

In Castrop..

Quartiers-Newsletter

AWO - Quartiersprojekt & Wilhelm-Kauermann-Seniorenzentrum

"Nur wo Du zu Fuß warst, bist Du auch wirklich gewesen"

Dieser geniale Spruch von Goethe hat sich auch für mich bewahrheitet, denn unsere Stadt habe ich erst richtig kennen gelernt, als ich 2005 nach meinem Eintritt in den Ruhestand Mitglied in unserem Sauerländischen Gebirgsverein, Abt. Castrop-Rauxel, geworden bin. Von diesem Zeitpunkt an wurde **Wandern zu meiner Passion**.

Als ich 1972 von Marl-Sinsen nach Castrop-Rauxel versetzt wurde, um dort die Geschäfte des stellv. Leiters beim Hbf Castrop-Rauxel zu übernehmen, war mir diese Stadt sehr fremd. Aber die Arbeit, auch die Arbeit zuhause, die Betreuung unserer vier Kinder in Schule und Freizeit, Einkauf in der Innenstadt ohne Auto – wir wohnten im **Dorf Rauxel** – ließen nur wenig Zeit für eigene Freizeit. Sonntags ging es jedoch immer gemeinsam mit den Kindern auf die **Trimm-dich-Strecke im Grutholz**. Als ich später nach Bochum, Essen und Düsseldorf versetzt wurde, verkürzten die Wege zur Arbeit meine freie Zeit noch zusätzlich. Mit dem Beitritt in den hiesigen Wanderverein, den Sauerländischen Gebirgsverein, aber änderte sich mein Leben und auch mein wenig inniges Verhältnis zu meiner Stadt, was ich heute gerne sage und betone.

Ob das Langeloh, der Wagenbruch mit seinen stark hügeligen Wegen, ob das Grutholz und das Castroper Holz, ob der Kanal mit seinem Schiffshebewerk, das Wäldchen hinter Goldschmieding und die Rennbahn, ob der Hammerkopfturm sowie die Halde Schwerin mit ihrer berühmten Uhr, sie sind **besondere Kleinode in unserer Stadt**, die sich mit Recht **"Europastadt im Grünen"** nennt.

Aber der SGV machte sich auch auf, um die Wanderwelt außerhalb unserer Stadt kennen zu lernen. Natürlich das Sauerland und das Bergische Land, aber auch das Münsterland bis ins Weserbergland und Wiehengebirge. Wer die Wanderwochen in Südtirol, im Elbsandsteingebirge, in der Pfalz, Eifel, Harz, Rhön und auf der Insel Rügen erlebt hat, gerät auch im Nachhinein ins Schwärmen.

Trotz dieser vielen Exkursionen fiel die Heimkehr immer leicht, denn Wandern in dieser **wanderbaren Stadt** ist nun mal unser Hauptzweck. Dass unser Verein viel zu bieten hat, bezeugt nicht zuletzt die hohe Mitgliederzahl von fast 200 Bürgern dieser Stadt. Aber auch neue Mitglieder sind immer herzlich willkommen.

Lieben Gruß und bleiben Sie aktiv!

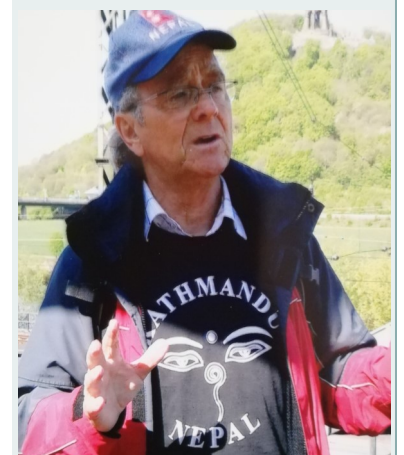
Manfred Pietschmann, stellv. Vorsitzender des SGV Castrop-Rauxel



Newsletter Dez/Jan
2020/21
Ausgabe 6

IN DIESEM HEFT

Ehrenamtsfrühstück	2
Neues vom Haus	3
„Grüne Acht“	4
EvK „Thema Demenz“	6
Neue Angebote „Malteser“	7
Blick über den Tellerrand..	8





Im vergangenen November hat die AWO Ihre ehrenamtlich Aktiven zu einem Austausch mit Frühstück eingeladen. Um die Gruppe nicht zu groß werden zu lassen, bekamen nur die eine Einladung, die unmittelbar im Einsatz für die Bewohnerschaft

sind. Das AWO-Quartierprojekt hat mittlerweile 30 Kontakte zu lieben Menschen, die sich engagieren. Leider ist es in diesem Jahr nicht möglich alle für eine Anerkennung einzuladen, das bedauern wir sehr. Trotzdem möchten wir hier allen Danken!

Grundschüler der Wilhelmschule beschenken unsere Senioren mit einem kreativen Adventskalender



Die Schüler der Wilhelmschule im Quartier Castrop haben sich auch in diesem Jahr etwas für unsere Bewohner überlegt. Ein toller Adventskalender hängt nun an der Verwaltung und

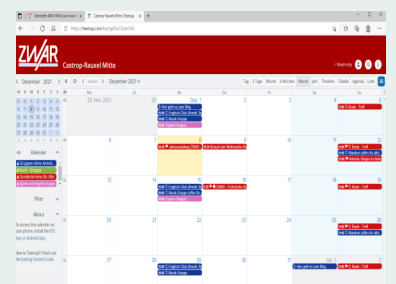
die Bewohner können sich täglich überraschen lassen. Einen herzlichen Dank für die Sprüche, Wünsche und Bastelarbeiten! Eine besinnliche Weihnachtszeit wünschen wir Allen!

ZWAR-Castrop-Mitte feiert 3-jähriges Jubiläum !

Am 31. Oktober feierten die ZWARlerinnen in großer Runde ihr drei-Jähriges Bestehen! 26 Teilnehmer*innen waren zusammengekommen: „Wir haben im Brauhaus Rüttershoff noch Räumlichkeiten für uns gefunden und alle haben bequem an dem langen Tisch Platz gefunden. Einige aus der Boule-Gruppe gingen direkt vom Spiel im Stadtgarten ins Restaurant, andere kamen von zu Hause. Alle ließen es sich beim Mittagessen gut gehen und es war schön, Einzelne, nach deren langer Abwesenheit, wiederzusehen. Dem Geschnatter und der Lautstärke nach haben sich die meisten auch rege unterhalten. Viele fanden es daher eine gute Idee, sich aus diesem Anlass zum Mittagessen zu treffen“.



Wer Interesse hat sich zu beteiligen kann zu den offenen Basis-Treffen in der Paulusgemeinde an der Alleestr.3 kommen, bitte vorher anmelden unter : <https://zwar-castrop-rauxel-mitte.blogspot.com/>



Für weitere Informationen kontaktieren Sie auch den AWO Quartiersmanager Herrn Devrim Ozan unter Mobil 0162-1987743



Karl-Heinz-Köhler

Ehrenamtlicher des Wilhelm Kauer mann Seniorenzentrums ging von uns

Die Zeit des Lockdowns war für uns alle nicht ganz einfach. Auch viele Ehrenamtliche, die viel für das Gemeinwohl getan haben, konnten nicht mehr das tun was Sie am Liebsten taten „für jemand da sein“. Karl-Heinz-Köhler war einer davon, er hat sich im Bewohner Café engagiert, für den Stammtisch gegrillt, war „Spaziergangspate“ und hatte immer ein offenes Ohr für seine Mitmenschen. Leider hat der liebe Gott ihn zu sich geholt. Wir werden ihn vermissen!

Wenn auch Sie sich für ein Ehrenamt interessieren, wenden Sie sich bitte ans Quartiersbüro unter der Mobilnummer 0162 1987743



Menschen entscheiden sich für ein freiwilliges Engagement in Einrichtungen und Projekten der AWO, weil sie dort sinnstiftende Betätigungsfelder für ihre Themen finden. Sie setzen sich für soziale Gerechtigkeit ein, fördern und unterstützen andere und bringen zusätzliche Qualität in AWO Einrichtungen ein. Horst Kiewitt hat sich schon vor Jahren für dieses Amt entschieden und bewegt einiges! Ihm ist besonders wichtig, das viele Bewohner

von seinen Angeboten profitieren. Er hat sich bei der Organisation des Bewohner Cafés eingebracht, hat Blumen auf Balkonen eingepflanzt und ein besonderes Projekt mit Quartiersmanager Devrim Ozan aufgebaut. Auf dem Foto links unten ist ein Ausschnitt seiner Präsentation bei „Wir haben Geschichte“ zu sehen. Herr Kiewitt versucht den Bewohnern alte Geschichten zu entlocken und zeigt besondere Filme. Weiterhin viel Erfolg!



DIE „GRÜNE ACHT“ (NORD) - EINE TOUR VON MARTIN-KÜHL-LUKAS

Martin-Kühl-Lukas vom Ortsverband des ADFC e.V. hat sich für den Quartiersnewsletter auf den Weg gemacht und ist die „Grüne Acht“ für unsere Leser und Radinteressierten abgefahren und beschreibt eindrucksvoll was Sie so erlebenswert macht.

Über fast das gesamte Stadtgebiet von

vorhanden, beschmutzt oder verdeckt durch Buschwerk.

Losgefahren ist Herr Kühl-Lukas am Rathaus, am Hallenbad vorbei (Bild 1 + 2) durch das Grutholz auf dem Westring

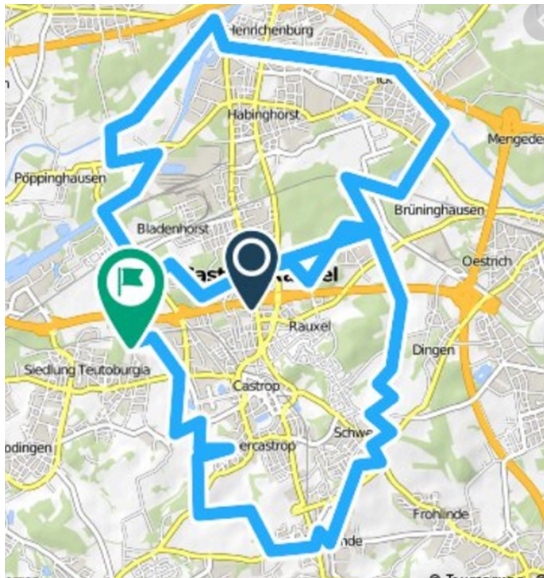


Bild 0

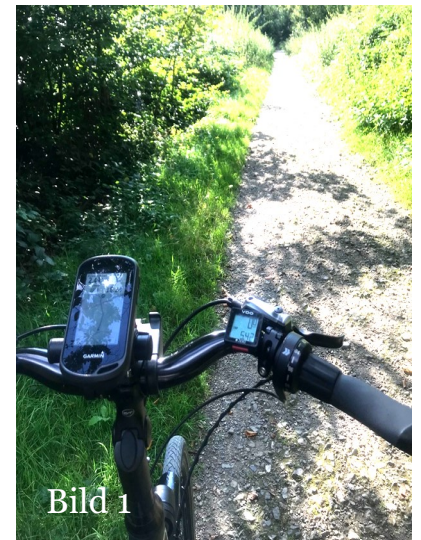


Bild 1

zum Schloss Bladenhorst (Bild 3), weiter über den Rhein-Herne-Kanal (Bild 4) bis zum Emscherradweg.

Castrop-Rauxel verläuft die GRÜNE ACHT, auf der Radfahrer viele Sehenswürdigkeiten und Landschaften erleben können.

Auf bis zu 44 Kilometern Länge bietet sich eine enorme Vielfalt und Abwechslung. Die Route hat die Form zweier miteinander verschlungener Achten, der obere Teil dieser Acht ist der nördliche, der untere der südliche Teil.

Der obere Teil – also vom Stadtmittelpunkt aus – gen Norden ist für alle Radfahrenden gut geeignet mit einer Länge von ca. 25 km. Gut an einem halben Tag zu schaffen.

Der untere Teil gen Süden ist aufgrund der Wegbeschaffenheit und Hügel eher für Mountainbiker und Pedelecs geeignet.

Für diesen Newsletter ist Herr Kühl-Lukas an einem sonnigen Nachmittag die Nordrunde abgefahren, geleitet vom Navigationsgerät (Bild 6), auch wenn es eine Beschilderung (Bild 0) gibt, die auch auf Sehenswürdigkeiten hinweist. Leider sind diese Schilder nicht immer

Ganz viele weitere Informationen und auch Bilder finden sich auch auf folgender Internet-Seite: <https://www.ruhrgebiet-industriekultur.de/radweg-gruene-acht.html>



Bild 2



Bild 3



Bild 4

DIE „GRÜNE ACHT“ (NORD)- EINE TOUR VON MARTIN-KÜHL-LUKAS (TEIL 2)

Auf diesem Radweg einen Besuch wert ist der hölzerne Turm von Kawabata (Bild 7), der im Rahmen der Kunstausstellung 2010 errichtet wurde und (wieder) begehbar ist. Ein wunderbarer Rundumblick von oben...

Bedingt durch den Bau der neuen Brücke („Sprung über die Emscher“) gibt es eine vorbildlich ausgeschaltete Umleitung auf dem Emscher-radweg bis zum Rhein-Herne-Kanal in Höhe von Henrichenburg.

Neben der alten Burg, die abends schön erleuchtet wird, ist natürlich der Schiffsverkehr auf dem Kanal eine Attraktion (Bild 8).

Der nördlichste Punkt der „GRÜNEN ACHT“ ist das Schiffshebewerk (Bild 9), ab hier verläuft die Route dann in Richtung Osten am Kanal durch die Ickerner Heide (Bild 10) entlang bis zum Emscher-Rückhaltebecken (Bild 11) in Ickern im Grenzgebiet zu Dortmund.

Dieses Gelände hat sich in der letzten Zeit zu einem wahren Naturparadies entwickelt mit vielen Wasserpflanzen und Vögeln, die sonst nur selten in Castrop-Rauxel zu finden sind.

An manchen Stellen sind aber auch leider die Hinterlassenschaften von Hunden und ihren unaufmerksamen Besitzern zu finden.

Durch eine kleine Siedlung führt dann der Radweg durch das Naturschutzgebiet Beerenbruch am idyllischen Brunosee vorbei zum Nierholz-Wald. Wer mag, kann hier im Wildgehege die Rehe und Hirsche beobachten, aber auch füttern...

An manchen Stellen – kleine Erhebungen –

sind dir Reste von Bunkern zu sehen: diese Bunker enthielten das Zechen-Dynamit. Das Dynamit wurde damals über die „Nobelbahn“ zur Zeche Erin transportiert.

Der „Krankenhausweg“ führt uns nun zurück zum Rathaus, dem Ausgangspunkt. Wer möchte kann in zwei Lokalen sein Abschluss-Café, Aperol Spritz oder Bier trinken.



Bild 7



Bild 8

Wer die Daten der kompletten Tour der Grünen Acht für sein Navi oder Smartphone haben möchte, melde sich bei Herrn Kühl–Lukas per E-Mail:

castrop-rauxel@adfc-kvre.de



Bild 9

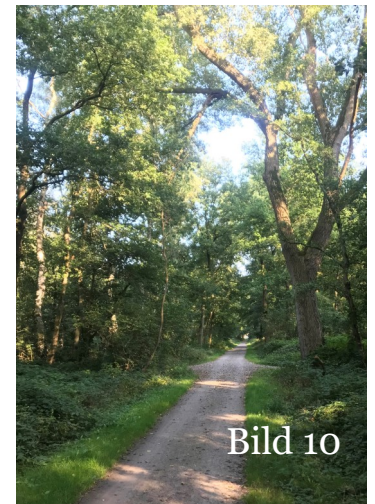


Bild 10



Bild 11

EvK – Gemeinsam für Menschen mit Demenz – Weltalzheimerstag

Kooperationspartner stellen Angebote vor



EIN EIGENER BÜCHERWAGEN FÜR DIE PALLIATIVSTATION

Ehrenamtliche spenden für die Palliativpatienten. Einen Bücherwagen mit einem Literatursortiment, das eigens für die Palliativstation am Evangelischen Krankenhaus Castrop-Rauxel angeschafft wurde, übergaben die ehrenamtlichen Bücherei-Damen des EvK.

Demenz – genau hinschauen – so lautete das Motto des diesjährigen Weltalzheimertags. Regina Kleff, Sozialdezernentin und Beigeordnete der Stadt Castrop-Rauxel, griff bei der Eröffnung der Veranstaltung am Evangelischen Krankenhaus dieses Motto auf, um deutlich zu machen, wie wichtig es grundsätzlich für eine gut funktionierende Gesellschaft ist, hinzuschauen, wie es dem Nächsten geht.

Dr. Holger Gaspers, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Altersmedizin, stellte in seiner Ansprache heraus, dass Demenz das größte Problem des Alters sei. Er verwies auf das umfassende Angebot des EvK im Bereich der Altersmedizin und sicherte zu, dass an der Grutholzallee auch in Zukunft kontinuierlich neue Konzepte entwickelt werden, um äl-

tere Menschen optimal zu versorgen.

Wichtige Voraussetzung für eine umfassende Versorgung ist die enge Zusammenarbeit mit anderen Diensten, Einrichtungen, Berufsgruppen. Deshalb hatten die Besucher*innen an diesem Tag auch die Chance, mit Kooperationspartnern aus dem EVR Netzwerk Geriatrie ins Gespräch zu kommen. Live-Musik und Waffeln, frisch gebacken von den Ehrenamtlichen des EvK, sowie die fröhlichen Späße einer Clownin sorgten für einen heiteren Rahmen. Organisiert wurde die Veranstaltung von Maria Prediger, die als Liaisondienst im EvK eine koordinierende Funktion im Versorgungsprozess älterer Patient*innen hat.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Maria Prediger, Tel.: 02305.102 2557.



Chefarzt Christoph Schildger, Stationsleitung Petra Lückel (i.v.r.) und Pflegekraft Nicole Stickle. Annegret Ringburger, Sieglinde Kirek und Karla Meseke (v.l.) möchten mit dem Bücherwagen den Palliativpatienten während ihres stationären Aufenthalts ein wenig Ablenkung bieten. Das Büchersortiment soll kontinuierlich aktualisiert werden.



Neue Angebote für Senioren in Castrop-Rauxel

Hilfebedürftige Nachbarn

Der Malteser Hilfsdienst Emscher-Ruhr mit Sitz in Castrop-Rauxel startete dieses Jahr gleich drei neue ehrenamtliche Angebote für Seniorinnen und Senioren. **Den mobilen Einkaufswagen**, den **Telefonbesuchsdienst** und das **IT-Senioren-Café**, alle Angebote sind kostenlos. Die Malteser Ehrenamtlichen werden dabei auf ihre neuen Aufgaben vorbereitet und begleitet.

„Mit unserem Mobilen Einkaufswagen möchten wir hochaltrigen Menschen Freude in Ihren Alltag bringen, indem sie selbstständig einkaufen gehen, neue Produkte kennenlernen und in den Austausch mit Gleichgesinnten und Malteser Ehrenamtlichen kommen können“, erklärt **Kevin Holt, Projektreferent von Miteinander Füreinander**.

Der Spaß darf dabei nicht zu kurz kommen, denn es geht um den Kontakt zu anderen Menschen ab 75 Jahren, die allein zuhause leben. Ausgebildete Ehrenamtliche holen die Seniorinnen und Senioren von zuhause ab und unterstützen dabei ihren Einkauf zu erledigen, bei einem netten Plausch im Café Geschichten aus dem Alltag auszutauschen und auf Wunsch die Einkäufe bis in die Wohnung zu tragen.“ Der Mobile Einkaufswagen wird im Rahmen des Projektes Miteinander-Füreinander aufgebaut, welches vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert wird.

„Um den Austausch von älteren und jüngeren Menschen geht es auch bei unseren Telefonbesuchsdienst. Gerade in der Pandemie ist Telefonieren sehr wichtig geworden und ein gutes Angebot, um Einsamkeit und Isolation vorzubeugen“, so Yvonne Afflerbach, Ehrenamtskoordinatorin Ruhrgebiet-Hellweg. Seniorinnen und Senioren, die Interesse am Austausch mit anderen Personen haben, werden von ei-

nem für sie ausgewählten ehrenamtlichen Telefonpartner regelmäßig angerufen. „Der ehemalige Beruf, Hobbies oder alltägliche Geschichten aus dem gemeinsamen Wohnort können Gesprächsthemen sein“, erklärt **Mareike Cremer, ehrenamtliche Leitung des Telefonbesuchsdienstes Emscher-Ruhr**. In der Regel finden die Telefonate einmal die Woche statt, die Dauer kann individuell abgestimmt werden. „Zum Schutz der älteren Menschen vor Trickbetrügern haben wir entsprechende Maßnahmen getroffen. So können die Seniorinnen und Senioren sicher sein, dass sie nur von einem Malteser Ehrenamtler angerufen werden“. „Mit dem IT-Seniorencafé möchten wir Seniorinnen und Senioren die digitale Teilhabe an der Gesellschaft ermöglichen. Dabei werden Ehrenamtliche den älteren Menschen das Smartphone, Internet, Facebook und Co. näherbringen und bei technischen Fragen weiterhelfen.“, erklärt **Yvonne Afflerbach**. Den Ehrenamtlichen werden dabei technische Geräte zur Verfügung gestellt, um den Seniorinnen und Senioren vor Ort Antworten geben zu können. Aber auch eigene technische Geräte können mitgebracht werden. Für alle drei Angebote werden noch interessierte Personen aller Altersgruppen gesucht, die sich gerne ehrenamtlich engagieren oder teilnehmen möchten. Bei Interesse und für weitere Informationen sowie bei Fragen melden Sie sich gerne bei **Yvonne Afflerbach (0175 / 7032290) - E-Mail: info.emscher-ruhr@malteser.org**

Gefördert
durch:



**Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend**



MdL Lisa Kapteinat, MdB Frank Schwabe, Wolfgang Penning, Daisy Gräfin Bernstorff, Bundesministerin Christine Lambrecht, Werner Boneß, Kevin Holt, Lars Wilger

ANGEBOTE AWO-
QUARTIERSPROJEKT CASTROP

ZWAR

- regelmäßige Gruppentreffen
- Boule Treff
- Spaziergangsgruppe
- Frühstückstreff



ADFC

- Radtouren
- Infos zu E-Bikes



Repair Café

Castrop Rauxel

- Reparaturen



Selbsthilfegruppe Pflegender Angehöriger

- Austausch zur Pflege



CAS-TV

- Bürger machen Fernsehen!



AWO

Jugendwerk / Caskultur e.V.

- Freizeitaktivitäten



Herbst und Winter 2021 - im Quartierbüro Ickern Digitaltreff, Energieberatung und Hallenbadtickets

Seit August sind endlich wieder Veranstaltungen im Quartierbüro Ickern möglich.

Gestartet sind die Quartierentwickler mit einem Digital-Treff für Senioren. Der Treff findet am 2. Dienstag im Monat statt und dreht sich um Smartphone, Tablet und Co. Austausch und gegenseitige Unterstützung beim Lernen zu digitalen Themen stehen im Vordergrund.

Im vergangenen Sommer ist Bernd Horstmann von den Stadtwerken CAS ins Quartierbüro „eingezogen“ und bietet jeden Dienstag von 13 bis 17 Uhr Beratung zur energetischen Sanierung im Quartier Ickern an. Das neue Angebot hat großen Zulauf. Ab November gibt es daher in der Reihe der Quartierrundgänge ein Angebot mit Bernd Horstmann, der mit der Thermografiekamera vorführen wird, wo Wärmeverlust an Gebäuden entsteht.

Die Quartierentwickler Anette Pehrsson, Stephan Chilla und Rolf Wöhlke waren im August auf dem Stadtteilfest in Ickern auf dem Marktplatz vertreten (siehe Foto unten) und verlost im „Großen Ickernquiz“ E-Rikscha-Fahrten durch Ickern, eine

Kooperation mit Susanne Gregor-Bähr vom Kolping-Bildungszentrum Ruhr. Zwei weitere Infostände rund um das Thema Pflege gab es im September vor dem Quartierbüro und im Oktober auf dem Wochenmarkt in Ickern. Gemeinsam mit Frank Trzeziak vom BIP CAS und Monika Paul von der Lebenshilfe Waltrop informierten Anette Pehrsson, Rolf Wöhlke und Robin Wöhlke interessierte Bürger*innen zur häuslichen Pflege und zur Tagespflege.

Rolf Wöhlke hat nach dem Ende der Freibadsaison nun wieder Karten für das Hallenbad im Verkauf. Begeisterte Schwimmer können sie montags bis freitags von 8 bis 13 Uhr im QEBüro erwerben, donnerstags von 15.30 bis 18 Uhr. In der Vorweihnachtszeit kann man den „Lebenden Adventskalender“ der kath. Gemeinde Corpus Christi CAS vor dem Quartierbüro Ickern bestaunen. Der Shantychor Ickern wird bei Glühwein und Lebkuchen weihnachtliche Lieder anstimmen. Anfang des kommenden Jahres 2022 wird Anette Pehrsson eine Schreibwerkstatt zum biografischen Schreiben anbieten. Wer also Lust hat, die Geschichte(n) seines Lebens unter fachkundiger Anleitung und in einer kleinen Gruppe aufzuschreiben, der kann sich ab sofort bei Anette Pehrsson anmelden. Wer generell Interesse an ehrenamtlicher Mitarbeit im Quartier Ickern hat, z.B. im regelmäßigen Digital-Lerntreff, in der Schreibwerkstatt oder wer eine eigenen Idee umsetzen möchte, der melde sich bitte im Quartierbüro (Stettiner Straße 2) bei Anette Pehrsson unter Telefon 023 05 - 70 44 880 oder bei Rolf Wöhlke unter Telefon 02305 - 70 44 881



Impressum Quartiersprojekt Castrop

Wilhelm-Kauermann- Seniorenzentrum

Bahnhofstr.83a
44575 Castrop Rauxel
Telefon: 02305 -103-399
Mobil: 0162-1987743
qtm-castrop-rauxel@awo-
ww.de
www.awo-ww.de

Redaktion:
Devrim Ozan

Mitarbeit :
Christa Dreifeld, Anette
Pehrsson



gefördert von:

DEUTSCHE
Fernsehlotterie
macht mehr als glücklich



Arbeiterwohlfahrt
Bezirksverband
Westliches Westfalen e.V.