



**Altenzentrum
Porz-Urbach**

SPRACHROHR

Herbst 2026



Inhaltsverzeichnis

Grußwort.....	Seite 3
Auf ein Wort.....	Seite 4
Musik im Altenzentrum.....	Seite 5
Alt und jung gemeinsam.....	Seite 9
Tanz in den Mai.....	Seite 11
Besuch der Bundestagsabgeordneten Sanae Abdi.....	Seite 12
Schützenfest.....	Seite 13
Sommerfest.....	Seite 15
Galaktisches Altenzentrum – Sommerfest.....	Seite 16
Aloha-Hawaiianische Woche im Altenzentrum.....	Seite 17
Clownastik - Wenn Bewegung ein Lächeln trägt.....	Seite 18
Hausbewohner erinnern sich.....	Seite 19
Der Mensch muss demütig werden.....	Seite 21
Neue Orgel in der Kapelle.....	Seite 22
Der Herbst in Gedichten.....	Seite 24
Witze.....	Seite 25
Rätsel.....	Seite 26
Hausnachrichten.....	Seite 27
Termine / Vorankündigungen.....	Seite 30



Grußwort

Wer rastet, der rostet:

dieses vertraute Sprichwort bringt sehr treffend auf den Punkt, wie entscheidend Beweglichkeit für unsere Gesundheit, Unabhängigkeit und Lebensqualität ist. Mit zunehmendem Alter gewinnt regelmäßige Aktivität immer mehr an Bedeutung. Während viele körperliche Funktionen im Laufe der Jahre ganz natürlich nachlassen, können wir durch gezielte Bewegung diesen Veränderungen aktiv entgegenwirken und das persönliche Wohlbefinden nachhaltig fördern und drohende Pflegebedürftigkeit beeinflussen.



Ein besonders wichtiger Aspekt ist der Erhalt der eigenen Selbstständigkeit im Alltag. Regelmäßige Bewegung stärkt die Muskulatur, verbessert die Beweglichkeit der Gelenke und fördert die Ausdauer. Dadurch fällt es leichter, alltägliche Abläufe – wie z.B. Treppensteigen, Einkaufen, Spaziergehen und das Aufstehen aus dem Sessel – selbstständig zu bewältigen. Gleichzeitig wird das Risiko von Stürzen spürbar reduziert, da Gleichgewicht und Koordination gezielt geschult werden. Die Bewegung hat darüber hinaus noch zahlreiche weitere positive Auswirkungen auf die Gesundheit. Körperliche Aktivität kann das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ 2, Osteoporose und Bluthochdruck senken. Zudem unterstützt sie

das Immunsystem und hilft dabei, ein gesundes Körpergewicht zu halten.

Neben der körperlichen Fitness profitiert auch die geistige Gesundheit: Bewegung fördert die Durchblutung des Gehirns, unterstützt die mentale Leistungsfähigkeit, kann Stress abbauen und die Stimmung heben. Und nicht zuletzt bringt Aktivität Menschen zusammen und kann so der Einsamkeit entgegenwirken! Ob bei Gymnastikangeboten, bei Bewegungsspielen oder Spaziergängen – die Bewegung in der Gruppe stärkt das Miteinander und macht einfach Freude.

Wichtig ist stets, dass Art und Intensität an Ihre individuellen Voraussetzungen angepasst werden. Auch mit gesundheitlichen Einschränkungen lässt sich aktiv Wohlbefinden schaffen. Schon kurze Bewegungseinheiten mehrmals pro Woche zeigen spürbare positive Effekte.

Kurzum: Bewegung ist ein zentraler Baustein für ein gesundes, selbstbestimmtes und erfülltes Leben. Bleiben Sie also aktiv und in Bewegung – genießen Sie die herbstliche Jahreszeit und tun Sie sich etwas Gutes!

Herzliche Grüße,

Albert Thönniges

Agata Globisch

Auf ein Wort

Liebe Bewohnerinnen und Bewohner des Altenzentrums Urbach, liebe Angehörige und Besucher unseres Hauses,

ich habe den Eindruck, dass die Jahre immer kürzer werden. Wenn Sie diese Zeilen lesen, hat der Herbst bereits Einzug gehalten. „Bunt sind schon die Wälder, gelb die Stoppelfelder und der Herbst beginnt“. Ein sehr schönes Lied, das ich als Kind schon kennengelernt habe. – Aber ich bin auch sehr nachdenklich geworden, als ich folgenden Abschnitt in dem „Hausbuch der Christlichen Familie“ gelesen habe:



„Kornfelder fressende Mähdrescher, schwer lastige Traktoren und andere Maschinen haben stimmungsvolle Bilder von Schnittern und goldenen Garben zur Erntezeit verdrängt. Industrie und Chemie produzieren in unserer Landwirtschaft immer höhere Erträge. Butterberge und Überproduktion von Obst und Gemüse haben jeden Gedanken an Not und Sorge um eine gute Ernte weit verdrängt“.



Früheren Generationen war die Notwendigkeit zum Danken aufgrund vielfältiger Abhängigkeiten nur zu offensichtlich. Die Angst um ein gutes Wetter wurde hineingenommen in das Bittgebet: „Dass Du die Früchte des Feldes segnen und erhalten wollest! Wir bitten dich, erhöre uns!“

Alle Hände hatten in der Erntezeit zu tun, um das gute Wetter zu nutzen und eine Missernte abzuwenden: Das Korn wurde gemäht, gebunden und aufgerichtet, um nach einigen Tagen des Trocknens in die Scheune gefahren zu werden. Das Einbringen der letzten Fuhre wurde so zu einem wichtigen Ereignis im Ablauf des Jahres. Erntewagen und Erntewerkzeuge wurden besonders geschmückt. Alles mündete ein in ein großes Erntedankfest, bei dem mit reichlich Essen und Trinken, Spielen und Tanzen gefeiert wurde. Die Erntedankfeier wurde zum Höhepunkt der alltäglichen Lebenssorge, „sein Brot zu verdienen“.

Ja, es stimmt. Die Maschinen haben uns viel Arbeit und Sorge abgenommen. Und doch bleibt, was ich als Priester bei der Gabenbereitung still bete: Sei gepriesen Herr, unser Gott, *Du* schenkst uns das Brot, (den Wein) die Frucht der Erde und der menschlichen Arbeit. Es ist also auch heute gut, Gott zu danken für die Gaben, die er uns immer wieder schenkt.

Ich wünsche Ihnen einen bunten Herbst voll Dankbarkeit über die Früchte der Erde und der menschlichen Arbeit.

Ihr Pastor Karl-Heinz Peter

Musik im Altenzentrum

Frühlingskonzert des Damenchores

Auch in diesem Jahr kam der Damenchor Urbach unter Leitung von Frau Möller zu einem Frühlingskonzert im Altenzentrum vorbei. Neben Liedern wie „Wunder geschehen“ und „Rock my soul“, kamen auch Lieder wie „My Bonnie is over the ocean“ besonders gut bei den Bewohnern an und luden zum Mitsingen ein. Frühlingshafte Impulse, wie



ein Gedicht zum Frühlingserwachen, trotzten dem regnerischen Wetter und brachten erste Frühlingsmomente in den Josef Bachem Saal.

Wir freuen uns bereits auf den nächsten Besuch des Damenchores Urbach im Dezember diesen Jahres.

Maike Dewenter

Jazz-Port-Duo

Zur Freude vieler Zuhörer war Dirk Priegnitz mit seinem Tenorsaxophon und Michael Teichen mit Keyboard wieder einmal im Josef-Bachem-Saal zu Gast. Nach kurzen Erklärungen zum Stück und zur Entstehung erklangen dann Swing, Blues, Walzer und Boogie-Woogie Melodien, wie z.B. der „St.Louis-Blues“ von W.C.Handy, „Padam padam“ von Edith Piaf, „You are the sunshine of my life“ von Stevie Wonder, „Puttin' on the Ritz“ von Irving Berlin und viele anderen bekannte oder weniger bekannte Stücke. Der ansteckende Rhythmus der Musik ging direkt in die Beine und animierte zum Mitwippen. Ohne Zugabe durften die beiden Musiker natürlich nicht von der Bühne und sie begeisterten dann mit dem Swing „Bei mir bist du schön“, 1938 bekannt gemacht durch die Andrews Sisters.



Sigrid Reusch Kiesow

Irische Musik mit Fragile Matt

Am 19.05.2026 begeisterte die Band Fragile Matt die Bewohner des Altenzentrums mit einem mitreißenden und energiegeladenen Konzert voller irischer Volksmusik. Mit schwungvollen Liedern und traditionellen Klängen sorgten die Musiker schnell für beste Stimmung und nahmen die Zuhörer mit auf eine musikalische Reise nach Irland.



Begleitend erzählten die Bandmitglieder zahlreiche humorvolle Anekdoten über das Brauchtum und den Alltag „der Iren“, die viele Besucher zum Schmunzeln brachten. Geschichten von kleinen Dörfern mit nur 17 Einwohnern und gleich zwei Pubs, von Hochzeiten, die eine ganze Woche lang gefeiert werden, und viele weitere unterhaltsame Erzählungen lockerten den Nachmittag auf und vermittelten ein Stück irische Lebensfreude.

So wurde der Auftritt von Fragile Matt zu einem abwechslungsreichen Erlebnis, das Musik, Humor und irisches Flair auf besondere Weise miteinander verband.

Maike Dewenter

Kölsche Musik von Canta Colonia a capella op Kölsch



Am 17.06.2026 fand der Auftritt des kölschen Mundartchors Canta Colonia im Innenhof des Altenzentrums Porz-Urbach statt. Bei sonnigem Wetter und bei gut besuchten Besucherreihen sang der Chor ein breites Repertoire von Liedern. Begleitet wurde der Chor am Klavier. Der Pianist des Chores führte auch thematisch durch das Programm und informierte über die Entstehungsgeschichte der Lieder. So gab er die Anekdote zum sogenannten „letzten Lied“ von Willi Ostermann preis. Dieses letzte Lied „*Heimweh nach Köln*“, ist besser bekannt unter der Liedzeile „*Ich mööch zo Fuß nah Kölle gon*“ (Ich möchte zu Fuß nach Köln gehen). Die Verse und den Refrain schrieb er schwer krank im Kölner Krankenhaus Lindenburg (dem heutigen Universitätsklinikum). Er konnte es nicht mehr fertigstellen. Thomas Liessem, einer seiner engsten Freunde, soll es „textlich vollendet“ haben. Liessem trug das Lied bei Ostermanns Beerdigung am 10. August 1936 auf dem Friedhof Melaten vor.

Das Repertoire umfasst aktuelle und ältere Brauchtumslieder wie „Heimweh nach Kölle“ oder „Colonia Colonia“ bis hin zu international bekannten Liedern, die der Chor mit kölschen, selbst geschriebenen Texten übersetzte. Gerade die



bekannten kölschen Lieder luden zum Schunkeln und Mitsingen ein. Auch die spontane Anfrage einer Zuhörerinnen nach den „Stäanen“ von den Klüngelköpp wurde aufgegriffen.

Die Ursprünge von Canta Colonia reichen bis ins Jahr 2014 zurück. In seiner heutigen Besetzung singt der Chor seit 2018 zusammen und pflegt mit viel Engagement die kölsche Sprache und Liedkultur. Der Auftritt im Altenzentrum Porz-Urbach zeigte einmal mehr, wie lebendig und generationsübergreifend die Begeisterung für die kölsche Musik ist.

Schellackschätzchen



Zum Thema „Allroundtalent der Wirtschaftswunder-Jahre: Caterina Valente“

Ende April fand wieder ein Vortrag mit Klaus Gehrke zu den „Schellack Schätzchen“ rund um Caterina Valente statt. Caterina Valente war eine vielseitig begabte Künstlerin, sie tanzte, stand vor der Kamera - und vor allem gehörte sie zu den bedeutendsten Schlagerstars der 50er und 60er Jahre. Während sie im Ausland vor allem als versierte Jazzinterpretin geschätzt wurde, verzauberte die junge Sängerin das deutsche Publikum mit mal schwungvollen, mal romantischen Schlagern. 1931 in Paris geboren, begann Caterina Valente ihre Karriere ab 1954 in der jungen Bundesrepublik. Viele ihrer frühen Schlager, wie beispielsweise *"Ganz Paris träumt von der Liebe"* wurden schnell zu Evergreens. Auch zusammen mit ihrem Bruder Silvio Francesco veröffentlichte sie unter unterschiedlichen Pseudonymen wie Club Manhattan, Club Honolulu, Club Argentina, Club Indonesia oder Club Italia, zahlreiche Duette. Einer der bekanntesten war wohl *„Steig in das Traumboot der Liebe“*.

Auch gemeinsam mit ihrem Bruder sang sie lustige und auch gesellschaftskritisch angehauchte Lieder wie 1960 das Lied zum *„Itsy Bitsy Teenie Weenie Honolulu-Strand-Bikini“*.



Klaus Gehrke erzählte aus dem Leben und Werdegang einer außergewöhnlich talentierten Frau und weckte damit Erinnerungen und lud unsere Bewohner zum Mitsingen oder Mitwippen ein.

Maike Dewenter

Alt und jung gemeinsam Maibaumschmücken mit der Kita

Bei strahlendem Sonnenschein besuchten uns 14 Kinder und deren Erzieherinnen unserer Partnerkita Hermann- Löns- Straße.



Nachdem einige Frühlings- und Mailieder mit Gitarrenbegleitung von Frau John gesungen wurden, widmeten sich die Kinder mit viel Elan dem Schmücken der Maibäume.

In diesem Jahr wurden zum ersten Mal drei Bäume geschmückt, da sich auch die Mieter einen Maibaum gewünscht hatten.

Zahlreiche Bewohner nahmen an dem Besuch der Kita teil, schmückten vereinzelt mit und erzählten mit den Kindern, die gerne mehr über die Tradition des Maibaumstellens wissen wollten. Das Highlight war dann das Aufstellen der Bäume durch die Kollegen der Technik.

Die Bewohner freuen sich schon auf den nächsten Besuch der Kindergartenkinder.



Maike Dewenter

Besuch des Waldmalers

Seine Leinwand ist aus Rinde. Sein Atelier ist der Wald!



Am 22. Juli 2026 hatten unsere Bewohnerinnen und Bewohner gemeinsam mit den Kindern der Kita Hermann-Löns-Straße einen ganz besonderen Gast: den „Waldmaler“ Wolfgang Schieffer (69). Fünf Bewohner und fünf Kinder, die nach den Sommerferien als Vorschulkinder starten, erlebten einen kreativen Vormittag der besonderen Art.

Gemalt wurde nicht auf Papier oder Leinwand, sondern auf gespaltenen Holzstücken. Mit Acrylfarben entstanden einzigartige Kunstwerke, deren Gestaltung durch die natürliche Rindenstruktur und die Maserung des Holzes

beeinflusst wurde. So entwickelte jedes Bild seinen eigenen Charakter.

Doch was ist eigentlich Waldmalerei? Wolfgang Schieffer entdeckte seine Leidenschaft für die Malerei erst im Jahr 2013. Inspiriert von seiner Liebe zur Natur hält er seitdem Landschaften und Naturstimmungen in Pinsel- und Spachteltechnik fest. Seine Bilder entstehen häufig auf außergewöhnlichen Naturmaterialien und verbinden Kunst und Natur auf besondere Weise. Seit 2026 ist er Mitglied im Kölner Maler-Kreis.



Die gemeinsame Malaktion wurde durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn



ermöglicht. Der Verein stellte die benötigten Materialien wie Farben und Holz zur Verfügung und war zudem mit zwei Vertreterinnen persönlich vor Ort. Der Förderverein wurde auf Initiative der Sparkasse KölnBonn gegründet und setzt sich als eigenständiger Verein dafür ein, die Städte Köln und Bonn mit kreativen und gemeinnützigen Projekten noch lebenswerter zu gestalten.

Maike Dewenter

SPRACHROHR AUS DEM ALTENZENTRUM PORZ-URBACH, HERBST 2026

Dank der großzügigen Unterstützung der Sparkasse können immer wieder Projekte realisiert werden, die Begegnungen zwischen den Generationen fördern.

Die Bewohnerinnen und Bewohner sowie die Kinder setzten ihre ganz unterschiedlichen Ideen mit viel Fantasie um. Es entstanden beeindruckende Kunstwerke, auf die alle Beteiligten – insbesondere die Kinder – mit Recht stolz sein konnten. Der kreative Vormittag zeigte einmal mehr, wie bereichernd gemeinsame Erlebnisse zwischen Jung und Alt sein können und wie Kunst Menschen miteinander verbindet.

Wir hoffen jetzt schon auf ein Wiedersehen mit dem Waldmaler im Herbst.

Tanz in den Mai

Auch in diesem Jahr feierten die Bewohner*innen mit Mister Musik, Jürgen Vorath, den „Tanz im Mai“.



Bei einem stimmungsvollen Fest mit reger Teilnahme auch von Angehörigen und externen Besuchern wurde anhand des Mai Quiz das monatsbezogene Wissen der Besucher erfragt und die Maikönigin durch Ziehung aus den korrekten Lösungsbögen erkoren.

In diesem Jahr wurde Frau Karin Sroka zur strahlenden Gewinnerin. Sie wurde zur Maikönigin 2026 gekrönt, erhielt einen Präsentkorb des Hauses und machte bei ihrem Eröffnungstanz auf der Tanzfläche eine gute Figur.



Maike Dewenter

Besuch der Bundestagsabgeordneten Sanae Abdi

Am 27.05.2026 besuchte die Bundestagsabgeordnete Sanae Abdi das Altenzentrum. Im Rahmen der nachmittäglichen Cafeteria nahm sich die Abgeordnete für die Kölner Innenstadt, Kalk und Porz Zeit für den persönlichen Austausch mit Bewohnern sowie interessierten Nachbarn.



In angenehmer Atmosphäre wurden verschiedene politische Themen diskutiert, die die Bewohnerinnen und Bewohner direkt oder indirekt betreffen. Besonders im Fokus standen Fragen rund um die Pflege, darunter die geplante

Pflegereform, die Umstrukturierung der Pflegegrade sowie die anstehende Rentenreform. Die Bewohner nutzten die Gelegenheit, von ihren persönlichen Erfahrungen zu berichten und ihre Anliegen offen anzusprechen. Frau Abdi nahm zu den angesprochenen Themen Stellung und beantwortete Fragen der Anwesenden.

Auch das Thema Ehrenamt spielte im Gespräch eine wichtige Rolle. Frau Abdi, die derzeit Mitglied im Ausschuss für Sport und Ehrenamt ist, betonte die gesellschaftliche Bedeutung ehrenamtlichen Engagements und würdigte den Einsatz der vielen Ehrenamtlichen im Altenzentrum.

Die Politikerin wurde am 7. Juli 1986 in Tetouan, Marokko, geboren, ist in Lüdenscheid aufgewachsen und in Köln zuhause. Sie hat Jura studiert und ist seit 2021 Mitglied des Deutschen Bundestages und dort entwicklungspolitische Sprecherin der SPD-Bundestagsfraktion.

Der Besuch wurde von den Bewohnern als wertvolle Gelegenheit empfunden, politische Themen direkt mit einer Bundestagsabgeordneten zu besprechen und eigene Erfahrungen einzubringen.

Maike Dewenter

Schützenfest

Platzkonzert der Urbacher Schützen im Zeichen besonderer Jubiläen

Am 27. Juni 2026 fand das traditionelle Platzkonzert der Schützenbruderschaft St. Hubertus von 1926 e.V. Urbach mit vorausgehendem Gottesdienst im Altenzentrum



statt. In diesem Jahr stand die Veranstaltung ganz im Zeichen eines besonderen Jubiläums: Die Schützenbruderschaft feierte ihr 100-jähriges Bestehen. Gleichzeitig blickt auch die Jugendabteilung der Bruderschaft auf eine beeindruckende 90-jährige Geschichte zurück.

Aufgrund der außergewöhnlich hohen Temperaturen wurde der ursprünglich im Freien geplante Gottesdienst kurzfristig in die Kapelle des Altenzentrums verlegt. Bei gefühlten Saunatemperaturen segnete Pfarrer Peter im feierlichen Rahmen der Heiligen Messe die neugestaltete Fahne der Schützenbruderschaft St. Hubertus von 1926 e.V. Im Anschluss fand das traditionelle Platzkonzert im offenen Bereich des Treppenhauses statt.

Für die musikalische Gestaltung sorgten erneut das Tambourcorps Grün-Weiß Bonn-Oberkassel sowie die Musikfreunde Nippes. Der langjährigen Tradition folgend spielten sie für die



Bewohnerinnen und Bewohner des Altenzentrums, die das Konzert sowohl im Altenclub als auch auf den umliegenden Fluren rund um das Treppenhaus mit großer Freude verfolgten. Die besondere Atmosphäre und die vertrauten Klänge sorgten einmal mehr für einen stimmungsvollen Nachmittag.

In einer kurzen Ansprache gratulierte Herr Thönniges der Schützenbruderschaft herzlich zum 100-jährigen Gründungsjubiläum. Gleichzeitig dankte er den Schützen

für ihre langjährige Verbundenheit mit dem Altenzentrum und sprach die Einladung aus, diese schöne Tradition auch in den kommenden Jahren fortzuführen und das Altenzentrum weiterhin als Austragungsort des Platzkonzerts zu wählen.

Der Erste Brudermeister Harald Zsambok bedankte sich seinerseits bei Pfarrer Peter für den gelungenen Gottesdienst. Ein besonderer Dank galt außerdem „Rosi“, die gemeinsam mit ihrer Schwester auch in diesem Jahr wieder die beliebten herzhaften Schnittchen – insbesondere auf Paderborner Landbrot – mit viel Engagement zubereitet hatte.

Nach dem Platzkonzert setzte die Schützenbruderschaft am Bungert und an ihrem Schützenheim fort.

Maike Dewenter

Schützengedicht

vom Pfarrer Peter im Gottesdienst vorgetragen

*Wer vorn mit freundlichem Gesicht,
doch hinterm Rücken schlechtes spricht;
Wer nur den eignen Nutzen kennt,
und Dir nicht Deinen Posten gönnt;
Nach oben krummen Buckel macht;
Nach unten tritt und höhnisch lacht,
das ist ein schlechtes Luder,
bestimmt kein Schützenbruder.*

*Wer handelt aber - wie ein Freund,
der mit Dir lacht und mit Dir weint;
Der gradheraus die Meinung sagt,
weil ihm Dein Fehler nicht behagt;
Der trotzdem für Dich geradesteht;
Der niemals Treuebruch begeht;
Der nicht allein beim Schützenfest,
auch sonst als Mensch Dich gelten lässt:
der hilft in Not mit Rat und Tat,
der ist ein Schützenkamerad.*

(Verfasser unbekannt)



Sommerfest



Galaktisches Altenzentrum – Sommerfest

Unter dem Motto „**Galaktisches Altenzentrum**“ feierte das Altenzentrum Porz-Urbach ein gelungenes Sommerfest mit zahlreichen Gästen. Bewohnerinnen und Bewohner, Angehörige, Mieter, Teilnehmende des Seniorennetzwerks sowie Freunde des Altenzentrums verbrachten gemeinsam einen abwechslungsreichen Nachmittag.

Den Auftakt bildeten Kaffee und Kuchen, bevor Heimleiter Albert Thönniges die Gäste herzlich begrüßte. Für viel Freude sorgte anschließend der Auftritt der katholischen Kindertagesstätte Mühlenweg. Ein besonderes Highlight war die beeindruckende Darbietung des Drohnenmagiers Jean Olivier. Musikalisch begleitet wurde das Fest von Jürgen Vorrath, der als „Mister Musik“ den Bewohnern bereits gut bekannt ist.

Anschließend wurden sowohl der Quizgewinner als auch der Hauptgewinner der Tombola bekannt gegeben. Beim diesjährigen Quiz freute sich der Gewinner über einen Präsentkorb. Der Hauptpreis der Tombola, ein Gutschein der Köln-Düsseldorfer Rheinschifffahrt GmbH, sorgte für große Freude. Der Erlös der Tombola kam dem Förderverein des Altenzentrums zugute.

Den gelungenen Abschluss bildete ein gemeinsames Grillen. Das Sommerfest wurde durch das Engagement der hauptamtlichen Mitarbeitenden und die tatkräftige Unterstützung zahlreicher ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer ermöglicht. Die Veranstaltung bot viele schöne Begegnungen, gute Unterhaltung und stärkte einmal mehr das Miteinander im Altenzentrum Porz-Urbach.

Maike Dewenter



Aloha-Hawaiianische Woche im Altenzentrum

In der 2. Septemberwoche stand alles im Zeichen der Südsee: Cafeteria und Speisesaal waren entsprechend dekoriert und auch das Gruppenprogramm stand unter diesem Motto. Die Küche hatte den Menüplan hawaiianisch angepasst; so gab es „Kalua Pork mit Aloha Gemüse“, Rinderstreifen „Hawaii-Art“ mit Kokosmilch, „Mahi-Mahi Filet“ und auch warmes polynesisches Bananenbrot mit Vanille-Kokossoße. In der Cafeteria konnte an einem Nachmittag der „Honolulu-Eisbecher“ bestellt werden.



Höhepunkt der Woche war ein hawaiianischer Nachmittag. Mit Blumenketten geschmückt und einem Fruchtcocktail in der Hand warteten alle ganz gespannt auf Birgit Tembrink, die den Besuchern die Geschichte des Inselstaates, die hawaiianische Lebensart und natürlich den Hula näher bringen wollte.

Begeistert von der Kultur des Landes erklärte sie den Aloha-Spirit, der mehr bedeutet wie nur eine Begrüßung: er symbolisiert die tief verwurzelte Wertschätzung und Respekt der Hawaiianer gegenüber

dem Anderen und der Umgebung, gegenüber allem Leben und betont Freundschaft und Harmonie.

So hat auch der Hula-Tanz einen ganz besonderen Stellenwert auf Hawaii: mit ihm werden Gedichte und Geschichten über das Land erzählt und der spirituelle Aspekt spielt eine tiefe Rolle, der Hula spricht somit die Sprache des Herzens. Frau Tembrink betonte, dass jede Bewegung im Tanz eine ganz eigene Bedeutung hat und ihn zu tanzen glücklich mache, das Herz öffne und ein Lächeln auf die Lippen zaubere. Nachdem sie dies



eindrucksvoll mit verschiedenen Tänzen deutlich gemacht hatte, waren alle gefordert: Zunächst wurden die Bewegungen für „das Leben genießen“, den „Sonnenaufgang“, die „Palme, die sich leise im Wind bewegt“, die „Wellen“ und die „kreisenden Wolken“ geübt, dann ging es mit Musik zur Umsetzung und der Tanz hat tatsächlich ein Lächeln auf die Lippen der Besucher gezaubert!

Sigrid Reusch Kiesow

Clownastik - Wenn Bewegung ein Lächeln trägt

Mein Name ist Michaela Runkel. Ich bin Physiotherapeutin, Gymnastiklehrerin und als Bewegungsclownin „Karla Konfetti“ unterwegs. Mit meinem Angebot Clownastik besuche ich Senioreneinrichtungen und schenke den Bewohnerinnen und Bewohnern



besondere Momente voller Bewegung, Begegnung und Lebensfreude.

Clownastik ist eine kreative Verbindung aus Clownerie und Bewegung. Mit Humor, spielerischen Übungen und Alltagsgegenständen wie Tüchern, Wäscheklammern oder Bällen

werden Körper, Geist und Fantasie angeregt.

Ob in kleinen Gruppen, auf den Wohnbereichen oder bei persönlichen Zimmerbesuchen, wichtig ist mir, Menschen dort abzuholen, wo sie sich gerade befinden. So entstehen gemeinsame Erlebnisse, schöne Begegnungen und oft auch herzhaftes Lachen.



Die Clownastik im Altenzentrum Porz-Urbach wird durch die Unterstützung des Fördervereins ermöglicht. Dafür gilt ihm ein herzliches Dankeschön.

Hausbewohner erinnern sich

Margit Wagner (92): Von der Elbe an den Rhein

Über 80 Jahre war Margit Wagner in Dresden zu Hause, hat alle Höhen und Tiefen dieser Stadt miterlebt. 1934 geboren, wohnte die Familie mit drei Kindern inmitten der Altstadt zur Miete. Der Vater war Kaufmann und handelte mit Tabak.



Glanz und Schönheit der Stadt, die wegen ihrer Kunstsammlungen und ihrer barocken Architektur den Beinamen Elbflorenz trug, waren in Gefahr, als der Zweite Weltkrieg ausbrach. Von den Bombardierungen der deutschen Städte wurde auch Dresden, spät, aber um so heftiger, nicht verschont.

Das Ende des Krieges war absehbar, und die Stadt war überfüllt mit Menschen, die vor der nahenden Front aus dem Osten geflohen waren.

"Mit 11 Jahren erlebte ich die Bombennacht von Dresden. Das Datum 13. Februar 1945 hat sich in mir festgesetzt. Ich werde es nie mehr vergessen. Es fällt mir schwer, noch darüber zu

sprechen. Wie man da durchgekommen ist, - ich weiß es nicht."

Zuflucht und Unterkunft fand die Mutter mit den Kindern bei der Großmutter auf der anderen Seite der Elbe in der Neustadt, die weniger zerstört war.

Als der Vater aus der Gefangenschaft zurückkam, fragte der dreijährige Bruder: "Onkel, wo willst du hingehen?"

Im Mai war der Krieg zu Ende, und das Land wurde geteilt in Ost und West; DDR und BRD wurden gegründet. Im Osten bestimmte jetzt die Partei, die "Sozialistische Einheitspartei Deutschlands" (SED) das Alltagsleben der Bürger - und sie überwachte es auch!

Schon früh war für Margit die Neigung zur Musik und ein Talent zum Tanz erkennbar. Das müssen wir unterstützen, das Talent ist vorhanden, erkannten die Lehrer.

"Mit 15 Jahren begann ich gegen den Willen meines Vaters eine Ausbildung als Balletttänzerin." "Lern`erst mal einen ordentlichen Beruf", das war seine Meinung.

"Eine Gruppe von etwa zwanzig Bewerbern mußte dem Direktor des Staatsopernballetts vorführen, welche tänzerischen Fähigkeiten schon vorhanden waren. Ich hatte schon zweimal wöchentlich privaten Unterricht genommen. Drei Mädchen aus der Gruppe hatten es geschafft und ich war dabei."

Nach dreijähriger erfolgreicher Ausbildung wurde Margit in das Ensemble der Staatsoper übernommen.

"Als ich zum erstenmal auf der Bühne stand, mußte der Vater mit zur Aufführung. Er gab daraufhin seinen Widerstand auf. Mutter hat immer hinter mir gestanden."

SPRACHROHR AUS DEM ALTENZENTRUM PORZ-URBACH, HERBST 2026

Die Anforderungen waren hoch, jeden Tag drei Stunden Training und oft am Abend und am Wochenende auf der Bühne. Im Ausland gab es Auftritte in Prag, Budapest und auch in Moskau.

"In der Kantine der Oper lernte ich meinen späteren Mann kennen. Er war als Hornist in der berühmten Staatskapelle. 1957 heirateten wir. Drei Kinder wurden geboren, ein Sohn und zwei Töchter."

Mit Dreißig wurden die Ballettschuhe an den Nagel gehängt, die Familie hatte Vorrang.

Die musikalischen Talente gingen nicht verloren, alle wurden weiter vererbt. Die Kinder wechselten von der Volksschule direkt auf die Musikhochschule. Die Töchter studierten Gesang, der Sohn Orchestermusik und spielt Geige.

"Den Gesang haben sie vom Vater, ich konnte gar nicht singen."

Obwohl die Kinder im Sozialismus mit den üblichen Stationen "Junge Pioniere" und FDJ aufwuchsen, konnte man sich mit dieser Weltanschauung nicht anfreunden. Es wurden Ausreiseanträge gestellt. Vor Genehmigung mußte der Sohn noch seinen 15-monatigen Wehrdienst bei der Nationalen Volksarmee ableisten.

"Mein Mann durfte ab dem Zeitpunkt an keinen Auslandskonzerten mehr teilnehmen." Immer wieder kam es vor, daß bei den Reisen, insbesondere in westliche Länder, Teilnehmer des Ensembles trotz Überwachungen nicht wieder mit zurückkamen.

Glücklichen Fügungen ist es wohl zu verdanken, daß die Kinder im Westen ankamen und Dank ihres musikalischen Könnens gute Engagements bekommen haben. Die Töchter in Köln an der Oper, der Sohn in Braunschweig.

Als nach der Wende der Zugang zu den Unterlagen des Staatssicherheitsdienstes (Stasi) ermöglicht wurde, stellte Familie Wagner auch einen Antrag auf Einsichtnahme. Überrascht waren sie nicht, daß sie überwacht wurden. Überrascht waren sie nur, wer die Überwacher waren. Ein Nachbar, der immer sehr freundlich zu ihnen war, beobachtete und meldete gehorsamst. Und auch im Orchester des Mannes hatten zwei Musiker ein kritisches Auge auf ihn geworfen.

"Mit 82 Jahren starb mein Mann, und ich zog 2011 zu meinen Töchtern nach Köln."

Seit April dieses Jahres lebt Frau Wagner bei uns im Altenheim.

"Hier fühle ich mich wohl und gut aufgehoben."

Mit dazu beitragen wird der gelegentliche Auftritt der Tochter Heike bei Gottesdiensten oder musikalischen Veranstaltungen.

Alfons Willeke

Der Mensch muss demütig werden

„Mensch, du musst demütig werden.“ - So möchte ich heute rufen.

Jahrelang hast du immer neue Techniken erfunden und glaubtest dich mit diesen sicher vor allen Gefahren. Aber nicht nur das. Du meintest auch der Herr der Erde zu sein. Doch dann kam der Sommer 2026.

Die Sonne schien tagelang mit voller Kraft auf unsere Erde herab. Der Regen blieb aus und die Hitze lag wie eine Glocke über unserem Land. Die Wiesen verloren ihr Grün, der Boden wurde steinhart, die Bäume warfen einen Teil ihrer Blätter ab und die anderen, die noch hingen, hingen saft- und kraftlos herab. Es sah aus, als ob die Bäume ein Totengewand angezogen hätten, und der Blumenflor in Feld und Wald verdorrte zu einem gelblichen Stroh. Die Früchte des Waldes waren nicht mehr zu genießen.

Und die großen Flüsse wurde zu schmalen Wasserläufen und die Lastkähne und Hotelschiffe lagen nutzlos an immer breiter werdenden Ufern.

Der Wald, bisher eine grüne Oase zur Erholung, ging auf in einem riesigen Flammenmeer. Feuerwehr und Flugzeuge, zwar gut ausgerüstet mit Technik, konnten wenig ausrichten. Manche Menschen mussten innerhalb von wenigen Minuten ihr Heim verlassen. An anderen Stellen verbrannte Feuer Häuser, Menschen und Tiere.

Und dann muss ich wieder ausrufen: „Mensch werde demütig! Du bist nicht der Herr der Erde. Gott hat sie dir einst übergeben mit den Worten: Mache sie dir untertan!“

Untertan heißt aber nicht ausbeuten und herrschen. Untertan heißt Fürsorge tragen und pflegen. Und so denke ich es ist an der Zeit, Gott um seine Barmherzigkeit zu bitten, dass wir mit seiner Hilfe die Zeiten der Dürre und ihre Folgen überwinden.

Marianne Birkheuser



Neue Orgel in der Kapelle

AD GLORIAM DEI – ZUR EHRE GOTTES

Oder was haben Sie gedacht? Sie haben mit freudigem Herzen gespendet, damit unsere neue Orgel in der Kapelle zur Ehre Gottes erklingt. Aber, zugegeben, so ganz nebenbei auch zur Freude der Gottesdienstbesucher und Gäste. Und dafür sei Ihnen allen, die ihr Scheinchen (oder ihren Schein) für den Wohlklang in unserer schönen Kapelle abgegeben haben, ganz herzlich gedankt. Sie werden sehen, wohl eher hören, es hat sich gelohnt.

Herr Thönniges übertrug mir die ehrenvolle Aufgabe, nach einem geeigneten und bezahlbaren Instrument zu suchen. Aus Kontakten, die Organisten untereinander haben, war mir die Firma Kisselbach bekannt; sie hat praktischerweise eine Filiale in Köln. Also sah ich mich dort um. Und wer kennt das nicht? Wer die Wahl hat, hat die Qual. Die Firma Kisselbach bot eine Reihe schöner Instrumente an, die ich in ihren Räumen getestet habe. Ich entschied mich für eine Orgel des niederländischen Hersteller Johannus. Es folgten Angebote, Detailfragen mussten geklärt, die Finanzierung gesichert werden. Sie werden sich sicher an unseren Spendenaufruf erinnern. Ihre Spenden haben maßgeblich dazu beigetragen, dass das Werk gelingen konnte. Ende Februar 2026 endlich wurde die offizielle Bestellung getätigt. Aber gut Ding will Weile haben – erst Mitte Juni 2026 konnte die neue Orgel gesegnet werden und zum ersten Mal in einem Gottesdienst erklingen. Ad Gloriam Dei!

Für Interessierte seien noch ein paar Details zu der neuen Orgel aufgeführt. Prinzipiell kam eine Pfeifenorgel nicht infrage. Sie benötigt zu viel Raum und – das größte Hindernis – ist einfach viel zu teuer. Also eine elektronische oder digitale Orgel. Das Allerwichtigste ist bei elektronischen Orgeln die Klangerzeugung. Wie entsteht der Orgelklang? Es gibt verschiedene Ansätze, wie man mithilfe digitaler Schaltkreise Töne erzeugen kann. Sie alle haben den Nachteil, dass sie den originären Orgelklang nur unvollständig erreichen. Deshalb hat sich seit gut 20 Jahren eine andere Strategie durchgesetzt: das Sampling. Was ist das? Es ist eine geniale Idee: man nehme den Orgelklang in einer Kirche auf und gebe ihn, Ton für Ton, über einen Lautsprecher wieder. Das hört sich einfach an, ist aber in der Umsetzung recht kompliziert und erfordert eine ausgeklügelte Software. Der fantastische Vorteil besteht darin,



SPRACHROHR AUS DEM ALTENZENTRUM PORZ-URBACH, HERBST 2026

einen originären Orgelklang wiederzugeben und nicht erst künstlich herzustellen. Aber auch hier gibt es Wehrmutstropfen.

Die Schallabstrahlung ist der Flaschenhals, durch den alle Töne gepresst werden. Wenn Sie an eine Pfeifenorgel denken, sehen Sie so viele Schallabstrahler vor sich, wie die Orgel Pfeifen hat. Bei großen Orgeln sind das mehrere tausend. Und nun kehren Sie zurück zu unserer digitalen Orgel. Wenn Sie genau hinschauen, werden Sie sieben Lautsprecher entdecken, sechs hängen an der Wand und sind für die mittleren und hohen Töne zuständig. Ein siebenter Lautsprecher, der sogenannte Subwoofer, ist spezialisiert auf die tiefen Töne. Also sieben Schallabstrahler – gegenüber tausend oder mehr bei einer Pfeifenorgel. Schon alleine diese Gegenüberstellung verdeutlicht, dass eine digitale Orgel nicht so natürlich und raumgreifend klingen kann wie eine Pfeifenorgel. Bedenkt man diese Einschränkung, so ist das Ergebnis unserer neuen Orgel sehr hörenswert, wirklich bemerkenswert. Sie besitzt zwei Manuale und ein Pedal, hat 35 Register, die viele Klangmöglichkeiten eröffnen, und eine sogenannte Setzeranlage mit 2500 Speicherplätzen. Hierunter versteht man die Möglichkeit, im voraus bestimmte Registereinstellungen zu „setzen“, also vorzuprogrammieren. Während des Spiels können die gespeicherten Kombinationen durch einfachen Knopfdruck abgerufen werden, wodurch ein sehr flexibles Spiel ermöglicht wird.

Vielleicht werden sich diese und jene Leser fragen, wozu dieser ganze Aufwand gut sein soll. Touché! In unserer Kapelle werden etwa 30 bis 40 Gottesdienste und Messen im Jahr abgehalten, evangelische und katholische. Wenn Sie noch nicht zu den Teilnehmern zählen, lade ich Sie herzlich ein, die Termine werden im Monatsplan und auch in den Pfarrnachrichten bekannt gegeben. Und noch einmal: Ad Gloriam Dei. Und zur Freude der Menschen. Dieses Ziel habe ich immer vor Augen und im Herzen. Sie können sich an der Orgelmusik erfreuen (sofern ich keine allzu großen Fehler mache und einigermaßen richtig spiele). Außerdem hat das Altenzentrum große Pläne: Regelmäßige Orgelkonzerte, aufgelockert mit Gesang von unserer lieben Heike Wagner, sind terminiert.

Das erste Konzert, an dem auch Gert Fritsche mitwirken wird, findet statt

am 27. Oktober 2026 um 15 Uhr in der Kapelle.

Zu guter letzt spreche ich allen Beteiligten meinen Dank aus, meinen Dank, dass dieses Projekt nach vielen Jahren des Wartens realisiert wurde: unserem Verwaltungsleiter Albert Thönniges, dem Förderverein und seinem Vorsitzenden André Müller, Sigrid Reusch Kiesow, Gert Fritsche und Heike Wagner.

AD GLORIAM DEI!

Jürgen Wolf
Organist an der Kapelle des Altenzentrums Urbach

Der Herbst in Gedichten

Im Kreislauf der Natur hat der Herbst zu allen Zeiten den Dichtern ein reiches Betätigungsfeld geboten. Der Übergang vom milden Sommer zum rauhen Herbst wurde in den beiden folgenden Gedichten von Hermann Hesse in Reime gefaßt.

In "**November 1914**" sind es die Herbststürme, die über das Land fegen und Mensch und Natur durcheinander wirbeln. Eine unruhige politische Zeit spiegelt sich in den Versen wider. - Es passt damit auch in unsere Zeit.

Und im "**Baum im Herbst**" will der Baum seine Blätter nicht abgeben, freut sich aber dann, daß er vom Herbst ein neues, buntes Kleid bekommt.

Hermann Hesse wurde 1877 in Calw geboren und starb 1962 in Montagnola (Tessin).

Prosa, Lyrik und die Malerei bestimmten sein Leben, das nicht immer in ruhigen Bahnen verlief. 1946 erhielt er für sein Werk den Nobelpreis und 1955 den Friedenspreis des deutschen Buchhandels.

Alfons Willeke

November 1914

Wald läßt die Blätter sinken,
Talnebel hängen schwer,
Es hat der Strom kein Blinken,
der Wald kein Rauschen mehr.

Da kommt der Sturm gepfiffen
Und schüttelt lichtetes Haar,
Und fegt mit festen Griffen
Das Land vom Nebel klar.

Er schont nicht Laub nicht Äste,
Nichts Hübsches ist ihm wert,
Der Vogel bangt im Neste,
Der Bauer friert am Herd.

Räum auf und brich in Scherben,
Was nimmer halten mag,
Und reiß aus Nacht und Sterben
Empor den lichten Tag!

Baum im Herbst

Noch ringt verzweifelt mit den kalten
Oktobernächten um sein grünes Kleid
Mein Baum. Er liebt's, ihm ist es leid,
Er trug es fröhliche Monde lang,
Er möchte es gerne behalten.

Und wieder eine Nacht, und wieder
Ein rauher Tag. Der Baum wird matt
Und kämpft nicht mehr und gibt die Glieder
Gelöst dem fremden Willen hin,
Bis der ihn ganz bezwungen hat.

Nun aber lacht er golden rot
Und ruht im Blauen tief beglückt.
Da er sich müd dem Sterben bot,
Hat ihn der Herbst, der milde Herbst
Zu neuer Herrlichkeit geschmückt.



Witze

"Herr Ober, der Apfelkuchen ist völlig ungenießbar!" - "Entschuldigung, aber wir haben schon Apfelkuchen gebacken, da waren Sie noch garnicht auf der Welt."

"Und warum servieren Sie den erst heute?"



Der Lehrer fragt seine Schüler: "Was ist der Unterschied zwischen einem Fußgänger und einem Fußballer?"

Als sich keiner meldet, erklärt er: "Ein Fußgänger geht bei Grün, ein Fußballer bei Rot."

Der Augenarzt nach der Untersuchung zu dem Patienten: "Wie in aller Welt haben sie eigentlich hierher gefunden?"

Bei der Verkehrskontrolle muss ein Autofahrer Bußgeld bezahlen. Ärgerlich fragt er den Polizeibeamten: "Was soll ich denn mit der Quittung anfangen?" - "Gut aufbewahren, wenn Sie zehn zusammen haben, bekommen Sie ein Fahrrad."

Rätsel



Allgemeinbildung

1. In welcher Einheit wird elektrische Spannung gemessen?
 - Volt
 - Watt
 - Ampere
 - Kilowattstunden
2. Womit beginnt Artikel 1 des Deutschen Grundgesetzes?
 - „Jeder hat das Recht auf eine freie Lebensentfaltung.“
 - „Die Würde des Menschen ist unantastbar.“
 - „Alle Menschen sind wertvoll.“
 - „Jeder hat das Recht auf ein selbstbestimmtes Leben.“
3. An welchem Tag fiel die Berliner Mauer?
 - 09. November 1970
 - 10. November 1990
 - 09. November 1989
 - 10. November 1970
4. Von wem stammt die Aussage „Dies ist ein kleiner Schritt für einen Menschen, aber ein riesiger Sprung für die Menschheit“?
 - Albert Einstein
 - Neil Armstrong
 - Stephen Hawking
 - George W. Bush

Lösung des Rätsels auf Seite 30

Hausnachrichten

Unsere Geburtstage im Altenzentrum Porz-Urbach

Michael Oost	03.10.1946	80 Jahre
Hildegard Peters	05.10.1926	100 Jahre
Gisela Rusch	17.10.1938	88 Jahre
Maria Janick	01.11.1939	87 Jahre
Rosemarie Volberg	06.11.1936	90 Jahre
Anita Jux	10.11.1932	94 Jahre
Agnes Rieping	20.11.1937	89 Jahre
Anna Engels	22.11.1934	92 Jahre
Johanna Guthausen	05.12. 1932	94 Jahre
Anna Maria Pohl	21.12.1938	88 Jahre
Margarete Franz	23.12.1939	87 Jahre
Christine Ganster	23.12.1932	94 Jahre

Unsere Geburtstage im Haus Antonius

Name:	Geburtstag:	Alter:
Brigitte Hufe	29.09.1932	94 Jahre
Rosemarie Schmandtke	04.10.1941	85 Jahre
Christiane Pitzen	24.10.1939	87 Jahre
Hannelore Eilers	27.10.1935	91 Jahre
Elisabeth Godesberg	02.11.1934	92 Jahre
Gisela Büllesbach	11.11.1936	90 Jahre
Friedrich Korb	26.11.1933	93 Jahre
Gertrud Weber	08.12.1938	88 Jahre
Ursula Kaminski	12.12.1936	90 Jahre
Adelheid Hardt	15.12.1941	85 Jahre

Als neue Bewohner begrüßen wir:

Anna Maria Ranke	Heidegarten
Winfried Butzen	Sonnenallee
Maria-Elisabeth Reichen	Sonnenallee
Heinz-Günter Karrenbauer	Rheinblick
Marianne Butzen	E.11
Elisabeth Gladbach	0.08
Ursula Schulisch	0.28
Waltraud Schaps	0.32
Anna Engels	0.33
Konrad Berghausen	0.36
Anja Neumann	0.39
Hildegard Peters	0.43



Als neue Mieter begrüßen wir:

Alias Karim & Ilias Rewshe	55.4.2
Angelika Arends	55.0.2
Elfriede Weber	55.6.1

Außerdem begrüßen wir auch alle neuen Mitarbeiter im Team und freuen uns auf eine tolle Zusammenarbeit. Herzlich willkommen!

Allen Mitarbeitern, die in den wohlverdienten Ruhestand gegangen sind oder andere Herausforderungen angenommen haben, sagen wir ein herzliches Dankeschön für ihren Einsatz und wünschen ihnen alles Gute für die neue Lebensphase.

*Und jedem Anfang wohnt ein Zauber inne,
der uns beschützt und der uns hilft zu leben.*

Hermann Hesse

Wir trauern um:

Rosemarie Hansen	16.04.2026
Karl Welpmann	04.06.2026
Christine Hohengarten	08.06.2026
Margarete Giebel	12.06.2026
Johannes Komarek	18.06.2026
Gertrud Frank	22.06.2026
Helga-Elsa Stapper	27.06.2026
Rosa-Maria Range	28.06.2026
Wolfgang Meisel	01.07.2026
Anna Kleinewiese	15.07.2026
Ursula Koslowski	18.08.2026
Renate Richter	27.08.2026
Renate Christ	31.08.2026
Elfriede Schilling	04.09.2026



*Und irgendwo sind immer Spuren deines Lebens,
Gedanken, Bilder, Augenblicke, Gefühle.
Sie werden uns immer an dich erinnern
und dich dadurch nie vergessen lassen.*

Termine / Vorankündigungen

TERMINE



Datum:	Uhrzeit	Aktivität:
08. Oktober	09:00 Uhr	Klüttsch Schuhhandel im Gruppenraum
13. Oktober	14:30 Uhr	SKM-Konzert im Porzer Rathausaal
14. Oktober	14:00 Uhr	Senior Modeshop im Josef Bachem Saal
15. Oktober	15:30 Uhr	Unterwegskonzert des Gürzenichorchesters, Flötenkonzert
21. Oktober	15:00 Uhr	Krankensalbungsgottesdienst in der Kapelle
27. Oktober	15:00 Uhr	Orgelkonzert auf der neuen Orgel in der Kapelle
03. November	14:30 Uhr	Gedenkandacht für die Verstorbenen des letzten Jahres
04. November	15:00 Uhr	Operettennachmittag mit dem Tenor Stefan Bäumler
10. November	17:00 Uhr	Martinsgans Essen mit Angehörigen Altenzentrum
11. November	17:00 Uhr	Martinsgans Essen mit Angehörigen Haus Antonius
27. November	14:30 Uhr	Gestecke basteln für den Advent
05. Dezember	14:30 Uhr	Nikolausmarkt
09. Dezember	15:00 Uhr	Adventskonzert Damenchor Urbach
11. Dezember	17:00 Uhr	Besuch der Pfadfinder
16. Dezember	15:00 Uhr	Orgelkonzert im Advent



*Möge das Gute,
das du im Leben
anderer gesät hast,
auch für dich
auf immer neue Weise
aufblühen.*

Katerine Trobisch Stewart

Lösung des Rätsels von Seite 26:

Lösung: 1=Volt; 2=Die Würde des Menschen ist unantastbar; 3=109. November 1989;
4=Der Astronaut Neil Armstrong, der als erster Mensch den Mond betrat;

Ein kleines Lächeln

*Ein kleines Lächeln tut so gut,
versuch es dreimal täglich,
dazu ein wenig frohen Mut,
schon wird die Welt erträglich!*

*Ein Lächeln ist nie für die Katz,
doch soll es etwas taugen,
gib ihm den allerschönsten Platz,
und lächle mit den Augen!*

*Ein Lächeln ist der schönste Lohn,
der Freude Wegbereiter
und hast du mal genug davon,
dann schenk es einfach weiter!*

*Doch ärgert man sich fürchterlich
und hast du nichts zu lachen,
so lächle einfach über dich,
das lässt sich sicher machen!*



Verfasser unbekannt

Impressum:

Herausgeber der Hausschrift „SPRACHROHR“ ist das Altenzentrum Porz-Urbach.

Kontakt: Tiergartenstr. 47, 51145 Köln, Tel: 02203/92540

Weitere Informationen über das Altenzentrum: Internet: www.az-ur.de E-mail: info@az-ur.de

Erscheinungsweise: dreimal jährlich, Auflage: ca. 500 Exemplare, Eigendruck

Redaktion: Kathrin Thönniges (verantwortlich), Willi John, Sigrid Reusch-Kiesow, Alfons Willeke

Bildnachweis:

Fotos vom Sommerfest: Heinz Horstmann

Das übrige Bildmaterial stammt aus dem Privatarchiv der Redaktion.