

JOURNAL

Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen

Gegründet: 1981



Ausgabe: Januar 2025

Zur kostenlosen Mitnahme



Liebe Seniorinnen und Senioren, liebe Leserinnen und Leser,

ehrenamtliches Engagement ist eine wunderbare Möglichkeit, etwas Gutes zu tun, neue Menschen kennenzulernen und gleichzeitig Fähigkeiten zu entwickeln oder einzusetzen. Es gibt viele Bereiche, in denen man sich engagieren kann, z. B. Soziales, Umwelt, Kultur, Sport oder Bildung. In Deutschland engagieren sich rund 29 Millionen Menschen ehrenamtlich (Stand 2020). Das entspricht etwa 39 Prozent der Bevölkerung ab 14 Jahren. Das Ehrenamt ist ein zentraler Bestandteil des gesellschaftlichen Lebens in Deutschland und trägt maßgeblich zum Zusammenhalt und zur Lebensqualität bei.

Auch die Helfenden des Seniorenbeirats sind ehrenamtlich tätig. Ob es um die Organisation der Veranstaltungen oder um Mithilfe dort geht, Verkauf der Eintrittskarten, Erstellung und Verteilung der Journale und nicht zuletzt Teilnahme am politischen Leben der Stadt, all diese Tätigkeiten werden von ehrenamtlichen Mitarbeitern durchgeführt. Es sind wunderbare Menschen, die ihre Arbeitskraft unentgeltlich zur Verfügung stellen, um Ihnen ein bisschen Freude und Abwechslung zu bieten.

Wenn Sie auch Lust haben zu helfen und diese Menschen kennen zu lernen melden Sie sich gern in unserer Geschäftsstelle. Über andere Ehrenämter berichtet am 21. April Laura Jansen im Rahmen der Diabetiker-Selbsthilfegruppe, zu dem jeder Interessierte herzlich willkommen ist.

Übrigens: die Stadt Kerpen sucht für die beiden Wahlen in 2025 dringend Wahlhelfer. Informationen hierzu gibt es auf der Internetseite der Stadt. Auch das ist ein Ehrenamt!

Die Redaktion

Druck: Eigenverlag Bildnachweis: Privat

Erscheinungsweise: Halbjährlich

Verteilung: Das Journal wird von den Mitgliedern des Seniorenbeirats direkt an interessierte Senioren verteilt und liegt u. a. öffentlich im Rathaus sowie in verschiedenen Arztpraxen, Apotheken und Geldinstituten aus.

Impressum

Herausgeber: Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen Redaktionsmitglieder: Gertrud Jansen(verantw.) Barbara Pommer

Redaktionsadresse: Rathaus der Kolpingstadt Kerpen, Büro des Seniorenbeirats ,Jahnplatz 1, 50171 Kerpen

Tel: 02237 - 58 324 E-Mail: seniorenbeirat@stadt-kerpen.de

Bürozeiten: Donnerstag 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Die Verteilung erfolgt kostenlos

Grußwort der Vorsitzenden des Seniorenbeirats

Gertrud Jansen

Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger der Kolpingstadt Kerpen,

wie schnell vergeht die Zeit – ein weiteres ereignisreiches Jahr liegt hinter uns. Das Jahr 2024 brachte uns viele schöne Momente, aber auch traurige Verluste. Mit Christel Schmidt, der Leiterin der Diabetikergruppe Kerpen, und Johann Berkle, den wir liebevoll „unseren Hanni“ nannten, haben wir zwei engagierte Weggefährten verloren. Ihr Beitrag und ihre Fröhlichkeit werden uns sehr fehlen.

Gleichzeitig durften wir auch viele schöne Veranstaltungen erleben: Der Seniorentag im September war ein Highlight. Der Besuch unserer Gäste aus der Partnerstadt St. Vith hat uns sehr gefreut. Sie waren begeistert von dem, was der Seniorenbeirat hier auf die Beine stellt.

Unser Stargast Bata Illic und viele weitere Künstler sorgten für eine großartige Stimmung, bei der gesungen und geschunkelt wurde – ein unvergesslicher Tag für alle!

Unser jährlicher Weihnachtsmarktbesuch ging in diesem Jahr nach Bonn. Dieser war für unsere Busse gut zu erreichen und wegen der schönen Stände und der eindrucksvollen Beleuchtung ein wunderbares Erlebnis. Wetter, Glühwein und Eierpunsch trugen zum leiblichen Wohl ebenso bei, wie das leckere Essen auf den verschiedenen Märkten.

Für das Jahr 2025 haben wir ebenfalls viel geplant: Drei große Veranstaltungen, eine weitere Schiffstour und den Besuch eines Weihnachtsmarktes. Unser neuer Literat Eddy Wildenburg hat bereits ein fantastisches Karnevalsprogramm zusammengestellt, auf das wir uns sehr freuen können.

An dieser Stelle möchte ich mich herzlich bei Tim Müller und der Stadt Kerpen für ihre Unterstützung bedanken – ohne sie wäre vieles nicht möglich.

Leider lässt es sich in diesem Jahr nicht vermeiden, die Preise für unsere Veranstaltungen leicht anzuheben. Dennoch hoffen wir, dass Sie uns weiterhin zahlreich unterstützen und mit Ihrer Teilnahme zu dem Erfolg beitragen, der uns alle verbindet.

Damit unser Engagement auch in Zukunft erfolgreich bleibt, suchen wir Helferinnen und Helfer in den Stadtteilen Neu-Bottenbroich, Blatzheim, Horrem, Türnich-Balkhausen-Brüggen und Manheim. Wir benötigen Unterstützung beim Verkauf von Karten und der Verteilung des Journals. Interessierte können sich gerne im Büro des Seniorenbeirats im Rathaus (Zimmer U32) melden.

Zum Abschluss wünsche ich allen Menschen Frieden, Gesundheit und Zufriedenheit. Mögen wir gemeinsam ein schönes neues Jahr erleben.

Herzlichst

Eure Gertrud Jansen

1. Vorsitzende



Grußwort des

Bürgermeisters



Kolpingstadt Kerpen



Liebe Seniorinnen und Senioren,

auch für das Jahr 2025 ist es mir wieder eine große Freude, ein Grußwort für das beliebte Seniorenjournal schreiben zu dürfen.

Ich möchte die Gelegenheit nutzen, Ihnen für den unermüdlichen Einsatz zu danken. Ihr Engagement bereichert unser gemeinschaftliches Leben und ist ein unverzichtbarer Bestandteil unserer Kerpener Gemeinschaft. Gerade die Seniorinnen und Senioren freuen sich über die regelmäßigen Ausflugsmöglichkeiten und das gemeinsame Feiern in den verschiedenen Veranstaltungen.

Wie heißt es so schön: „Wer rastet, der rostet“.

„Rosten“ – dafür hat der Seniorenbeirat wahrhaftig keine Zeit, wenn ich mir die verschiedenen Termine im Seniorenjournal angucke.

Durch Ihre tatkräftige Unterstützung in verschiedenen Bereichen sorgen Sie dafür, dass die Seniorinnen und Senioren ebenfalls nicht rosten, sondern sich in Gemeinschaft gut aufgehoben fühlen. Besonders in Zeiten, in denen wir als Gemeinschaft zusammenrücken müssen, sind es die ehrenamtlichen Tätigkeiten, die unser Miteinander stärken und das soziale Gefüge festigen. Ob bei Veranstaltungen, in der Nachbarschaftshilfe, Diabetikergruppe und vieles mehr, Ihr Beitrag ist von unschätzbarem Wert.

Ich möchte die Gelegenheit nutzen, um auch auf die Wahlen im kommenden Jahr aufmerksam zu machen. Auch als Wahlhelferinnen und Wahlhelfer sind wir dringend auf Ihre Hilfe angewiesen. Bitte melden Sie sich! Das Ehrenamt lebt von Menschen wie Ihnen, die sich für unsere Kolpingstadt Kerpen einsetzen.

Und so darf ich am Ende meines Grußwortes auch noch dafür werben, sich im Seniorenbeirat zu engagieren. Werden Sie Teil eines für die Kolpingstadt Kerpen unentbehrlichen Gremiums.

Herzlichst Ihr/Euer

Bürgermeister Dieter Spürck

Bata Illic in der Jahnhalle

Gute Stimmung beim Kerpener Seniorentag 2024

Der Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen hatte für den 05.09.2024 wieder zum alljährlichen Höhepunkt, dem Seniorentag in die Jahnhalle geladen. Auch 73 Senioren aus der Partnerstadt St. Vith, Belgien, waren angereist, um gemeinsam mit den Kerpenern zu feiern.

Wie in jedem Jahr fand zunächst eine ökumenische Andacht statt, die von Pastorin A. Koch-Toryuul und Pfarrer F.-H. Pitzen immer besinnlich und kurzweilig vollzogen wird.

Die Begrüßung der Teilnehmer in der ausverkauften Jahnhalle erfolgte dann durch die Vorsitzende des Seniorenbeirates, Gertrud Jansen, Bürgermeister Spürck und dem Moderator Peter Zöllkau.



Anschließend gab es zur Stärkung für alle erst einmal Kaffee und Kuchen.

Danach startete das mit Spannung erwartete Programm. Der Seniorenbeirat konnte für seine Veranstaltung sogar den Deutschen Meister der Zauberei, Carsten Fenner gewinnen, der, wie immer, seine Zuschauer im wahrsten Sinne des Wortes verzauberte.

Der in klassischem Gesang ausgebildete und als Darsteller in Musicals und aus der Serie „unter uns“ bekannte Sänger Norbert Conrads begeisterte im Folgenden sein Publikum mit einem Mix aus „kölschen Liedern op Klassik“.

Bürgermeister Spürck nahm sodann persönlich die Ehrungen vor. Wie in jedem Jahr wurden zwei verdiente Mitbürger/innen für ihr ehrenamtliches Engagement gewürdigt. In diesem Jahr waren es Edelgard Komischke und Gertrud Briefs, die beide unter Hintanstellung ihres Privatlebens immer für die Gemeinschaft aktiv waren. Sie nahmen unter dem kräftigen Applaus der Anwesenden ihre Urkunden entgegen.



Die Gesangsgruppe „Sing mit Ackermann“ lud danach alle Anwesenden zum Mitsingen einiger Hits von Udo Jürgens, Reinhard May und den Bläck Fööss ein.

Endlich kam es zum langerwarteten Höhepunkt: Graham Bonney, der seit langem in Kerpen lebt, ließ es sich nicht nehmen, seinen alten Freund Bata Illic zu überraschen und ihn anzukündigen. Dieser betrat die Bühne und brachte die Jahnhalle zum Kochen. Mit Liedern wie „Wo weiße Rosen blühen“, „Schwarze Madonna“ „Mit verbundenen Augen“ und „Michaela“ war er in den Hitparaden lange Jahre vertreten und berühmt geworden. Sein Kerpener Publikum dankte ihm seinen Auftritt mit tosendem Applaus und Standing Ovation.



Um 18:30 Uhr endete der für alle gelungene Nachmittag in der Jahnhalle. Gertrud Jansen dankte noch einmal allen, die einen Anteil am Gelingen der Veranstaltung hatten, insbesondere den ehrenamtlichen Helfern rund um die Veranstaltung, ohne die eine solche nicht möglich wäre.

Besuch des Bonner Weihnachtsmarktes

Am 4. Dezember fand der jährlich vom Seniorenbeirat organisierte Ausflug auf den Weihnachtsmarkt statt. Diesmal war das Ziel Bonn. Der dortige Markt erstreckt sich über mehrere Plätze, darunter der Münsterplatz, der Bottlerplatz und der Friedensplatz, und bietet eine festliche Atmosphäre, die Besucher aus nah und fern anzieht.

Bereits beim Betreten des Weihnachtsmarktes wurde man von einem bezaubernden Lichtermeer und einem angenehmen Duft von gebrannten Mandeln, Glühwein und anderen Spezialitäten empfangen. Die festlich geschmückten Stände luden zum Bummeln und Verweilen ein. Jeder Stand war liebevoll dekoriert und bot eine Vielzahl von Produkten an, von handgemachtem Schmuck und Kunsthandwerk bis hin zu weihnachtlichen Dekorationen.

Ein besonderes Highlight ist das historische Karussell auf dem Münsterplatz. Auch die musikalischen Darbietungen trugen zur festlichen Stimmung bei. Auf verschiedenen Bühnen traten Chöre und Musikgruppen auf und sorgten für weihnachtliche Klänge.

Auch kulinarisch hatte der Weihnachtsmarkt einiges zu bieten. Neben den klassischen Bratwürsten und Reibekuchen waren auch internationale Spezialitäten wie französische Crêpes und ungarische Langos im Angebot. Glühwein, Punsch und Eierpunsch wurden an vielen Ständen angeboten, und waren perfekt, um sich an einem kalten Wintertag aufzuwärmen.



Insgesamt war auch der Besuch des Bonner Weihnachtsmarktes wieder ein wundervolles Erlebnis, das für alle Teilnehmenden die Vorfreude auf Weihnachten noch verstärkte. Die Kombination aus festlicher Atmosphäre, kulinarischen Genüssen und abwechslungsreichem Unterhaltungsprogramm machte diesen Marktbesuch zu einem besonderen Highlight in der Adventszeit. Nicht zuletzt hat dazu auch das zwar kalte, aber schöne Wetter beigetragen.

Die Teilnehmer freuen sich daher schon alle auf das nächste Jahr.



Nachruf für Johann Berkle

Am 31. Juli 2024 verstarb unser Seniorenbeiratsmitglied Johann Berkle, liebevoll "Hanni" genannt, im Alter von 79 Jahren im Krankenhaus Frechen. Geboren am 5. November 1944 in Kerpen, verbrachte Hanni sein ganzes Leben in dieser Stadt, die ihm immer sehr am Herzen lag.

Nach dem Verlust seiner geliebten Ehefrau im Jahr 2008 war Hanni Witwer und hinterlässt seinen Sohn Andy, der bei Hamburg lebt, sowie eine Schwiegertochter und einen Enkelsohn.

Beruflich war Hanni als Wiegemeister bei EON, ehemals Rheinbraun, tätig. Nebenberuflich arbeitete er viele Jahre als Auslieferungsfahrer für einen Baumarkt und war dadurch in seiner Heimatstadt stets präsent und geschätzt.

Seine Freizeit verbrachte Hanni aktiv. Als Jugendlicher war er Mitglied im Kerpener Turnverein und später leidenschaftlicher Kegler. Diese Leidenschaft bewahrte er sich im privaten Club, der „Annogang“, die aus Freunden und Nachbarn bestand.

Auch Reisen, Feiern und Radfahren zählten zu seinen großen Leidenschaften. Besonders engagierte er sich im Seniorenbeirat der Stadt Kerpen, wo er über 30 Jahre aktiv mitwirkte.

Bekannt als "Feldhöhnchen", war Johann Berkle ein lebenslustiger Mensch, der immer gut gelaunt war und stets einen humorvollen Spruch auf den Lippen hatte. Hanni war sowohl im privaten Bereich als auch in seinen ehrenamtlichen Tätigkeiten immer zur Stelle, wenn Hilfe benötigt wurde.

Mit seinem Tod verlieren der Seniorenbeirat und Kerpen ein wahres Original, einen Menschen, der durch seine Fröhlichkeit und Hilfsbereitschaft allen in Erinnerung bleiben wird. Wir werden ihn sehr vermissen.

Das Kerpener Netzwerk *55plus* stellt sich vor

Wir sind aktive und selbstorganisierte Bürger*innen ab 55 Jahren aus allen Kerpener Stadtteilen.



Wir organisieren uns in Gruppen, die allen Interessierten die Möglichkeiten bieten, ergänzend zu den bestehenden Angeboten im Stadtgebiet Kerpen, ihren Interessen nachzugehen. Dafür gibt es innerhalb des Kerpener Netzwerk *55plus* im gesamten Stadtgebiet eine Vielzahl von Gruppen, deren Interessen von Sport über kreatives Gestalten bis hin zum geselligen Miteinander reichen. Auch in den Ausschüssen der Kolpingstadt Kerpen sind wir als sachkundige Einwohner*innen vertreten. Darüber hinaus engagieren wir uns in vielen gesellschaftspolitischen und generationsübergreifenden Themen.

Ziel des Netzwerkes ist es, das **Für- und Miteinander** zu stärken und Fähigkeiten und Talente neu zu entdecken. Wir sprechen aktive Menschen an, die etwas zusammen mit anderen tun möchten.

Ist es das, was Sie möchten?

So sind Sie bei uns richtig. Lernen Sie uns kennen, bringen Sie sich ein, tauschen Sie sich aus. Wir freuen uns über Ihre **Ideen, Wünsche und Anregungen**.

Wenn Sie interessiert sind:

Montags von 10:00 bis 12:00 Uhr stehen Ihnen Netzwerkerinnen in unserem Netzworkbüro unter der Telefonnummer 02237 - 58 145 oder persönlich für Fragen und weitere Informationen gerne zur Verfügung.



Informieren können Sie sich rund um die Uhr auf unserer Homepage:
www.kerpen-55plus.de

Kontakt der hauptamtlichen Netzwerkbegleitungen:



Laura Jansen
02237 58 145
laura.jansen@stadt-kerpen.de
Besuchsadresse:



Lena Kuchenbecker
02237 58 376
lena.kuchenbecker@stadt-kerpen.de

Tanzende Stadthäuser, Jahnplatz 7c, 3. Stock (barrierefrei), Raum 3.1., 50171 Kerpen

116 117: Eine Nummer für alle Fälle

Die Telefonnummer 116117 ist der ärztliche Bereitschaftsdienst in Deutschland. Sie bietet medizinische Hilfe außerhalb der regulären Sprechzeiten von Hausärzten und ist für alle eiligen, aber nicht lebensbedrohliche Erkrankungen gedacht. Der Service ist deutschlandweit **kostenfrei** und steht **rund um die Uhr** zur Verfügung. Hier sind die wichtigsten Punkte dazu:

Wann sollte man die 116117 anrufen?

- Wenn man ärztliche Hilfe benötigt, aber es kein Notfall ist.

Beispielsweise bei starken Schmerzen, Fieber, Infektionen oder gesundheitlichen Beschwerden, die nicht bis zum nächsten regulären Arzttermin warten können

- Wenn die Praxis des Hausarztes geschlossen ist, etwa abends, am Wochenende oder an Feiertagen.

Was bietet die 116117?

1. Beratung am Telefon:

Medizinisches Fachpersonal hilft einzuschätzen, ob ein Besuch beim Arzt notwendig ist oder ob es Alternativen gibt.

2. Vermittlung eines diensthabenden Arztes:

Der Bereitschaftsdienst kann einen Arzt zu Ihnen schicken oder eine Praxis in Ihrer Nähe nennen.

3. Organisation von Hausbesuchen:

Falls Sie nicht mobil sind und dringend ärztliche Hilfe benötigen.

4. Information über Notfallpraxen:

Sie erfahren, wo sich der nächste ärztliche Bereitschaftsdienst oder eine Notfallambulanz befindet.

Wann sollte man nicht die 116117 anrufen

- Bei **lebensbedrohlichen Notfällen**, wie etwa Herzinfarkt, Schlaganfall, schweren Verletzungen oder Atemnot. Hier sollte sofort der **Notruf 112** gewählt werden.
- Die 116117 ist eine wichtige Ergänzung zum Notruf 112 und sorgt dafür, dass echte Notfälle priorisiert behandelt werden können.

Übrigens: Einen guten Überblick bietet auch die **Internetseite: 116 117.de**

Und unter **116123** erreicht man die **Telefonseelsorge**.

Was ist Selbsthilfe und was ist ein Selbsthilfe-Büro?

Das Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis stellt sich vor

In Selbsthilfegruppen finden Menschen zusammen, die die gleiche Erkrankung haben, oder sich in einer ähnlichen, belastenden Lebenssituation befinden. Sie bilden ohne professionelle Anleitung eine Solidargemeinschaft auf Augenhöhe. Die gemeinsame Betroffenheit schafft ein Gefühl der Verbundenheit und des Miteinanders.

Das Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis ermuntert und unterstützt Menschen, die eine Selbsthilfe-Gruppe gründen möchten, oder eine bestehende Gruppe suchen. Wo eher professionelle Hilfe von Nöten ist, helfen wir auch diese zu finden. Auf dem Weg in die Selbsthilfe bietet das Selbsthilfe-Büro Beratung an, welche Gruppen es vor Ort oder im näheren Umfeld gibt. Im Gespräch finden wir gemeinsam heraus, ob eine Selbsthilfegruppe in Frage kommt, oder ob es vielleicht andere passende Angebote gibt. Über die frisch erschienene Broschüre „Wegweiser in die Selbsthilfe“ kann man sich einen guten Überblick über die Selbsthilfe-Landschaft im Rhein-Erft-Kreis verschaffen – zu bestellen im Selbsthilfe-Büro.

Während manche Selbsthilfegruppen nur für Betroffene sind, treffen sich in anderen Gruppen Betroffene und Angehörige gemeinsam oder auch nur die Angehörigen unter sich. In regelmäßigen Gruppentreffen tauschen sich die Teilnehmer*innen untereinander aus, geben ihre Erfahrungen und ihr Wissen weiter, unterstützen und motivieren sich gegenseitig.

Selbsthilfe bedeutet, die eigenen Probleme und deren Lösung selbst in die Hand zu nehmen und im Rahmen der eigenen Möglichkeiten aktiv zu werden. Die Teilnehmer*innen profitieren von den Erfahrungen der anderen und unterstützen die Gruppe mit ihren eigenen Erfahrungen. Schon die Tatsache, dass in der Gruppe alle ein ähnliches Problem und damit Verständnis für die anderen haben, wirkt sehr entlastend. In der Selbsthilfe können die Teilnehmer*innen daher wieder Selbstwirksamkeit erfahren, ihre Lebensqualität verbessern und der Einsamkeit entgegenwirken.

Selbsthilfegruppen bieten Verständnis, Austausch, eine Gemeinschaft Gleichbetroffener, Informationen und Tipps, Stärkung des Selbstvertrauens und Unterstützung, das eigene Leben wieder selbst zu bestimmen

Was muss ich mitbringen? Die Motivation, mich in die Gruppe im Rahmen der eigenen Möglichkeiten einzubringen. Die Gruppe lebt von der Beteiligung aller – aber alles ist freiwillig! Auch für die bestehenden Selbsthilfegruppen bietet das Selbsthilfe-Büro Unterstützung in organisatorischen Fragen, Gruppendynamik, Öffentlichkeitsarbeit, Fortbildungen und finanzieller Förderung. In Gremien, Arbeitskreisen und der Öffentlichkeit vertritt es die Interessen der Selbsthilfe.

„Ich bin immer wieder beeindruckt von der positiven Energie in Selbsthilfegruppen – trotz aller Probleme, um die es dort geht“ – so Frau Gabriele Miller-Staudt vom Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis. „Kürzlich sagte ein langjähriger Gruppenleiter „Wir unterschätzen die Kraft des Miteinander Redens.“ – für mich ein einfacher, aber sehr aussagekräftiger Satz.“

In der Selbsthilfe gilt: Gemeinsam sind wir stark! Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis, Dr.-Tusch-Str. 1-3, Ecke Franzstr. 50226 Frechen Tel. 02234 93 34 881 Selbsthilfe-rhein-erft@paritaet-nrw.org www.Selbsthilfe-rhein-erft.de

Ihre Ansprechpartner für den Seniorenbeirat:

Stadtteile Kerpen, Mödrath, Langenich

Gertrud Jansen, Auf dem Bauer 20, 50171 Kerpen, Tel. 02237 – 51280

Gerd Weide, Annostr. 1b, 50171 Kerpen, Tel. 02237 - 2359

Arno Marx, Neustr. 7, 50171 Kerpen, Tel. 02237 - 2439

Helene Zervos, Am Rott 17, 50171 Kerpen, Tel. 02237 – 603260

Hans Steger, 02237 – 3855, Alte Landstraße 15, 50171 Kerpen

Marlies Eulen, Karlsgasse 14, 50171 Kerpen, Tel. 02237 - 4275

Stadtteile Türnich, Balkhausen, Brüggem

Marlies Messias, Berrenrather Str. 4, 50169 Kerpen, Tel. 02237 - 62095

Armin Pietzka, Hunsrückstr. 1, 50169 Kerpen, Tel. 02237 - 1566

Dieter Nitsch, Plantanallee 7a, 50169 Kerpen, Tel. 02237 - 62273

Stadtteil Buir

Elke Rottland, Blatzheimer Weg 6b, Tel. 02275 – 913350

Wilma Heidbuchel, Am Forst 27 Tel. 02275 6869

Stadtteil Sindorf

Inge Lorbach, Breite Str. 73 a, 50170 Kerpen, Tel. 02273 – 954642

Barbara Pommer, Bodelschwinghstr. 24, 50170 Kerpen-Sindorf, 0171 1909276

Wie erkenne ich Betrüger am Telefon?

rechtsstaatlich · bürgerorientiert · professionell

Wenn der Anrufer am Telefon...



- nach **Geld** oder **Wertsachen** fragt.
- Sie um **Überweisungen** oder **TAN** bittet.
- Sie auffordert, **Geld** zu **deponieren**.
- Sie zu **Verschwiegenheit** auffordert.
- Sie mit der **110** anruft.
- Sie mit der **110 verbinden** will.

STOPP! Sofort Auflegen!danach selbst die **110** wählen!

Ältere Menschen werden zunehmend von Betrügern angerufen, die sich als Polizeibeamte, Staatsanwälte, Banksachbearbeiter, Computerfachleute oder Ärzte ausgeben. Die Anrufer manipulieren ihre Opfer, indem sie überzeugende Geschichten über aktuelle Straftaten, Kontobewegungen, virenbefallene Computer, Erkrankungen oder Unfälle erzählen und sie dazu auffordern Geld und Wertgegenstände auszuhändigen oder Bankdaten herauszugeben. Durch mehrere, teils stundenlange Anrufe werden die Opfer dazu gebracht ihr Vermögen in Verwahrung zu geben, Kosten für Heilbehandlungen zu bezahlen oder Rückbuchungen durch das Herausgeben von TAN zu ermöglichen.

Wenn Sie angerufen werden:

- • Bei einem Anruf der Polizei erscheint nie die Notrufnummer 110!
- • Erfragen Sie den Namen der Person, legen Sie auf und rufen die Polizei, Bank oder das Krankenhaus, in dem die Person arbeiten will, an. Lassen Sie sich nicht weiter verbinden.
- • Geben Sie unbekanntem Personen keine Auskünfte über Vermögensverhältnisse, Wertgegenstände oder Bankdaten.
- • Übergeben Sie unbekanntem Personen niemals Wertsachen und deponieren Sie diese auch nirgendwo für andere.

Kontakt bei Rückfragen: Kriminalprävention, 02271 81-0

Alles zur Pflegeberatung

Die Pflegeberatung der Stadt Kerpen steht Ihnen für unabhängige Information und Beratung zum Thema Pflege zur Verfügung!

Ihre Fragen

- Welche Pflegemöglichkeiten gibt es? Wer kann pflegen?
- Welche Kosten entstehen für mich und andere?
- Was tun bei Demenz?

Wir beraten und informieren Sie. Wir unterstützen Sie, möglichst lange ein selbstständiges Leben zu führen. Wir versuchen, gemeinsam mit Ihnen Lösungswege zu finden.

Wir beraten Sie kostenlos, neutral und ortsnahe.

Ansprechpartnerin: Renate Jung und Lena Jansen

50171 Kerpen, Stiftstraße 24-28, Postadresse: Jahnplatz 1

Tel.: 02237/58 – 435 o. 604 / Fax: 02237/58 - 146

Mail: renate.jung@stadt-kerpen.de / lena.jansen@stadt-kerpen.de

Offene Sprechstunden an jedem 1. und 3. Dienstag im Monat 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr im Begegnungszentrum Mosaik, Raum 4, Maastrichter Straße 5-7, 50171 Kerpen

Pflegedatenbank des Rhein-Erft-Kreises: <http://dev.rhein-erft-kreis.de/PflegeDB/>

Wahlhelfende für die Bundestagswahl gesucht

Für die Bundestagswahl am 23. Februar 2025 sucht die Stadt Kerpen Wahlhelfende

Die Wahlhelfenden werden tagsüber in einem der Wahllokale oder bei der Briefwahl eingesetzt. Die Einsatzzeiten werden noch festgelegt. Nach der Schließung der Wahllokale um 18:00 Uhr helfen Sie beim Auszählen der Stimmen. Gemeinsam wird über die Gültigkeit oder Ungültigkeit einzelner Stimmen beschlossen und das Wahlergebnis festgestellt.

Wenn Sie die Stadt bei der Durchführung der Wahlen unterstützen möchten, und live beim Wahlgeschehen dabei sein wollen, melden Sie sich im Internet unter

www.statt-kerpen.de/Wahlen.

Telefonisch ist das Wahlbüro erreichbar unter 02237/58 -150 o. -300

Als Dankeschön erhalten Sie eine Aufwandsentschädigung in Höhe von 50-60 Euro (Abhängig von der Funktion)

Weitere Beratungsmöglichkeiten:

02271 582 93 26 Alzheimer Telefon Bergheim (Alzheimer Gesellschaft Bergheim)

030 259 37 95 14 Bundesweites Alzheimer Telefon (Deutsche Alzheimer Gesellschaft)

Bürgertelefon zur Krankenversicherung	030 / 340 60 66 – 01
Bürgertelefon zur Pflegeversicherung	030 / 340 60 66 – 02
Bürgertelefon zur gesundheitlichen Prävention	030 / 340 60 66 – 03
Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte	Fax: 030 / 340 60 66 – 07, E-Mail: info.deaf@bmg.bund.de info.gehoerlos@bmg.bund.de
Gebärdentelefon ISDN-Bildtelefon	030 / 340 60 66 – 08
Gebärdentelefon Video over IP	gebaerdentelefon.bmg@sip.bmg.buergerservice-bund.de

Pressemitteilung

**DRK Kreisverband
Rhein-Erft e.V.**



**Rotkreuz
Digital** 
Medien von jung bis alt

Zeppelinstraße 25
50126 Bergheim
Tel. 02271 606 0
Fax 02271 606 200
www.drk-rhein-erft.de
ausbildung@drk-rhein-erft.de

16.12.2024

Rotkreuz Digital macht Senior:innen fit für's Internet

Neuer Smartphone- Einführungs-Kurs für Senior:innen im neuen Jahr

bis zur Nutzung der Kontakte für WhatsApp, Telefon und eMail. Damit Sie sich sicher mit dem mobilen Gerät im digitalen Alltag und im I Angebote des Supermarktes, Bahnverbindungen, Kontakte pflegen: das Smartphone ist heute fast unverzichtbar. Auch für Senior:innen.

Ein neuer Smartphone-Einsteiger Kurs von Rotkreuz Digital startet am 22.01.2025 und führt in 10 x Lerneinheiten bis zum 26.03.2025 im Zahnrad in Brauweiler interessierte Senior:innen schrittweise in die Bedienung eines Smartphones mit Android-Betriebssystem ein. Ein weiterer Kurs findet in Bergheim statt, vom 13.02.2025 bis 25.05.2025.

In kleinen Gruppen lernen die Teilnehmenden unter der Anleitung eines erfahrenen, ehrenamtlichen Dozenten die digitale Welt kennen. Vom ersten Schritt der Bedienung des Bildschirms über die Einstellungen für WLAN nternet bewegen können, findet der Kurs in 10x Unterrichtseinheiten jeweils von 10:00 – 11:30 h statt. Wenn Sie ein Smartphone oder Tablet (Android Betriebssystem) besitzen, bringen Sie dieses gerne mit. Ansonsten steht für die Dauer des Kurses ein Leih-Tablet unentgeltlich zur Verfügung.

Anmeldung: ausbildung@drk-rhein-erft.de oder Tel. 02271 606 – 135.

Das vollständige Angebot von Rotkreuz Digital für 2025 entnehmen Sie bitte der Website des DRK Bildungszentrum Rhein-Erft. Projektleitung: Tina Gissel, eMail ausbildung@drk-rhein-erft.de. Rotkreuz Digital ist ein Projekt, das finanziell unterstützt wird durch das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW.

Rechtzeitig persönliche Vorsorge treffen, nicht erst im Alter

Worum geht es?

Mit einer Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht und Testament können sie sich rechtzeitig absichern, für Zeiten der Not oder wenn ein unverhofftes Ereignis sie trifft wie z.B. eine plötzliche Erkrankung, ein Unfall und sie selbst nicht mehr handeln können. Ihre Familienangehörige sind dann nicht automatisch vertretungsberechtigt. Im Folgenden werden diese Vollmachten kurz vorgestellt.

Wofür ist die Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung ist für den Fall sinnvoll, wenn sie in einer lebensbedrohlichen Situation nicht mehr in der Lage sind, ihre individuellen Wünsche bezüglich medizinischer Behandlung selbst festzulegen. Sie legen darin rechtlich fest, welche medizinische Behandlung sie wünschen oder nicht. Dies kann z.B. lebenserhaltende Maßnahmen, oder andere spezifische medizinische Eingriffe umfassen.

Was ist eine Betreuungsverfügung

Eine Betreuungsverfügung ermöglicht es Ihnen, im Voraus eine Vertrauensperson zu benennen, die im Falle einer rechtlichen Betreuung die persönlichen und finanziellen Angelegenheiten für Sie regeln soll und nicht ein von Gericht eingesetzter Betreuer. Dies ist besonders wichtig, wenn keine Vorsorgevollmacht vorhanden ist oder diese nicht greift.

Was regelt die Vorsorgevollmacht

Sie ist weitreichender als die Betreuungsverfügung. In ihr legen sie fest, wer für Sie (in ihrem Namen) in bestimmten Situationen Entscheidungen treffen soll. Dies kann finanzielle, rechtliche oder medizinische Dinge umfassen. (Problem: Bankvollmacht greift nicht)

Das Testament, Nachlass regeln

Kennt jeder, aber kaum einer hat eins.

Warum, weil sich niemand gerne mit seinem eigenen Tod beschäftigt. Wenn kein letzter Wille hinterlassen wurde greift die gesetzliche Erbfolge.

Im Testament legen sie fest, wie die Verteilung ihres Vermögens nach ihrem Tod vorgenommen werden soll. Das Testament muss handschriftlich verfasst werden.

Wie sollte man vorgehen, wo gibt es Hilfen

Ausgehend von der eigenen Lebenslage stellen sich unterschiedliche Handlungsbedarfe ein wie, wer soll im Notfall benachrichtigt werden, wer kümmert sich um meine Bankgeschäfte im Notfall, wer sucht für mich evtl. einen Platz im Seniorenheim, wer kümmert sich um meine rechtlichen Angelegenheiten usw.

Oftmals helfen eigen formulierte Patientenverfügungen nicht da sie oft unklar formuliert sind. Stimmen Sie sich mit Ihrem Arzt ab. Des Weiteren gibt es Hilfen im Netz wie z.B. „Das Vorsorge-Set“ der Stiftung Warentest, für 15 Euro das viele Ideen und Informationen für diesen Artikel geliefert hat.

Dort finden sich ausführliche Informationen zur Patientenverfügung, Testament, Betreuungsverfügung und

Vorsorgevollmacht mit Ausfüllhilfen und eindeutigen Vorlagen, die oft nur noch mit ja oder nein angekreuzt werden müssen.

Bei der Vorsorgevollmacht ist es wichtig zu wissen, dass Verheiratete sich nicht automatisch vertreten. Die Ärztekammer Nordrhein hat im Internet einen „Leitfaden für die persönliche Vollmacht“ online gestellt, mit entsprechenden Vorlagen zum Ausfüllen z.B. die sehr gute „Vollmacht für Gesundheitsangelegenheiten.“

Eine wichtige Frage ist, wo bewahre ich meine Vollmachten so auf, dass sie im Notfall schnell gefunden werden.

Die Bundesnotarkammer führt ein Zentrales Vorsorgeregister für Vorsorgeangelegenheiten.

<https://www.vorsorgeregister.de/privatpersonen/inhalt-der-registrierung>.

Schieben Sie diese wichtigen Vorsorgen nicht länger auf. Dank der Hilfen im Netz findet sich auch der Laie gut zurecht.

Dieter Nitsch

Sie erreichen außerdem die Betreuungsstelle der Stadt Kerpen in der Stiftsstraße 24-28.

Stadtteile: Horrem, Buir, Blatzheim, Manheim,

Frau Francisca Will

Tel. 02237/58-236

Stadtteile: Kerpen, Mödrath, Langenich, Türnich, Balkhausen, Brüggen

Herr Stefan Holter

Tel. 02237/58-685

Stadtteil: Sindorf

Frau Rebecca Weißnicht-Grau

Tel. 02237/58-291

Die Betreuungsstelle führt regelmäßig Informationsveranstaltungen zum Thema Vollmacht und Patientenverfügung durch.

Die inhaltliche Beratung zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung bietet an:

Herr Frank Nixdorf, Fachbereichsleitung Betreuungsverein SKM Rhein-Erft-Kreis e.V. im Begegnungszentrum Alleinerziehender, Stiftsplatz 4, 50171 Kerpen Mittwoch von 15:30-17:30, Termine vor Ort nur nach Vereinbarung.

Tel: 0178-7800005.

Bitte außerhalb des o.g. Zeitraumes in der Geschäftsstelle in Erftstadt-Gymnich anrufen unter Tel.: 02235-7995-51

Weitere Informationen bzw. eine Informationsbroschüre zum Thema Betreuungsrecht und Vollmacht erhalten Sie beim Bundesjustizministerium Öffentlichkeitsarbeit www.bmj.bund.de oder Tel. 01805 778090

Termine des Seniorenbeirats

Januar bis Juni 2025



SENIORENBEIRAT
DER
KOLPINGSTADT KERPEN



Mo	3. Februar	<p>Karnevalssitzung</p> <p>Jahnhalle Kerpen</p> <p>Beginn 15:45 Uhr Einlass 14:00 Uhr</p> <p>Kartenverkauf ab 5.12. 2025 Karte 25 Euro</p>
Sa	10. Mai	<p>Ein schöner Tag im Mai</p> <p>Kartenverkauf ab 20.3.2025</p>
Di	24. Juni	<p>Schiffstour</p> <p>Kartenverkauf ab 24.4.2025</p>

Die Karten erhalten Sie im Büro des Seniorenbeirats donnerstags zwischen 10.00 Uhr und 12.00 Uhr. Der Kartenverkauf beginnt immer ca. 8 Wochen vor dem jeweiligen Termin an einem Donnerstag

Schon mal vormerken: Termine im ersten Halbjahr 2025

4. September Seniorentag

3. Dezember Besuch eines Weihnachtsmarkts

Diabetiker Termine

Januar bis Juni 2025

Die Diabetiker – Selbsthilfegruppe Kerpen

Der Diabetikertreff findet im Rathaus der Stadt Kerpen Raum 198 statt, Beginn 14.30 Uhr.

Engeladen sind alle Diabetiker, Angehörige und Interessierte. Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich Kontakt: Büro des Seniorenbeirats

Mo	20. Januar	Thema: Sicher im Verkehr unterwegs. Referentin: Polizeihauptkommissarin Simone Ziemek Polizei Rhein-Erft-Kreis
Mo	17. Februar	Thema: Wege zur Selbsthilfe Referentin: Gabriele Miller-Staudt Selbsthilfebüro des Rhein-Erft-Kreises
Mo	17. März	Thema: Länger zu Hause wohnen Referentin: Brigitte Happekotte Wohnberatung des Rhein-Erft-Kreises
Mo	28. April !! 4. Montag im April!!	Thema: Das Ehrenamt Referentin: Laura Jansen Stadt Kerpen, Amt für Senioren, Menschen mit Behinderung und soziale Hilfen
Mo	19. Mai	Thema: Ernährung im Alter Referentinnen: Kerstin Endlich Oecotrophologin, Diabetisberaterin
Mo	16. Juni	Ausflug



SENIORENBEIRAT
DER



Wandertermine Januar - Juni 2025

Di	21. Januar 9.30 Uhr „P“ Rathaus	Wanderung: Kerpen – vom Parrig zum Boisdorfer See ca. 10 Km, mit leichten Steigungen Wanderführer: Gert Pribyl ☎ 02273 – 54113
Di	18. Februar 9.30 Uhr „P“ Rathaus	Wanderung: bei Raffelsbrand Im Hochmoor am Wehebach ca. 11 Km, mit leichten Steigungen Wanderführer: Gert Pribyl ☎ 02273 – 54113
Di	18. März 9.00 Uhr „P“ Rathaus	Wanderung: Runde um Bürvenich Von Bürvenich über den Tötschberg nach Berg und Hubertuskapelle ca. 10 Km, mit moderaten Steigungen Wanderführer: Paul Breuer ☎ 02273-9917070
Di	15. April 9.00 Uhr „P“ Rathaus	Wanderung: Grüne Lunge von Köln – Stadtwald vom Kalscheuer Weiher bis zum Beethovenpark ca. 10 Km, leicht Wanderführer: Paul Breuer ☎ 02273-9917070
Di	20. Mai 9.30 Uhr „P“ Rathaus	Wanderung: Runde bei ALT-Hürth ca. 11 Km, leicht Wanderführer: Gert Pribyl ☎ 02273 – 54113
Di	17. Juni 9.30 Uhr „P“ Rathaus	Wanderung: „Im Brandner Wald“ Auf historischen Wegen entlang des Westwalles ca. 10 Km, leicht mit moderaten Steigungen Wanderführer: Gert Pribyl ☎ 02273 – 54113

Die Wanderungen finden an jedem **3. Dienstag im Monat** statt und
erfolgen auf **eigene Verantwortung**

Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich

Kostenbeteiligung für die Mitfahrgelegenheit

Treffpunkt zu den Wanderungen Rathausparkplatz 50171 Kerpen Bushaltestelle

Rückkehr nach anschließender Einkehr zwischen 16.00 Uhr und 17.00 Uhr **Wir bitten alle**

Wanderfreunde auf festes Schuhwerk zu achten

Termine Tanzkaffee Januar bis Juli 2025

Das **Tanzcafé** wird von der **Schützenbruderschaft St. Sebastianus e.V.** in **Kerpen** in der **Schützenstraße 28**, Kerpen ausgerichtet und richtet sich nicht nur an Senioren.

Beginn **14.30 Uhr** mit Kaffee und Kuchen

Kosten für jede Veranstaltung 12.00 € pro Pers. inkl. 1 St. Torte und Kaffee

Januar: 15.01.2025, 29.01.2025

Februar: 26.02.2025

März: 12.03.2025 , 26.03.2025

April: 09.04.2025 , 23.04.2025

Mai: 07.05.2025 , 21.05.2025

Juni: 04.06.2025

Juli: 02.07.2025 , 16.07.2025, 30.07.2025

Änderungen vorbehalten

Inhaltsverzeichnis

Grußwort der Vorsitzenden des Seniorenbeirats Gertrud Jansen	3
Grußwort des Bürgermeisters	4
Seniorentag 2024: Bata Illic in der Jahnhalle	5
Besuch des Bonner Weihnachtsmarkts	7
Das Kepener Netzwerk 50plus stellt sich vor	9
116117 eine Nummer für alle Fälle	10
Was ist Selbsthilfe	11
Ihre Ansprechpartner für den Seniorenbeirat	12
Wie erkenne ich Betrüger am Telefon	13
Alles zur Pflegeberatung	14
Weitere Beratungsmöglichkeiten	15
Smartphone-Einführungskurs Rotkreuz Digital	16
Rechtzeitig persönliche Vorsorge treffen, nicht erst im Alter	17
Termine Seniorenbeirat	19
Diabetiker Termine	20
Wandertermine	21
Termine Tanzkaffee	22
Wichtige Kontakte	23
Wichtige Telefonnummern	24

Wichtige Kontakte

Mit Ihrem Smartphone und der App "Apotheke vor Ort" finden Sie auch von unterwegs aus in Sekundenschnelle den nächsten **Apotheken-Notdienst**. Die App "Apotheke vor Ort" vom Wort & Bild Verlag – dem Verlag Ihrer Apotheken Umschau – können Sie sich kostenfrei im App Store und bei Google Play herunterladen.

Bürgertelefon zur Krankenversicherung 030 / 340 60 66 – 01

Bürgertelefon zur Pflegeversicherung 030 / 340 60 66 – 02

Bürgertelefon zur gesundheitlichen Prävention 030 / 340 60 66 – 03

Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte

E-Mail: info.gehoerlos@bmg.bund.de

Informationen zum Gebärdentelefon: erhalten Sie unter
www.gebaerdentelefon.de/bmg

Das nächste Journal erscheint

Im Juli 2025

Allgemeine Notrufnummern

Polizei	110
Feuerwehr, Rettungsdienst und Notarzt	112
Gebärdentelefon	115
Giftnotrufzentrale ©	0228-19240

Notdienste und ärztliche Versorgung

Der unter der zentralen Rufnummer 116 117 erreichbare ärztliche Bereitschaftsdienst hilft Ihnen außerhalb der Sprechzeiten Ihres Arztes bei Erkrankungen, mit denen Sie sonst in die Arztpraxis gehen würden und deren Behandlung nicht bis zum nächsten Tag warten kann! In lebensbedrohlichen Fällen alarmieren Sie bitte den Rettungsdienst unter der Notrufnummer 112.

Notdienstplan der Apotheken ©	01805-938888
Augenärztliche Notrufzentrale	02238-9494215
Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst ©	01803-010103 - Nur aus dem Festnetz erreichbar
Gynäkologischer Notdienst ©	01803-010102 - Nur aus dem Festnetz erreichbar
Zahnärztlicher Notfalldienst © Suchmaschine	01805-986700ernet-
Praxis Netz Erft (PNE)	01803-0101001 - Nur aus dem Festnetz erreichbar
Krankentransport (Kreisweit)	02273-19222
Hotline für vermisste Kinder	116 000
Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“	116 016
Nummer gegen Kummer Kinder- und Jugendtelefon / Elterntelefon	116111 / 0800-1110550
Zentrale Sperrnummer für Diebstahl/Verlust von Ausweisen, Dokumenten-, Karten etc.	116 116
Telefonseelsorge	116123, 0800-1110111 oder 0800-1110222
EU-PATIENTEN.DE- Telefonischer Kontakt - (Internet-Suchmaschine für die Suche nach Gesundheits-Dienstleistern in Deutschland)	0228-9530-802, 608. 609 Mo.-Do. 8:00 - 16:30 und Fr. 8:00 - 15:00

Technische Notdienste bei Störungen

Gas (Westnetz GmbH)	0800 0793427
Strom (Westnetz GmbH)	0800 4112244
Wasser (Westnetz GmbH)	0800 9764440
Nahwärme Vingerweg (nPro Energy GmbH)	0170 2473072
Geothermie	02271 83 17012
Straßenbeleuchtung (Westenergie AG)	0800-4112244
Telefon und Internet	Anbieterabhängig