

## Liebe Netzwerkerinnen und Netzwerker,



fast ein halbes Jahr ist schon wieder vergangen und Deutschland ist Ausrichter der Europameisterschaft im Herrenfußball. Die Stimmung in den Stadien ist ausgelassen und fröhlich, so ist es jedenfalls bis jetzt, zu dem Zeitpunkt, an dem ich das Infoblatt setze. Ob wir wohl Europameister werden?

Dieter Franzen

## Boulegruppe in BBT

Irgendwann im letzten Herbst haben wir während einer Netzwerkversammlung die Gründung einer Boulegruppe beschlossen, da an der ev. Lukaskirche in Brügggen eine Boulebahn angelegt wurde.



Am 8.4.2024 war es so weit. Einige interessierte Netzwerkerinnen und Netzwerker trafen sich um 15 Uhr, um zuerst das „Schweinchen“ und dann die Metallkugeln zu werfen. Leider wurde uns an diesem ersten Termin durch das Wetter einen Strich durch die Rechnung gemacht.

Um 15 Uhr begann es zu regnen.

Beim nächsten Treffen aber blieb es trocken und wir konnten so richtig loslegen. Außerdem kam Dieter Nietsch – ein versierter Boulespieler – vorbei, um uns die Regeln nahezubringen.



Wir treffen uns jetzt jeden Montag um 15 Uhr und spielen so ca. 1 1/2 Stunden. Meistens sind wir so 10 bis 12 Personen, und der Spaß ist garantiert, besonders wenn mehrere Kugeln nahe am Schweinchen liegen und genau abgemessen werden muss, welche Kugel am nächsten liegt.

Ingrid Timm

## Ich habe Parkinson. So ein Mist!

So steht es auf der Homepage des Kerpener Netzwerks 55plus. Wer den weiteren Text liest, erfährt, dass im Netzwerk eine Selbsthilfe-Gruppe „Parkinson“ ins Leben gerufen werden soll. Bei Interesse solle man sich bei Laura Jansen oder Lena Kuchenbecker melden.

Einige Tage war es still, es meldete sich niemand, aber nachdem ein kleiner Artikel in der Werbepost erschienen war, meldeten sich immer mehr Interessenten, so dass ein Tisch für ca. 10 Personen im Café Risse reserviert wurde. Da sich jedoch nicht alle Teilnehmer angemeldet hatten, mussten immer noch zusätzliche Stühle herangeschafft werden.

Hierfür ein Dankeschön an die Mitarbeiterin des Cafés Risse, die beim „Stühlerücken“ behilflich war und uns mit Kaffee, Kuchen und Sonstigem versorgte.

 Es war klar, dass bei diesem ersten Treffen überwiegend Organisatorisches besprochen wurde. Ein wichtiger Punkt war die Suche nach einer Örtlichkeit für regelmäßige Treffen, denn, bei aller Freundlichkeit des Risse-Personals, ist ein Café dafür nicht geeignet.

Hier bot Lena sofort ihre Hilfe an, und schon am nächsten Tag hatte sie einen Raum für das nächste Treffen reserviert. Auch von Seiten der Teilnehmer kamen brauchbare Vorschläge für die Raumsuche. Weitere Unterstützung aus dem Netzwerk kam von Dieter Franzen, der seine Hilfe in Sachen „Zoom-Treffen“ anbot. Zoom-Treffen könnten eine gute Ergänzung zu den persönlichen Treffen sein, z.B. im Winter, da die Mobilität bei Parkinson-Patienten eh eingeschränkt ist.

 Unterstützt werden wir (Gerhard Beuscher und Ria Schauff) auch von Frau Miller-Staudt vom Selbsthilfe-Büro Rhein-Erft-Kreis, die uns als Expertin in Sachen Selbsthilfe-Gruppen zur Seite stehen wird.

Bei aller Hilfe gibt es noch viel zu tun. Packen wir's an!

### Besuch der Abtei Brauweiler



Die Gruppe Ausflüge des Netzwerkes Sindorf war am Pfingstsonntag unterwegs zum tausendjährigen Jubiläum der Abtei Brauweiler.



Der Wettergott war uns gnädig und ließ bei angenehmen Temperaturen die Sonne scheinen. Wir nahmen an einer Führung teil und erfuhren viel von der wechselvollen Geschichte.





Alles strahlte in frischem Glanz. Man hat einen Kräutergarten nach historischem Vorbild angelegt, mit 100 Kräutern, allerdings reichten unsere botanischen Kenntnisse nicht aus, um alle zu erkennen.



Die Gruppe besichtigte die Kirche und spazierte durch den Kreuzgang. Der wunderschöne Kloostergarten ist für alle frei zugänglich und eine Oase der Ruhe.

Nach so viel Geschichte hatten wir uns eine Stärkung verdient und fuhren zum Hallerhof in Oberaußem. Wir wurden gut bewirtet und genossen bei angeregten Gesprächen den Abschluss unseres Ausfluges.

Hanne Salz und Christa Herrlein

## Wanderung im Lampertstal (Toskana der Eifel) am 16.05.2024

Bericht von Herma Müllenmeister – Bilder von Ute und Herma

Der „EifelSpur“-Wanderweg „Toskana der Eifel“ wurde zum beliebtesten Wanderweg des Jahres 2023 gekürt. Diesen Weg möchten wir auch gerne mal erwandern – aber er ist fast 16 km lang und hat über 400 Höhenmeter. Das könnte eine ziemliche Herausforderung werden.



Aber Komoot hat diesen Weg für uns auf 12 km Länge mit 130 Höhenmetern konfiguriert. Also planen wir diese Wanderung für den 16. Mai 2024.



Die Wettervorhersage für den Tag ist nicht so toll. Es wird Starkregen und Gewitter angekündigt.

Wir starten trotzdem mit 6 Personen - bereits um 8:30 Uhr, da 2 Teilnehmer am Nachmittag einen

Termin in der Kochgruppe haben. Später stellt sich heraus, dass das eine gute Entscheidung war.



Nach ca. 1 Stunde Fahrt sind wir in Mirsbach. Gutgelaunt - der Himmel sieht freundlich aus - starten wir unsere Wanderung. Wir laufen durch eine abwechslungsreiche Landschaft - die Natur präsentiert sich in vielen verschiedenen Grüntönen. Wir sehen in der Ferne den Kalvarienberg mit den Wacholderbüschen und erleben das „Toskana-Feeling“. Streckenweise gehen wir auf den EifelSpuren „Wacholderheide“ und „Wo Bä- che schwinden“.



Nach einigen Kilometern wird es warm und die Jacken werden ausgezogen. Wir kommen in das Naturschutzgebiet „Lampertstal“. Herrlich blühende Wiesen, soweit das Auge reicht.

Aber wo ist jetzt der Weg? Mitten durch die Wiesen mit hohem Gras geht es über einen kleinen Bach. Auf der anderen Seite des Tales geht es

mit Sonnenschein weiter. Ein Reh huscht aus dem hohen Gras über den Weg. Eine kleine Eidechse wird entdeckt. Wir bleiben stehen und erfreuen uns an dem Anblick. Die Eidechse klettert bei Reiner auf den Schuh und am Hosenbein rauf, um kurz darauf wieder zu verschwinden. Wir haben viel Spaß.

Eine Bank am Wegesrand lädt zur Mittagszeit zum Picknick ein. So gestärkt geht es weiter auf die letzten Kilometer.



Es ist ein toller, trockener Tag. Nach 4 Stunden sind wir wieder am Parkplatz. Kaum sitzen wir im Auto, kommt ein heftiger Regenschauer runter. Gut, dass wir so früh gestartet sind; denn sonst wären wir sicher sehr nass geworden. Nach einer staufreien Rückfahrt kehren wir im Café Schneider in Kerpen zum Abschluss ein. Wir sind pünktlich zu Hause bzw. pünktlich zum Kochen zurück.

### Impressum

Herausgeberin: Kerpener Netzwerk 55plus

Ansprechpersonen: Frau Lena Kuchenbecker  
(Lena.Kuchenbecker@stadt-kerpen.de)  
Frau Laura Jansen  
(Laura.Jansen@stadt-kerpen.de)

Fotos: Kerpener Netzwerker\*innen 55plus, Pixabay.de  
Dieter Franzen

Layout: Dieter Franzen  
(Dieter-NW55plus@gmx.de)

Wenn Sie einen Druckfehler finden, bitte beachten Sie, dass er beabsichtigt war. Die Redaktion behält sich Kürzungen oder Änderungen der eingesandten Beiträge vor.

Infoblatt Netzwerk Kerpen 55plus vom 25.06.2024