~~,
Joachim Schmidt (js), Andrea Sobbe (as),
Ursula Wolf (uw).

Die Artikel bleiben geistiges Eigentum der Autoren, Nachdruck oder anderweitige Vervielfältigung nur mit Genehmigung des Eigentümers. Termine werden kostenlos

veröffentlicht, keine Gewähr für Vollständigkeit und Richtigkeit. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Bildmaterial und Unterlagen wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Texte zu kürzen.
Titelbild: Georg Harz

Anzeigenverwaltung:

Auflage: 2000 Exemplare, kostenlos

Verteiler: Apotheken, Einrichtungen der Altenarbeit, Kirchengemeinden, Verbände der Wohlfahrtspflege, Stadtbücherei, Rathaus Ahrensburg und diverse andere Verteilerstellen.

Singen kennt kein Alter

„Es wäre doch schön, wenn wir etwas gemeinsam machen könnten“, sagten sich im Februar 2006 Marlies Borrmann, fin im DRK-Wohnpark Auetal, und Peter Vollmer, der die benachbarte DRK-Kindertagesstätte Gartenholz leitet. Und ganz nach dem Motto „Jung und Alt gesellt sich gern“ treffen sich seitdem jeden Mittwoch die quirligen Vier- bis Sechsjährigen mit den sangesfreudigen Seniorinnen zum Proben.

Und da stürmen die elf Minis auch schon hinein in einen großen, sonnigen Raum des Wohnparks, in dem heute 80 ältere Menschen betreut leben.

„Wir sind schon richtig berühmt“, verkündet die kleine Alica. Und das stimmt, es gibt bereits eine CD mit 10 Liedern – von „Wir begrüßen euch alle“ bis „Alle Vögel sind schon da“ - die reißenden Absatz findet. „Ich hab die neulich meiner Schwiegertochter vorgespielt, die war begeistert und will sie gleich dem Enkel schenken“, erzählt Gerda Dumschat.

„Ich finde die Idee, kleine Kinder und uns Ältere zusammenzubringen ganz wunderbar. Anfangs waren die Kleinen ja noch etwas scheu, aber inzwischen kommen sie mit offenen Armen auf uns zu“, sagt Ursula Gerken. „Die sind einfach zu süß. Solange ich das noch schaffe, komme ich hierher“, fügt die Seniorin Ilse Dorner hinzu. „Das ist einfach erfrischend mit den Kleinen. Und sagt man nicht 'Wo man singt, da lass dich ruhig nieder'“, ergänzt Hertha Allers.

Aber jetzt geht es endlich los. Ein neues Lied wird geprobt. „What shall we do

Jung und Alt vereint im Mini-Maxi-Chor



with a drunken sailor“, ins Deutsche umgemodelt, heißt nun: „Ho unser Maat, der hat schief geladen“. Aus voller Kehle und hochkonzentriert singen die Kleinen mit. „Das macht mir Spaß, aber ich hör schon was knistern“, ruft die sechsjährige Pia. Und tatsächlich, da raschelt Chorleiterin Tanja Kroll (Foto, l, neben Praktikantin Magdalena Herno) mit Bonbonpapier. Jetzt wird aber erst das Schatzgräberlied gesungen. „Macht euren Mund richtig weit auf“, motiviert Tanja Kroll die Kleinen. Und Peter Vollmer (Foto, h.r.) greift in die Gitarrensaiten. Auch wenn zuvor der eine oder andere schon verstohlen ein Däumchen im Mund hatte, nun sind alle wieder voll dabei. Und dann sind die Seniorinnen - manchmal singt auch ein einzelner Herr mit - umringt von den Minis: es gibt Süßigkeiten. „Ich wurde überredet mitzumachen. Aber nun ist es toll. Und langsam entwickeln sich auch unsere Stimmen, hören sich auf der CD richtig gut an“, findet Helga Jaensch. Nelda Schill pflichtet ihr bei: „Mit Kindern ist es richtig schön“. Erzieherin Tanja Kroll: „Über das gemeinsame Musizieren wird die Kluft zwischen Jung und Alt kleiner. Musik verbindet einfach“.(uk)

Unsere Frau im Rathaus

Petra Haebenbrock-Sommer hilft Senioren

Hoch oben im Rathaus, im fünften Stock, im Zimmer 505, sitzt Petra Haebenbrock-Sommer in ihrem „Gemischtwarenladen“, wie sie den Ort ihrer Tätigkeit nennt.

Sie arbeitet im „Fachdienst Senioren, Kultur und Städtepartnerschaften“ im Bereich Bildung, Sport und soziale Einrichtungen in der Ahrensburger Stadtverwaltung. Ihr Chef ist Fachbereichsleiter Hanno Krause.

Bei den Senioren leitete sie zuletzt die Redaktion des Ahrensburger „Altenplan“, der recht umfangreichen Broschüre „Das Älterwerden gestalten“.

Sie ist auch Ansprechpartnerin für das Peter-Rantzau-Haus, dessen Neubau beschlossene Sache ist. Hierbei berät sie für die Stadt das Kuratorium, das das PRH trägt. Viel Arbeit machen dabei jedes Jahr die Finanzpläne. Das neue PRH sollte, so meint sie, nicht so sehr einer Altentagesstätte ähneln, sondern auch die jüngeren Senioren ansprechen.

Ihre Mitarbeiterin Maren Kahl erarbeitet, ebenfalls im Zimmer 505 Monat für Monat den Veranstaltungskalender, den wir in Plakatform von der Litfaßsäule im Foyer des Rathauses kennen. Er hat auch einen Extra-Kasten für Senioren.

Zu weiteren Aufgaben von Petra Haebenbrock-Sommer gehören bei der Kultur die Koordination von Terminen und Veranstaltungsräumen mit den Vereinen.

Und bei den Städtepartnerschaften mit Ludwigslust, Feldkirchen, Viljandi und Esplugues gilt es immer wieder, die

gewachsenen Freundschaften zu erhalten und zu pflegen.



Petra Haebenbrock-Sommer

Die 47jährige Frau stammt aus Ahrensburg, ist verheiratet und hat einen zwölfjährigen Sohn, der Maximilian heißt, aber meist Max genannt wird.

Die Diplom-Sozialpädagogin machte 1984 ein Berufspraktikum im Ahrensburger Rathaus beim Sozialen Dienst. Von 1985 an arbeitete sie erst bei der Jugendarbeit im Gemeinschaftshaus Gartenholz, seit 1989 dann als Jugendpflegerin. Nach einem berufsbegleitenden Studium zur leitenden Mitarbeiterin im Sozialen Bereich in Frankfurt wurde sie am 1. Januar 1993 Sozialamtsleiterin.

In den Jahren 1996-1998 war Petra Haebenbrock-Sommer im Mutterschaftsurlaub.

Bis heute, also seit nunmehr zehn Jahren, ist sie schon für Senioren zuständig. Viel Arbeit war zu leisten. Und jetzt stehen die Umsetzung des Altenplans sowie der Neubau des Peter-Rantzau-Hauses an. Doch unverdrossen hält sie daran fest, woran viele glauben: „Ahrensburg macht glücklich!“ (uw)

Die Geschichte des Ahrensburger Friedhofs



Der Friedhof an der Schloßkirche

Die Geschichte des Ahrensburger Friedhofs beginnt mit dem Bau der Schloßkirche. Durch eine Stiftung der Familie Rantzau wurde sie 1594 zusammen mit den Gottesbuden, die als Wohngebäude für Bedürftige dienten, erbaut.

Zu damaliger Zeit war es üblich, dass man die Verstorbenen um die Kirche herum bestattete. Geistliche und Adelige fanden sogar ihre letzte Ruhestätte innerhalb des Kirchenraumes. So auch in Ahrensburg. Der Kirchhof, der die Schloßkirche umgab, war durch Verbindungsmauern in vier Grabquartiere unterteilt. Jedes der Dörfer, Bünningstedt, Wulfsdorf, Ahrensfelde und Woldenhorn, hatte einen eigenen Begräbnisplatz. Diese Fläche sollte bis ins 19. Jahrhundert hinein für die Bestattung der Toten ausreichen.

Aufgrund der steigenden Bevölkerungszahlen musste der Friedhof 1823 zum ersten Mal vergrößert werden, um den Toten die nötige Ruhezeit zu gönnen.

Die Verbindungsmauern wurden abgerissen und der Kirchhof auf das Gelände hinter der Kirche, nach Osten erweitert. Nun war eine 20-jährige Ruhezeit vorgeschrieben, die erste Friedhofsordnung erlassen und eine Bestattungen im Kirchenraum nicht mehr gestattet.

Wissenswertes

Die Ahrensburger beklagten sich über die Herabsetzung der Ruhezeit von 30 auf 20 Jahre. Bei einer Wiederbelegung wären die Särge oft noch vollständig erhalten und müssten vom Totengräber eingeschlagen werden, um überhaupt wieder an dieser Stelle beerdigen zu können. Die Anwohner und auch die Regierung nahmen daran Anstoß, da ein solches Vorgehen gesundheitsschädlich sei.

So vergingen Jahre, während die Regierung und die Bürger immer wieder auf Abstellung der Mängel auf dem Friedhof bei der Kirche drängten. Doch die Möglichkeiten waren begrenzt. Die erweiterte Fläche war ebenfalls bald voll belegt und eine nochmalige Erweiterung nicht mehr möglich, da man die Bodenbeschaffenheit im Stadtkern nicht für geeignet hielt. Erst einige Jahrzehnte später wurde das Gelände an der Hamburger Straße, damals Schäferdresch genannt, als neuer Begräbnisplatz in Augenschein genommen. (as)

Fortsetzung folgt

In der nächsten Ausgabe: Planungen für einen neuen Friedhof

WUNSCH VORSTELLUNG.....

Ich wünsche mir beim Einkaufen im Supermarkt einen persönlichen Einkaufsbegleiter und das geht so: Auf meinen persönlichen Einkaufsberater warte ich im Vorraum des Supermarktes. Ich kann es mir in einer Sitzgruppe bequem machen und einen Kaffee aus dem Automaten ziehen. Vorher habe ich mich in eine Liste eingetragen.

Nachdem ich etwa 10 oder 15 Minuten gewartet habe, so genau weiß ich das nicht mehr, da ich in der Zeitung geblättert habe, die ich sonst nie lese, kommt mein Einkaufsberater zu mir. In diesem Fall ein Mann mittleren Alters in der Kleidung, die in diesem Markt üblich ist. Er stellt sich mir freundlich lächelnd vor und fragt mich nach meinen Einkaufswünschen.

Ich gebe ihm meinen Einkaufszettel, und er schlägt mir einen bestimmten Parcours durch die Regalreihen vor. Wir einigen uns darauf, dass ich den Wagen schiebe. So habe ich etwas zum festhalten und bestimme das Tempo.

Schon bald zeigt sich die Nützlichkeit meines Begleiters, denn die Konserve ganz oben im Regal wäre für mich nicht zu erreichen gewesen. Außerdem muss ich nicht bei jedem Sonderangebot nach dem richtigen Produkt suchen und obendrein noch das viel zu klein Gedruckte auf dem

Preisschild mit dem Aufdruck auf der Verpackung vergleichen. Er macht mich auch auf Angebote aufmerksam, schlägt Alternativen vor und gibt manchmal sogar Kochtipps.

Als wir an die Kasse kommen, habe ich natürlich wieder einmal mehr im Einkaufswagen, als ich geplant hatte. Aber das wäre mir wahrscheinlich auch passiert, wenn ich alleine und ohne meinen Einkaufsbegleiter eingekauft hätte.

Für diesen Service zahle ich an der Kasse einen Aufschlag von 10% auf den Warenwert, gebe dem netten Mann noch ein kleines Trinkgeld und bin ganz glücklich mit meinem Einkauf. Dieser wird mir jetzt sogar noch in eine Tüte gepackt, und wenn ich es wirklich wollte, bis in das Auto auf dem Parkplatz gebracht.

Ich verabschiede mich aber am Ausgang von meinem Einkaufsberater und freue mich auf den nächsten Einkauf in diesem super Supermarkt.



Unter der Überschrift „Wunschvorstellung“ stellen wir auch Ihren Wunsch gern einmal vor. Er sollte aber den Hauch einer Realisierungschance haben und auch für andere Menschen nützlich sein. Schreiben Sie uns doch einfach!
(js)

Jetzt rede ich . . .

Erstes Interview mit dem Muschelläufer.

Ahrensburger Dialog: Herr Muschelläufer, Sie sind seit Jahren der aufregendste Mann in Ahrensburg, wundert Sie das oder macht Sie das vielleicht sogar stolz?

Muschelläufer: Eigentlich verstehe ich die ganze Aufregung nicht, obwohl man als Kunstwerk natürlich den Widerspruch der Zeitgenossen provozieren muss, sonst wirkt man langweilig und angepasst.

AD: Den Kindern scheinen Sie ja zu gefallen

ML: Ja, die Kinder lieben mich. Kinder sind unvoreingenommen, sie haben noch nicht die Bilder von Barlachs oder Rodins Werken vor Augen und sehen mich so wie ich bin.

AD: Wie sind Sie denn?

ML: Viele werfen mir vor, dass ich so unbeteiligt in die Ferne blicke. Aber was wollen die Leute denn? Soll ich anteilnehmend in die Nähe schauen? Vielleicht den Menschen ins Portemonnaie schielen? Oder in die Dekolletés der Damen? Andere stören sich wieder an der Farbe meines Anzugs. Auch da muss ich fragen, wie hätten Sie's denn gern? Braun geht schon gar nicht. Auch die meisten anderen Farben sind von politischen Parteien besetzt.

AD: Blau-gelb, wenn ich mal Ihre Haare mit einbeziehe, sind aber auch Parteifarben.



ML: Blau-gelb hab' ich aber lange nicht gesehen in Ahrensburg, ich warte aber noch auf Angebote als Werbeträger. Mein Haar ist übrigens goldblond.

AD: Sie sind ja ganz schön eitel. Wie sehen Sie denn Ihren Umzug in die Bahnhofstraße?

ML: Mir gefällt mein Standort hier sehr gut. Ob ich auf dem neuen Platz soviel

Beachtung finden werde, möchte ich bezweifeln. Stehe ich da nicht unter Linden? Im Schatten?

AD: Es sind Buchen!

ML: Wie auch immer. Unter Bäumen setze ich Moos an, dann ist jedes Jahr eine Spezialreinigung fällig.

AD: Werden Sie denn nicht jetzt auch schon regelmäßig gewaschen?

ML: Darüber möchte ich nicht sprechen!

AD: Sie sind also ganz zufrieden mit sich. Haben Sie keinerlei Selbstzweifel?

ML: Doch, wie Sie sicher schon festgestellt haben, hat mein Schöpfer mir keine Hände gegeben. Die linke Hand steckt in der Hosentasche und die rechte ist verkrüppelt. - Ich hätte sonst gerne allen Ahrensburgern die Hand zur Versöhnung gereicht.

AD: Wir danken Ihnen für dieses Gespräch (js)

Trinken

Sie für Ihr Wohlbefinden!

Eigentlich wissen wir es ja alle: Wer täglich das Richtige, und auch noch ausreichend trinkt, tut sich und seiner Gesundheit einen großen Gefallen. Bestimmt haben auch Sie davon gehört. Schließlich braucht unser Körper ständig flüssigen Nachschub, um die Verluste über Nieren, Haut und Atemluft auszugleichen. Das ist so ähnlich wie bei einem Konto: Nicht ins Minus geraten, sondern was abgezogen wird, umgehend wieder auffüllen.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt daher, täglich mindestens 1,5 Liter zu trinken. Ideal sind kalorienfreie Durstlöscher wie das Trinkwasser aus dem Wasserhahn, Mineralwasser mit oder ohne Kohlensäure, Früchte- und Kräutertees sowie Fruchtsaftschorlen. Versuchen Sie diese Menge zusätzlich zu flüssigen Mahlzeiten wie Suppen, wasserreiches Obst und Gemüse oder Milch-Getränke zu trinken.

Bei Durchfall, Fieber und an heißen Sommertagen sollte sogar noch mehr getrunken werden.

Wer zu wenig trinkt, riskiert einen Flüssigkeitsmangel - bringt sein „Konto“ also in den roten Bereich. Und das kann zu einer ganzen Reihe von Beschwerden führen, die oftmals gar nicht mit dem Trinken in Verbindung gebracht werden: Kreislaufprobleme, Müdigkeit, Schwindel, nachlassende Konzentration und Leistungsflaute, Verdauungsprobleme,

mangelhafte Organfunktionen und Durchblutungsstörungen.

Tatsächlich trinken die meisten Menschen viel zu wenig – das gilt sowohl für Kinder als auch für Erwachsene. Und ganz besonders für Senioren. Vielleicht gehören Sie ja auch dazu?

Die Erklärungen dafür sind so einfach wie einleuchtend: Mit zunehmendem Alter sinkt der Wasseranteil im Körper. Das ist ganz normal. Zudem speichern ältere Menschen weniger Wasser im Bindegewebe als jüngere. Und dann kommt noch hinzu, dass bei Senioren das Durstgefühl nachlässt. Kennen Sie das auch? Wie soll man aber ohne Durst ans regelmäßige Trinken denken?

Und dann das noch: Nicht nur unser Durstgefühl veranlasst uns, zum Glas zu greifen, sondern auch gewisse Erinnerungen aus der Kindheit. Vielleicht durften auch Sie zum Essen nichts trinken, weil sonst „der Teller nicht aufgegessen wurde“. Aber auch aktuelle Bedenken, wie der nächtliche Gang zur Toilette und die Angst, es nicht rechtzeitig zu schaffen, beeinflussen das tägliche Trinkverhalten älterer Menschen. Dabei gilt: Pflegemaßnahmen müssen sich der Flüssigkeitszufuhr anpassen – nicht umgekehrt!

Was kann nun helfen, wieder mehr zu trinken? Trainieren Sie! Kein Sorge, es werden von Ihnen keine sportlichen Leistungen verlangt. Sie können aber Ihr Durstempfinden trainieren. (bk)



Alt? Na und? Es ist, wie es ist!

Unter der schwer wiegenden Bezeichnung „**Demografische Herausforderungen**“ werden im neuen Ahrensburger Altenplan wirtschaftspolitische und sozialpolitische Bevölkerungsbewegungen behandelt, bei denen einem schwindlig werden kann.

Die Stadt hat 32.243 Einwohner, davon sind 42% über 50 Jahre alt. In Deutschland liegt dieser Prozentsatz bei 37,6.

Das heißt:

Unsere kleine Stadt Ahrensburg ist überdurchschnittlich „überaltert“.

In Deutschland leben 82,4 Millionen, davon 19,8 Mill. Menschen über 65.

Bei uns in Ahrensburg sieht es so aus:

80-105Jährige: 632 Männer, 1582 Frauen;

65-80Jährige: 2499 Männer, 3022 Frauen;

50-65Jährige: 2912 Männer, 3013 Frauen.

Ältere Ausländer machen nur 5% aus, auch hier überwiegt die Zahl der Frauen.

Und es soll noch schlimmer kommen:

Zum Beispiel wird sich der Anteil der über 80Jährigen bis 2020 nahezu verdoppeln.

Wo leben die Älteren und Alten in Ahrensburg? Die wenigsten im Gartenholz (13,8%), die meisten in Ahrensburg Mitte (25%).

Nimmt man hinzu, was wir sehen, wird alles noch viel anrührender. Der frühere Nachbar mit Rollator, der sich nur in Trippelschritten vorwärts bewegt. Die zitternden Hände an der Kasse, wenn das Geldabzählen schwer fällt. Die Angst in den Augen beim Fahrplanlesen. Der Blick, wenn der Bus dann schon weggefahren ist.

Man möchte zu den Jüngeren sagen:

Habt Erbarmen! Oder aber: Denkt jetzt schon daran: Bald seid Ihr selber alt! Bald könnt auch Ihr nicht mehr ohne Brille und



Lupe lesen, bald fällt auch Euch das Gehen schwer!

Zu den heute schon Älteren sollte man lieber sagen: Es ist, wie es ist. Machen wir das Beste daraus. Und: Wir sind viele.

Um das Beste daraus machen zu können, gibt der Altenplan, der auch den Titel trägt „**Das Älterwerden gestalten. Planung altersgerechter Lebensräume in Ahrensburg**“ zahlreiche Empfehlungen.

„Altenarbeit ist generationsübergreifend und interkulturell ausgerichtet“ heißt es. Zu den Empfehlungen gehören hier: Die Anerkennungskultur bei dem sehr aktiven Bürgerengagement fördern, mehr Zugang zum Engagemnet der Älteren durch gezielte Öffentlichkeitsarbeit, Stärkung der Beiräte, Stabilisierung von Bürgerinitiativen.



Bei der Anpassung von Städtebau und Struktur sollte es in Zukunft um mehr Bewegungsmöglichkeiten für Ältere in der Grundversorgung gehen.

In der Entwicklung einer altersspezifischen Versorgungsstruktur sind die „**Leitstelle „Älter werden“** und das **Netzwerk „trotzAlter“** besonders wichtig. Überhaupt ist der Gedanke der Verknüpfung und Vernetzung weiter zu verfolgen.

Gesundheitsförderung und -prävention sollte ein Bildungsthema werden, auch für Ärzte.

Beschäftigung für Ältere und Öffnung aller Programme für Migranten seien weitere Themen der Zukunft. (uw)

raten Sie mal!

Aller Anfang ist leicht

Von bekannten Volksliedern haben wir hier immer nur die zweite Zeile der ersten Strophe gedruckt. Finden Sie den Anfang! Sie dürfen die Lieder auch singen!

- 1.1 _____
- 1.2 Sitz ich beim Schwager vorn
- 2.1 _____
- 2.2 Faria, faria, ho
- 3.1 _____
- 3.2 Da geht ein Mühlenrad
- 4.1 _____
- 4.2 durch Gebirg und Tal
- 5.1 _____
- 5.2 der geh' der Sonn entgegen
- 6.1 _____
- 6.2 zieh'n wir hinaus ins Feld
- 7.1 _____
- 7.2 gar hold und tugendhaft
- 8.1 _____
- 8.2 ohne Plag ohne Arbeit
- 9.1 _____
- 9.2 fort mit der Zeit zu schreiten
- 10.1 _____
- 10.2 Jetzt wird der Schluss gemacht

Zoo-Logisches

Welcher von den vier Begriffen bezeichnet kein Tier?

1. Brüllaffe – Lackaffe – Giraffe – Mähnenaffe
2. Milchkuh – Hirschkuh – Blinde Kuh – Leitkuh
3. Spottdrossel – Singdrossel – Wacholderdrossel – Schnapsdrossel
4. Leseratte – Wanderratte – Wasser- ratte – Bismartrate
5. Reitpferd – Heupferd – Wildpferd – Schaukelpferd
6. Feldhase – Angsthase – Wüstenhase – Schneehase



Obst mit unerwünschten Zusätzen

Streichen Sie den überflüssigen Buchstaben durch

1. Kiewi
2. Grapesfruit
3. Honigmehllone
4. Granaatapfel
5. Annanas
6. Brombbeere
7. Apfrikose
8. Necktarine
9. Saurerkirschen (js)

Hier wäre
ein schö-
ner Platz
für Ihre
Anzeige ★

*) Genau hier, oder auch an einer anderen Stelle im Heft.

3 mal aufgeschnappt:

1. **Heimat** - ein fester Standort zwischen Individualität und Globalisierung ?

2. **Ältere Menschen**, die Neues lernen, können ihr Gehirn damit zum Wachsen bringen. Das hat eine Studie von Forschern des Uniklinikums Eppendorf belegt." HA 10.7.08

3. **Frauen und Männer** um die siebzig haben heute ein aktiveres Sex-Leben und auch mehr Freude daran als ihre Altersgenossen vor zwanzig oder dreißig Jahren. Zu diesem Ergebnis kommt eine schwedische Studie...

HA 10.7.08 jl

Des Rätsels Lösung: Auflösung der Rätsel von Seite 15

Aller Anfang ist leicht

1. Hoch auf dem gelben Wagen
2. Lustig ist das Zigeunerleben
3. In einem kühlen Grunde
4. Mit dem Pfeil, dem Bogen
5. Wer recht in Freuden wandern will
6. Aus grauer Städte Mauern
7. Sabinchen war ein Frauenzimmer
8. Wer nur den lieben, langen Tag
9. Mich brennts in meinen Reiseschuh'n
10. Ade nun zur guten Nacht

Zoo-Logisches

Lackaffe – Blinde Kuh – Schnapsdrossel – Leserratte – Schaukelpferd – Angsthase

Obst mit Zusätzen

Diese Buchstaben waren einfach zu viel:

e - s - h - a - n - m - f - c - r