

## Königswinter Unterwegs auf dem Bittweg

**Diese Ausgabe enthält  
16 Seiten Veranstaltungstipps**

für Bonn | Königswinter | Oberpleis  
Bad Honnef | Rheinbreitbach | Unkel  
Erpel | Linz

### Bad Honnef

Neuer Auftrieb für  
den Kurort?

### Natur

Flammendes  
Steinkraut

### Gesundheit

Das Geheimnis der  
inneren Stärke

# SCHLAFEN AUF HÖCHSTEM NIVEAU

„bestes bettenfachgeschäft“  
BEI DER SERVICE WM-RHEIN-SIEG



JETZT NEUE ANGEBOTE BEI BETTEN STAR!

**BETTEN  
STAR**  
WWW.BETTEN-STAR.DE

SIEGBURG Mühlenstraße 20  
Tel. 0 22 41 / 5 76 76

Am Herrengarten 2-6  
Tel. 0 22 41 / 59 12 55

BAD HONNEF-ROTTBITZE  
Himberger Str. 2, Tel 0 22 24 / 12 21 411

## R(h)einwandern in den Frühling

30. April 2016

Alte Brauerei · Bruchhausen



### Hexen & Sagen

eine mystische Erlebniswanderung  
mit Katharina von Spee



Anmeldung erforderlich unter:  
Tourismus Siebengebirge GmbH · Telefon: 02223.917712 oder  
Mail: marzia@siebengebirge.com · www.siebengebirge.de

SIEG REHA



SIEG PHYSIO-SPORT

**Tagsüber Reha –  
abends zu Hause!**

### ÜBER 15 JAHRE ERFAHRUNG IN DER AMBULANTEN REHA

An zwei Standorten in Hennef sind wir für Sie da. Mit unserer Erfahrung helfen wir Ihnen Ihre körperliche Leistungsfähigkeit zu verbessern und das seelische Gleichgewicht zu finden.

#### AMBULANTE REHABILITATION für die Indikationen:

⚡ Orthopädie ⚡ Neurologie ⚡ Kardiologie ⚡ Psychosomatik



Mehr zu unseren Standorten und Angeboten unter [www.siegreha.de](http://www.siegreha.de)

Zentrum für Ambulante Rehabilitation  
(Orthopädie, Neurologie, Kardiologie, Psychosomatik)  
Praxen für Physiotherapie | Ergotherapie | Logopädie

++ SIEG Reha in Hennef

Mittelstraße 51 und Dickstraße 59 | 53773 Hennef  
Telefon: 02242.96 988-0 | E-Mail: [info@siegreha.de](mailto:info@siegreha.de)

#### IHRE VORTEILE

- ⚡ Fachbereichsübergreifende Zusammenarbeit unsere Ärzte und Therapeuten bei Mehrfacherkrankung möglich
- ⚡ Intensives und konzentriertes ambulantes Therapieangebot
- ⚡ Wohnortnahe Therapie, auch berufsbegleitend möglich
- ⚡ Enger Kontakt zu vor- und weiterbehandelnden Ärzten, optimale Einbringung der Reha-Maßnahmen in die Gesamtbehandlung

#### UNSER SERVICE

- ⚡ Fahrdienst
- ⚡ Täglich frisch zubereitete Mahlzeiten
- ⚡ Ruhemöglichkeit in separaten Räumlichkeiten

### Tag der offenen Tür

Samstag, 30.04.2016

von 11:00 – 17:00 Uhr

Unser Programm auf: [www.siegreha.de](http://www.siegreha.de)

Alle Kassen – Vertragspartner der Berufsgenossenschaften und der Rentenversicherungsträger

# Liebe Leserin und lieber Leser,

steinerne Zeugen erinnern bis heute an die Zeit, in der der Petersberg ein beliebter Wallfahrtsort war. Einst versprach der Papst den Pilgern für das Besteigen des Gipfels einen Ablass – vorausgesetzt, sie ließen auch etwas für den Neubau der Kapelle springen. Die alten Altarsteine und Wegekreuze laden auch heute noch Auf dem **Weg zur Vergebung** dazu ein, innezuhalten und nachzudenken. Geschichtliches über den Königswinterer Bittweg stellen wir Ihnen auf Seite 4/5 vor. Von der Vergangenheit blicken wir in die Zukunft: Blüht Bad Honnef bald wieder auf – als ein **strahlender Kurort**? Ganz in der Nähe der Villa Schaaffhausen wurde eine Heilquelle mit faszinierenden Inhaltsstoffen gefunden. Ob Rommersdorf bald ein Luxus-Kurbad sein Eigen nennen wird, lesen Sie auf Seite 6/7. Folgen Sie uns weiter auf einen Spaziergang durch die Weinberge, wo Ihnen Diplom-Biologe Ulrich Sander das hübsche Stein-

kraut vorstellt: **Spezialist fürs Extreme** (Seite 8/9). Man könnte das Steinkraut an seinem extremen Standort durchaus als botanisches Pendant eines Stehaufmännchens betrachten. Sicherlich kennen Sie auch Menschen, die schon schwere Schicksalsschläge erlebt haben - und die mit einer bemerkenswerten Gelassenheit gesegnet zu sein scheinen. Psychologen nennen diese Widerstandskraft der Seele Resilienz. Mehr über die **Kraft der Stehaufmännchen** lesen Sie auf den Seiten 10 bis 12. Rechtsanwalt Christof Ankele führt Sie **in allen Ehren** noch in die Rechte und Pflichten eines gerichtlich bestellten Betreuers ein (Seite 13), bevor Margitta Blinde Sie mit einer köstlichen Anekdote in die 50er-Jahre entführt: **Schmuggeln will gelernt sein** (Seite 14/15). Ob die schmuggelnde Tante wohl reumütig **in Sack und Asche ging**? Oder ob sie nach Zahlung des Strafzolls Ganz unten ange-

kommen war? Darüber können wir nur rätseln – oder uns die Zeit mit einer neuen „**Plauderei aus dem Nähkästchen**“ vertreiben, denn auf Seite 16 suchen wir auch diesen Monat eine Redensart – und einen fabelhaften April Ihnen und Ihren Lieben wünscht

Ihre

*Julia Bidder*



## IMPRESSUM



**Titelbild**  
Erwin Bidder | Die Aufnahme zeigt die Kapelle auf dem Petersberg

**Erscheinungsweise**  
monatlich  
jeweils zum Monatsbeginn

**Redaktionsschluß**  
10. des Vormonats

**Anzeigenschluß**  
15. des Vormonats

**Verteilte Auflage**  
15.000 Exemplare

**Herausgeber**  
Verlag, Vertrieb und Anzeigenverwaltung:  
Quartett-Verlag Erwin Bidder  
Im Sand 56 | 53619 Rheinbreitbach  
Telefon: 0 22 24 / 7 64 82  
Fax: 0 22 24 / 90 02 92  
E-Mail: info@rheinkiesel.de

**Redaktion**  
Erwin Bidder (verantwortlich),  
Julia Bidder, Margitta Blinde,  
RA Christof Ankele, Paulus Hinz,  
P. Rimus-Aprilio, Dieter Mechlinski,  
Ulrich Sander

**Gestaltung**  
Werbeatelier Bad Honnef  
Claudia Frost  
Hauptstraße 8 | 53619 Rheinbreitbach  
www.werbeatelier-bad-honnef.de

**Illustrationen**  
Urhebervermerk am jeweiligen  
Motiv, Rest Quartett-Verlag

**Anzeigen**  
Erwin Bidder (Verlag)  
Tel. 0 22 24 / 7 64 82

**Druck**  
DCM Druckcenter  
Meckenheim GmbH  
Werner-von-Siemens-Str. 13  
53340 Meckenheim  
www.druckcenter.de

**Internet**  
www.rheinkiesel.de  
Ansgar Federhen (info@rhein-net.de)

**Beilagenhinweis**  
Parkresidenz Bad Honnef (Teilbeilage)



**Wir haben sie!**

**Die Geschenk-Ideen für Ostern, Kommunion, Konfirmation + viele weitere Anlässe**



53604 Bad Honnef  
Hauptstr. 60 a  
Tel. 0 22 24 - 7 10 90  
Fax 0 22 24 - 7 10 19

*Genießerpfade*  
ESSIG, ÖL & MEHR

Das Spezialitätengeschäft der besonderen Art

**Starten Sie in die neue Grillsaison!**



Grillfleischgewürz	
Grillfischgewürz	
Scampigewürz	
Steakwürzer	je 3,40 €
Steaksauce	
Chutney Toscana	
Chili Mango Chutney	
Zwiebel-Chutney	je 5,35 €
BBQ Saucen	
Peppa Must Sauce	
Chili Garlic Sauce	
versch. RUBS	je 5,95 €
Thörle Sommerwein	0,75 l Fl. 6,50 €

Hauptstraße 29 b • 53604 Bad Honnef  
Tel. 0 22 24 - 1 87 98 30  
www.geniesserpfade.de

Mo - Fr 10.00 - 18.30 Uhr • Sa 10.00 - 14.00 Uhr

# Auf dem Weg zur Vergebung

Mehr als sieben Jahrhunderte war der Petersberg im Siebengebirge das Ziel zahlreicher Wallfahrten. Bis heute sind Stationen der ehemaligen Bittwege erhalten – und laden auch heutige Wanderer ein zum Innehalten und zum Gebet.

sich Anfang der 1130er-Jahre eine Eremitenklause auf dem Stromberg (dem heutigen Petersberg) eingerichtet. Daraus entwickelte sich ein Konvent nach den Regeln des Heiligen Augustinus.

Die Chorherren errichteten auf dem Gipfel eine „Kirche der heiligen Gottesmutter Maria“. Doch die Mutter Gottes wich noch vor Ende des 12. Jahrhunderts dem Heiligen Petrus, dessen Name der Stromberg bald trug und der fortan auch in der Kirche verehrt wurde.

## Auf zum Petersberg

Die Pilgerzahl stieg an, nachdem 1312 eine Bischofsversammlung in Avignon den zum Petersberg wallfahrenden Gläubigen einen Ablass von 40 Tagen verliehen hatte, sofern sie für den Neubau einer Kapelle Geld opferten. Fünf Bittwege entwickelten sich: von Königswinter, Nieder- und Oberdollendorf, Ittenbach und vom Kloster Heisterbach. Schließlich trat an die Stelle der Marienkirche eine dem Heiligen Petrus geweihte Kapelle.

Viele Pilger trugen zur Erinnerung an den Leidensweg Jesu Holzkreuze, die sie auf den steilen Anstiegen oft ablegten. An ihre Stelle traten im Laufe der Zeit steinerne Kreuze, die in beträchtlicher Zahl noch heute den Verlauf der Bittwege markieren. 21 Wegekreuze, zwei Marienkapellen und sechs Prozessionsaltäre zeugen von der tiefen Frömmigkeit früherer Generationen, aber zugleich von der Kunstfertigkeit der damaligen Steinhauerzunft.

1764 wurde eine neue Kapelle errichtet und erneut dem Heiligen Petrus geweiht. Auch heute wird dort noch an Sonntagen und aus besonderen Anlässen die Heilige Messe gefeiert. 1779 gewährte Papst Pius VI. den Pilgern einen vollkommenden Ablass. Das gab den Wallfahrten auf den Petersberg neuen Auftrieb. Erst etwa 100 Jahre später vererbte die Pilgerflut.

## Steinerne Denkmäler

Alle 29 Stationen der Petersberger Bittwege stehen seit 1999 unter

## Zahlreiche Wegekreuze schmücken den Bittweg

Seitdem das Glöcklein aus der Waldkapelle des Klausners Walter hell herüberklang in das Dollendorfer Tal, begannen die Wallfahrten nach dem Petersberg: des einsamen Beters, der Gruppen in man-

cherlei Anzahl, der Scharen in unabsehbaren Prozessionen aus den mannigfaltigsten Anlässen, in zahllosen Absichten.“ – So schrieb 1925 der Oberdollendorfer Heimatforscher Dr. Ferdinand Schmitz. Klausner Walter hatte



**Keine Zeit einzukaufen?  
Einkauf zu schwer?**

Dann liefern wir Ihnen  
Ihren Einkauf nach Hause!

Ihr Frischmarkt

**Bahnhofstraße 4 • Königswinter • 0 22 23 / 9 07 09 56**



## Grabdenkmale

*Karl Jacik* GmbH

Oberdollendorf Cäsariusstr. 39  
Telefon 0 22 23 / 22 164  
KarJacikGmbH@t-online.de

## Gebr. Söller OHG

Unkel / Rhein Linzer Str. 28  
Telefon 0 22 24 / 43 37  
soeller\_ohg@web.de

**Bei Anruf holen wir Sie gerne ab!**



## Information

### Die Bittwege im Internet

Eine Galerie mit mehr als 100 Bildern über die Petersberger Bittwege sowie Tausende historische Ansichtskarten, Fotos und Dokumente zum Siebengebirge finden sich im virtuellen Brückenhofmuseum: [www.brueckenhof.de](http://www.brueckenhof.de)

Denkmalschutz. Der Bittweg von Königswinter ist sogar als Ganzes eingetragen. Dennoch musste der Heimatverein Siebengebirge sich wiederholt an die Obere Denkmalbehörde wenden, um auf den sich verschlechternden Zustand des Bittwegs von Königswinter hinzuweisen.

Ursprünglich säumten 14 Stationen den Königswinterer Bittweg. Zwölf sind noch erhalten. Eine Besonderheit dieses Weges sind die sechs mächtigen, jeweils mehr als sieben Tonnen wiegenden Prozessionsaltäre. Einer von ihnen, das sogenannte „Stapelkreuz“, markiert am Abzweig von der Straße „Am Lessing“ den Beginn des Wallfahrtsweges, der den offiziellen Straßennamen „Petersberger Bittweg“ führt. Die Eheleute Jacob Reusch und Maria Drach hatten den Altar aus dem

Siebengebirgsgestein Trachyt 1661 in der Nähe des Eingangs zum Nachtigallental errichtet. Von dort wurde er wiederholt umgesetzt und vorübergehend sogar eingelagert. Um 1977 fand er seinen heutigen Standort. Einst stand darauf: „Wenn du vorübergehst allhier, mit Andacht deine Knie beug und denke nicht, dass du verehrest Stein, Holz oder Farb, sondern den, der für unsere Sünd am Kreuze starb. Vater unser, Gegrüßet seist du Maria.“ Heute ist der Text verwittert und nicht mehr lesbar.

### Geschenk zur Goldhochzeit

Von den weiteren sechs Wege- oder Andachtskreuzen sind zwei besonders erwähnenswert: Das eine ist ein schlichtes Kreuz aus Andesit, das jüngste Kreuz am Königswinterer Bittweg. Es fällt durch seine Inschrift auf: zum einen wegen der Verwendung großer und kleiner Buchstaben, zum anderen wegen des Stiftungsan-

### Ziel der Wallfahrer: Die Kapelle auf dem Petersbergplateau | Bild: Dieter Mechlinski



lasses, einer Goldenen Hochzeit. Das an siebenter Stelle stehende Andachtskreuz fällt durch seinen reichhaltigen Schmuck auf. Die Inschrift lautet: „Die wohl- und achtbaren Eheleute Mtr. Peter Genger und Catharina Wülstorf. R.I.P.“ In den vier Ecken stehen die Ziffern 1-7-2-4 für das Stiftungsjahr. Meister Peter Genger war Gerichtsschöffe. Er starb im Jahre 1722, nachdem zuvor seine Frau verstorben war. Vermutlich geht der Bildstock auf die elf Kinder des Ehepaares zurück. Als Hochrelief findet sich in der Mitte des oberen Teils die Figur der Schmerzhafte Gottesmutter mit den sieben Schwertern. Diese stehen symbolisch für sieben im Neuen Testament beschriebene Situationen der Sorge Marias um ihren Sohn Jesus. Den Abschluss bildet die große Figur des unter der Last des Kreuzes zusammengebrochenen Heilands.

Auch die zwölfte und letzte Station des etwas über zwei Kilometer langen Bittwegs ist diesem Stifterpaar zu verdanken: ein Prozessionsaltar aus Trachyt, der auf dem Petersbergplateau steht. Er ist dem Gastmahl Maria Magdalenas gewidmet.

Neben dem Prozessionsaltar auf dem Petersberggipfel steht eine Bronzetafel mit Erläuterungen zu den Bittwegen. Bedauerlicherweise ist der Text fehlerhaft: Die Wegekreuze stammen nicht aus dem 15. und 16. Jahrhundert, sondern frühestens aus dem 17. Jahrhundert. Auch wird die Zahl der Wegekreuze um fünf zu niedrig angegeben.

### Auf dem Gipfel

Nach dem Aufstieg lohnt sich ein Besuch der barocken Wallfahrtskapelle - vielleicht verbunden mit einem Gebet. Anschließend kann man vom Biergarten des Hotels Petersberg bei einem kühlen Getränk den beeindruckenden Blick ins Rheintal genießen. Von Mai bis Oktober fährt zwischen 10.13 und 17.13 Uhr stündlich ein Bus zum Bahnhof Königswinter.

|| Dieter Mechlinski

## ANTIK KUNST & DESIGN MARKT

Sonntag  
17. April  
Bonn  
Friedensplatz

Sonntag  
24. April  
Siegburg  
Marktplatz

Sonntag  
8. Mai  
Bad Honnef  
Fußgängerzone

jeweils 11-18 Uhr

[www.rhein-antik.de](http://www.rhein-antik.de)  
Tel: 02232 2900633

## Kosmetik Fußpflege



JUTTA SCHMIDT

### Kosmetik- und Fußpflegestudio

Hauptstraße 439  
Königswinter

Telefon:  
0 22 23 - 28 77 6

Öffnungszeiten:  
Dienstag bis Freitag  
9 bis 18 Uhr

Montags geschlossen



# Ein strahlender Kurort

Kuren wie in alten Zeiten: Wenn es nach dem Willen von Investoren geht, wird bald wieder ein Kurbad mit Heilquelle Bad Honnef schmücken. Herzstück der neuen Kuranlage soll die Villa Schaaffhausen werden.

nehmen Geodäten unter der Anleitung des Bad Gasteiner Star-Architekten Dr. Wolfgang T. Raum bereits Maß für den Bau eines neuen, ultramodernen Kurbads. Ringsum sollen nicht nur eine

Kur- und Heilanstalt für in- und ausländische Gäste entstehen. Luxuriöse, barrierefreie Wohnungen mit Anbindung an ein Seniorenheim sollen zahlungskräftigen Junggebliebenen einen unbeschwerten Lebensabend bereiten – mit einer Anbindung an betreutes Wohnen mit Full-Service, also inklusive Einkaufs- und Putzdienst sowie kostenlosen Taxifahrten zu kulturellen Highlights in der Bundesstadt Bonn. Und einem täglichen Bad in einem ganz besonderen Heilwasser.

## Heilsames Römer-Wasser

Laut Medienberichten hieß es, der Investor habe die Quelle an der Pforte zur Villa abgestellt, weil das Gesundheitsamt umfangreiche – und teure – Untersuchungen forderte. Ansonsten sei es verboten, der Rommersdorfer Bevölkerung das kühle Nass weiter als Trinkwasser anzubieten. Doch die

Wahrheit könnte anders aussehen, mutmaßt Dr. rer. aqu. Wilfried Sergenstein vom Institut für angewandte Chemie der Universität Bonn. „Eine Rommersdorferin hat uns vor zwei Jahren heimlich eine Probe des letzten Wassers zur Verfügung gestellt, das sie an der Quelle gezapft hatte. Wir haben die Inhaltsstoffe untersucht. Tatsächlich findet sich ein vergleichsweise hoher Radonwert in diesem Wasser.“

## Seltene Inhaltsstoffe

Absolute Zahlen will Sergenstein nicht nennen – und verrät nur so viel: „Der nächstgelegene Ort mit einer derartig hohen Radonkonzentration liegt mehr als 500 Kilometer entfernt. Wir haben keine Ahnung, wie dies geologisch zustande kommen kann.“ Einzige Erklärung sei eine geologische Verwerfung ähnlich der „Unkeler Falte“ am Stux. „Es könnte im Gestein eine Gasblase liegen, in der sich zufällig seit dem Paläolithikum dieses Gas angesammelt



hat“, mutmaßt die Privatdozentin Dr. Shriballa Wieland, Geologin und Mineralogin. „Hohlgänge aus Trachyt könnten wie ein Strohhalm dieses Gas aus tieferen Gesteinsschichten in diese Blase

gezogen und so angereichert haben.“ Dann aber könnte es tatsächlich sein, dass das begrenzte Vorkommen eines Tages erschöpft ist. „Wer diese Radonblase nutzen möchte, tut gut daran, sparsam damit umzugehen.“ Die Besonderheit: Das gasförmige Radon ist teilweise an das äußerst seltene Element Aprillium gebunden, was die Wasserlöslichkeit des Gases erhöht. „Wir erreichen in dieser Kombination eine Wasserlöslichkeit des Heilgases, die an der von Kohlensäure in Mineralwasser heranreicht“, berichtet Chemiker Sergenstein.

## Vorsicht, Nebenwirkung!

Allerdings empfiehlt es sich, die heilkräftigen Bäder ab einer höheren Konzentration nur mit einem speziellen Atemschutz zu

## Nur schlichtes Leitungswasser für die Rommersdorfer Bürger?

Wie soll deren Zukunft aussehen? Wenn es nach dem Willen eines neuen Investors geht, der vor kurzem die Erbbaurechte des Bistums vom ursprünglichen Unternehmen erworben haben soll, blüht Bad Honnef bald wieder als Kurstadt auf – und wird vielleicht weit über die Grenzen der Region Berühmtheit erlangen. Gut informierten Quellen zufolge gibt es bereits Werbeprospekte, die Bad Honnefs Vorzüge in russischer Sprache, auf Chinesisch und Arabisch anpreisen. Zielgruppe sind also klar die Wachstumsmärkte für die Wellness- und Gesundheitsbranche.

Das Herz des heilsamen Bade- und Kurortes soll dann aber nicht mehr im Kurhaus schlagen – sondern im altherwürdigen Gebäude der Villa Schaaffhausen: Dort

**Friedhofsgärtnerei Paeseler**

... über 80 Jahre der Meisterbetrieb Ihres Vertrauens

**DAUER GRAB PFLEGE**

Leben macht Erbsinnen

Frühjahr

Meisterbetrieb  
Inh. Manuela Brammer  
Drieschweg 48  
53604 Bad Honnef  
Telefon 0 22 24 / 37 57  
Telefax 0 22 24 / 96 18 43  
Mobil 0 16 3 / 5 02 35 67

[www.friedhofsgaertnerei-paeseler.de](http://www.friedhofsgaertnerei-paeseler.de)

Gut ausgerüstet für kleine und große Touren **Tropex**

Lohfelderstr. 12 · 53604 Bad Honnef  
Tel: 022 24-94 1000 · [www.tropex.de](http://www.tropex.de) · [info@tropex.de](mailto:info@tropex.de)



## Mitmachen und gewinnen

### Tickets für die Einweihungsfeier zu gewinnen!

Noch hat das Luxus-Spa in der Villa Schaaffhausen die Pforten noch nicht geöffnet. Die Einweihung ist für den 1. April 2017 geplant. Der Investor hat rheinkiesel exklusiv 33 Tickets für die Eröffnung des Bads zur Verfügung gestellt. Der Kölner Kardinal höchstpersönlich selbst hat seine Anwesenheit bei der Spa-Taufe zugesagt. Rufen Sie an und gewinnen Sie. Beantworten Sie am Telefon einfach folgende Frage: Aus welcher Quelle stammt das Wasser für das Villen-Spa?

genießen – denn Radon steht bekanntlich im Verdacht, zum Beispiel die Entstehung von Lungenkrebs zu begünstigen. Auch Asthmatiker, Menschen mit dem chronischen Lungenleiden COPD und der besonders seltenen partiellen Humorallergie sollten sich lieber fernhalten. Vermutlich wird man – ähnlich wie in anderen Kurbädern der Region – verschiedene Becken anbieten, in denen das heilsame Thermalwasser unterschiedlich stark konzentriert sein wird. Die höchste Konzentration darf man dann nur mit einer Schutzmaske besuchen. Dann kann das Radon seine heilsame Wirkung auf Knochen und Gelenke entfalten. Und auf die Seele, denn neuesten Forschungsergebnissen zufolge genügt schon ein einziges Bad in apriumhaltigem Wasser pro Jahr, um die Stimmung nachhaltig aufzuhellen.

### Bürger wehren sich

Also ein Jungbrunnen made in Rommersdorf? Das könnte natürlich eine wahre Goldgrube sein – während die Bevölkerung ringsum leer ausgeht. Schließlich wurde schon dem Brunnen das Wasser vor einiger

Zeit abgedreht – Wasser, das insbesondere die ältere Generation seit Jahrhunderten nutzte und dessen heilkräftigende Wirkungen in der älteren Bevölkerung ein offenes Geheimnis sind. Mittlerweile sprudelt die Römerquelle zwar wieder – doch möglicherweise wird sie nicht von der unterirdischen, radonhaltigen Quelle gespeist, sondern liefert schlichtweg normales Trinkwasser, mutmaßt etwa der 87-jährige Karl Winkler. „Seit einiger Zeit hat sich meine Arthritis verschlimmert – um genau zu sein, seit die Quelle wieder angedreht wurde“, ärgert er sich. Auch die 76-jährige Hedwig-Marietta Kornacker braucht mehr Schmerzmittel als noch vor vier Jahren. Beide haben den Verein „Rommersdorfer Wasser für Rommersdorfer e.V.“ gegründet. Der Verein hatte zunächst Geld gesammelt, um die Wasserprobe analysieren zu lassen. Derzeit sammelt der Verein weiter Spenden, um das aktuell aus der Römerquelle sprudelnde Wasser einer weiteren Analyse zu unterziehen. Die Initiative schließt nicht aus, wegen arglistiger Täuschung vor Gericht zu ziehen. „Die haben uns die Quelle wieder angedreht, damit wir keinen Ärger machen“, betont Karl Winkler. „Aber das ist niemals das alte, heilkräftige Wasser, das wir gewohnt waren!“ Der Verein fordert entweder lebenslanglich freien Eintritt ins Kurbad für alle gebürtigen Rommersdorfer – oder aber ein Kontingent von mindestens zwei Litern Heilwasser pro Kopf und Tag, über das die Bevölkerung selbst verfügen kann. Sollten sie vor Gericht kein Gehör finden, bleibt den Rommersdorfern nur eins: Warten, bis die Radonblase leer ist – und der Investor das Interesse verliert. So in 20, 30 Jahren könnte das Vorkommen erschöpft sein und die Radonkonzentration so stark sinken, dass das Heilbad unwirtschaftlich wird. „Dann sprudelt die Quelle sicher wieder für uns“, mutmaßt Karl Winkler.

|| P. Rimus-Aprillio



## Dach- und Abdichtungstechnik

### Meisterbetrieb GbR

Ihr Dachdecker in Bonn und Bad Neuenahr-Ahrweiler

Dacheindeckungen aller Art | Sanierungen und energetische Sanierungen | Dachwartung | Flachdachabdichtung | Bauwerksabdichtungen | Kunststoffabdichtungen | Sanierung von Treppenabgängen | Terrassen und Balkone | Dachrinnenreinigung | Reinigung von Kanalzugängen | Hubliftarbeiten | Reparatur Sofort-Servie

Telefon 02 28 - 18 034 833 oder 0 26 41 - 80 98 437

Email [info@ht-dach.de](mailto:info@ht-dach.de) [www.ht-dach.de](http://www.ht-dach.de)



## Hier inserieren bringt Gewinn!

Mit nur einem Werbeträger erreichen Sie die über 100.000 Einwohner des Siebengebirgsraumes.



**rheinkiesel**

Quartett Verlag

Erwin Bidder | Im Sand 56 | 53619 Rheinbreitbach | Telefon 0 22 24 - 7 64 82  
Telefax 90 02 92 | [info@rheinkiesel.de](mailto:info@rheinkiesel.de) | [www.rheinkiesel.de](http://www.rheinkiesel.de)



## Steinreiche Vielfalt für Ihren Garten!

Der Naturstein-Experte in Ihrer Nähe.

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
MO-FR: 7:30-17:30 UHR  
SA: 9:00-13:00 UHR

Besuchen Sie unseren informativen Ausstellungsbereich.



**QUICK GMBH & CO. KG**  
Industriepark Nord 18  
D-53567 Buchholz-Mendt

Telefon (0 26 83) 97 87-0  
[info@quick-baustoffe.de](mailto:info@quick-baustoffe.de)  
[www.quick-baustoffe.de](http://www.quick-baustoffe.de)



# Spezialist für Extreme

Diese Pflanze wächst an den gefährlichsten und ungemütlichsten Stellen: Felshängen, Steinhalden, staubtrockenen Stein- und Sandwüsten. Dort wird es im Winter maximal frostig und im Sommer glühend heiß. Das Steinkraut erobert diese unwirtlichen Flecken – und schmückt sie in diesen Wochen mit einem satten Goldgelb.

## Goldgelber Blütenschmuck

Seine Blütezeit beginnt Ende März und kann sich über mehrere Wochen erstrecken. Je nach Lage blüht das Steinkraut sogar noch bis in den Mai hinein. Während dieser Zeit bildet die wuchsfreudige Pflanze polsterartige bis buschige Bestände mit zahlreichen gelben vierzähligen Blüten. Diese Blütenform (vier Blütenblätter, vier Kelchblätter, vier Nektardrüsen) ist typisch für die Familie der Kreuzblütler, zu denen bekannte Verwandte wie Kohl, Raps, Senf oder Kresse gehören. Das Ende eines Blüten sprosses schmückt eine Blüten traube aus 15 bis 50 Einzelblüten. Jede misst im Durchmesser etwa anderthalb Zentimeter. Während ihres Wachstums im Frühjahr verändert sich der Charakter der Pflanze: Im frühen Stadium, wenn sich die Blütenknospen öffnen, stehen sie zunächst wie bei einer Dolde dicht zusammen. Im weiteren Verlauf streckt sich

der zentrale Spross, so dass sich auch der Blütenstand verlängert. Dann liegen die Blüten weiter auseinander – was die Blume umso prächtiger wirken lässt. Allerdings dauert es dann auch nicht mehr lange, bis die ersten Blütenblätter abfallen und eine Schote mit den darin liegenden Samen heranreift.

## Haariges Schutzschild

Licht haben die Steinkräuter an ihren Standorten genügend zur Verfügung. Allerdings müssen sie extreme Temperaturunterschiede und Wasserknappheit verkraften. Um an ausreichend Flüssigkeit zu gelangen, bilden die Steinkräuter entsprechende Wurzeln aus. Diese sind einerseits dünn, um auch in kleine Ritzen vorzudringen, andererseits erreichen sie eine Länge von fast einem Meter.

Gegen die extrem niedrigen wie auch hohen Temperaturen wappnet sich das „Schildkraut“ mit

einem einzigen Trick: Eine ausgeprägte, teilweise filzige Behaarung auf den Laubblättern sorgt für einen effektiven Schutz. Unter einer Lupe oder einem Mikroskop sieht man besonders auf der Unterseite ein gleichmäßiges Muster aus Sternhaaren. Sie entspringen einem Punkt der Blattoberfläche und bilden sternförmig in alle Richtungen Fäden aus. Das Bild erinnert an einen dicht bestückten Sternenhimmel. Diese Konstruktion verhindert, dass der Blume zuviel Wasser durch Verdunstung verloren geht. Denn schon an den ersten Frühlingstagen kann die Temperatur in der Mittagszeit an der Felsoberfläche auf deutlich über 40° C steigen.

## Bedrohte Rarität

Das Steinkraut ist gefährdet – kein Wunder, es ist an trockenheiße Lagen gebunden, die es nur sehr vereinzelt gibt. Dort ist zwar die Konkurrenz aus dem Pflanzenreich gering. Doch die punk-

In unseren Breiten ist das Steinkraut mit zwei Arten vertreten: Das Kelch-Steinkraut mit dem melodischen wissenschaftlichen Namen *Alyssum alyssoides* ist etwas häufiger. Das Berg-Steinkraut, *Alyssum montanum*, kommt dagegen nur im südlichsten Zipfel von Nordrhein-Westfalen vor. In Rheinland-Pfalz findet man es nur sehr zerstreut an den Felshängen der großen Flusstäler - typischerweise wächst es an Ahr, Mosel, Nahe und am Rhein an hervorstehenden Felsnasen und am Rand der Weinberge.

## Heimtextil Factory Outlet

*Collection*  
**DORIS MEYER**  
Exklusives Heimtextil

*Stammsohn*  
*fröttner*  
Naturtextilweich - seit 1908

**Bleyle**  
LINGERIE

Kataloganforderung  
möglich

Lohfelder Str. 33,  
53604 Bad Honnef  
Tel.: 02224 / 978 0116



Tag und  
Nachtwäsche

Mo - Fr 10.00 – 18.00  
Samstag 10.00 – 16.00



tuelle Verbreitung birgt immer das Risiko, örtlich auszusterben: Ein unglücklicher Felssturz, extreme Witterungsereignisse oder Baumaßnahmen des Menschen – schon können die Art und ihr Lebensraum verloren sein.

In unserem Naturraum kommt den Hängen des Rheintals eine besondere Bedeutung zu. Sie enden bei Bonn, wo die Kölner Bucht beginnt, und beherbergen die nördlichsten Vorkommen des Berg-Steinkrauts in Westdeutschland. Die markanten Felsen des Siebengebirges mit Drachenfels und den alten Basalt-Steinbrüche, die bis Bonn-Oberkassel reichen, bilden

des Berg-Steinkrauts. Als „Sicherheitskopie“ und zur Gewinnung von Samen wächst die Blume zwischen den Felsblöcken der sogenannten Biotop-Anlage des Botanischen Gartens am Poppendorfer Schloss. Genau wie an natürlichen Standorten liefern sich dort auch Dachwurz und Mauereidechse ein Stelldichein. Die Botaniker hegen und pflegen aber auch andere bedrohte Pflanzenarten wie Arnika, Heidenelke oder Wildtulpe, um sie zu bewahren und gegebenenfalls an passenden Standorten wieder anzusiedeln.

Als attraktive, blütenreiche Pflanzen sind Steinkräuter auch für den heimischen Garten eine Be-

de Holzige Steinkraut. Das Felsen-Steinkraut betört nicht nur durch die große Zahl an Blüten sondern überdies durch seinen Honigduft. Von Vorteil für Gelegenheits-Gärtner ist, dass Alyssum-Arten mit wenig Pflege und auch unregelmäßiger Wasserversorgung zurecht kommen.

### Futterweide für Bienen

Über den frühen Blühzeitpunkt und das ungewöhnlich üppige Blütenangebot aller Steinkraut-Arten freuen sich besonders Honig- und Wildbienen sowie Hummeln, manchmal auch Schwebfliegen und Schmetterlinge. Dabei locken die Steinkraut-Blüten ihre Bestäuber mit einem kontrastreichen Muster, das unseren menschlichen Augen jedoch verborgen bleibt. Die Insekten übernehmen die Fremdbestäubung der Blüten. Fällt diese einmal aus – etwa, weil die Witterung zu kühl war – kann die Pflanze alternativ zur Selbstbestäubung übergehen.

Nach der Fruchtreife im Frühsommer trägt der Wind die Samen davon. Währenddessen wandelt sich die mehrjährige, krautige Mutterpflanze zu einem unscheinbaren, kleinen Gestrüpp, das aber auch im Winter oft noch seine grünen Blättchen behält. Fast ein Dreivierteljahr über Sommer, Herbst und Winter führt das Gewächs ein unscheinbares Leben, bis es den kahlen Fels im Frühjahr wieder mit goldgelben Sprenkeln schmückt.

|| Ulrich Sander

die letzten sonnigen Rettungsin-seln. Nach dem Motto „Manche mögen's heiß“ trifft das Steinkraut an diesen Stellen häufig mit den ebenfalls wärmeliebenden Mauereidechsen oder der sukulenten (kaktusartigen) Dachwurz vor.

Um die natürlichen Bestände bei Bedarf zu stützen und ein lokales Aussterben zu verhindern, bemühen sich die Biologische Station im Rhein-Sieg-Kreis und die Botanischen Gärten in Bonn um die Erhaltung und Vermehrung

| Bild: Ulrich G. Sander

reicherung. Weltweit gibt es 170 Arten. Der Gartenfachhandel bietet etliche Sorten und Varietäten. Steinkräuter eignen sich vor allem für Mauern, für Steingärten und zur Gestaltung von Vorgärten, wo sie besonders gut zur Geltung kommen. Darunter finden sich auch robuste Vertreter, die über Jahre als kleiner Halbstrauch ausdauernd wachsen und Temperaturen von -15° C überstehen – zum Beispiel das aus Südosteuropa stammende

| Bild: fotolia/Alekss



| Bild: Wikipedia | Ghislain118

**KADECO**  
SEITENSCHÜTTENGEFÄßE

**Flächenvorhänge**  
sind weit mehr als Sonnenschutz. Als funktionale Designobjekte reicht ihr Einsatz von großen Fensterflächen im modernen Wohn- und Objektbereich bis hin zu Raumteilern und Wandverkleidungen.

Wir montieren jedes Produkt exakt auf Maß aus deutscher Qualitätsfertigung

**NEIFER**  
KREATIVE MALERWERKSTÄTTE

Malerwerkstätte Neifer GmbH & Co. KG  
53560 Vettelschoß - Hauptstr. 29-31  
Tel. 02645 3779 - www.farbeerleben.de

www.kadeco.de

**Handwerk mit Ideen**

Seit 1988  
Fliesen-Meisterbetrieb

- Bäder • barrierefreies Wohnen
- Balkone • Terrassen • Naturstein
- Sanierungen und Reparaturen

**FLIESEN SCHROETER** GmbH  
www.fliesenschroeter.de

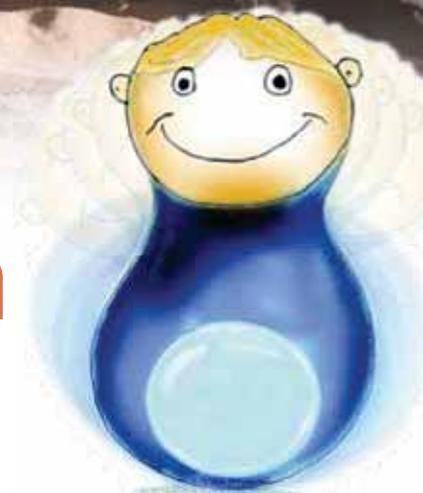
Fliesenmeisterbetrieb seit 1988  
53604 Bad Honnef · Afelpfad 29  
Tel. 02224 - 790 30

Mitglied der Handwerkerkooperation Rheinwerker www.rheinwerker.de

Ihr persönlicher Ansprechpartner:  
Edgar Schröter, Fliesenlegermeister



# Die Kraft der Stehauf-Männchen



Jobverlust, eine schwere Krankheit, der Tod eines geliebten Menschen – solche Ereignisse hinterlassen Spuren in jedem Leben. Doch manche Menschen scheinen schlimme Schicksalsschläge besser meistern zu können als andere. Psychologen haben ein Wort für diese bemerkenswerte Eigenschaft gefunden: Resilienz.

**E**r überstand 27 Jahre Haft – und kapitulierte nicht etwa in Verbitterung, sondern wurde sogar Präsident seines Landes. Nelson Mandela dürfte das vielleicht prominenteste Beispiel für einen sehr resilienten Menschen sein. Oder Malala Yousafzai: Die junge Pakistanerin setzt sich für die Bildung von Mädchen ein, obwohl die Taliban ihr in den Kopf schossen. Sie erhielt 2014

den Friedensnobelpreis. Der Begriff „Resilienz“ stammt ursprünglich aus der Materialwissenschaft und bezeichnet die Eigenschaft eines Stoffes, nach einer Krafteinwirkung in seine ursprüngliche Form zurückzukehren. Manche Menschen besitzen ähnliche Eigenschaften auf einer psychologischen Ebene: Selbst schwerste Schicksalsschläge scheinen sie nicht aus der Bahn zu werfen.

Zwar prallen schlimme Ereignisse nicht einfach nur an ihnen ab. Auch sie trauern um geliebte Angehörige, kämpfen mit Ängsten bei Krankheit oder Jobverlust und müssen nach einer Trennung erst mal wieder auf die Beine kommen. Doch jeder kennt Menschen, die sich von Schicksalsschlägen bemerkenswert rasch erholen – und aus Krisen offensichtlich gestärkt hervorgehen – und andere, die bei

vergleichsweise kleinen Erschütterungen bereits ihre seelische Gesundheit einbüßen.

## Blick in die Kindheit

Doch was führt dazu, dass manche Menschen gestärkt aus Krisen hervorgehen? Und warum werden andere psychisch krank? Ein Schlüssel zur seelischen Widerstandskraft scheint in der Kind-

## KRANKENGYMNASTIK-PRAXIS

1985

# Stephan Elster

30  
JAHRE



Theodor-Waechter-Straße 22  
53604 Bad Honnef

Telefon 0 22 24 / 60 65  
Telefax 0 22 24 / 60 56

Termine nach Vereinbarung – alle Kassen

[www.krallengymnastik-elster.de](http://www.krallengymnastik-elster.de)

2015

## Unser Therapieangebot

- Krankengymnastik/Physiotherapie
- Krankengymnastik auf neurophysiologischer Grundlage
- Krankengymnastik nach dem Bobath-Konzept
- Krankengymnastik im Schlingentisch
- Manuelle Therapie
- Psychomotorik
- Atem- und Entspannungstherapien
- Schwangerschafts- und Rückbildungsgymnastik
- Sportphysiotherapie
- med. Trainingstherapie
- orth. Rückenschule
- Wärmeanwendung (Heißluft)
- Eisanwendung (Natureis, cool pak)
- Hausbesuche



## Buch-Tipp

**Christina Berndt**  
**Resilienz**  
*Das Geheimnis der psychischen Widerstandskraft*



dtv Taschenbuch,  
 288 Seiten,  
 ISBN-13: 978-342  
 3348454, € 9,90

heit zu liegen. Die Psychologin Emmy Wemmer beobachtete über viele Jahre hinweg Kinder auf Hawaii. Ein Drittel von ihnen hatte es besonders schwer: Sie wuchsen in großer Armut auf, hatten Eltern, die dauerhaft stritten oder gar psychisch krank waren.

Auf den ersten Blick hätte man denken können, dass diese Kinder praktisch keine Chancen auf ein gutes Leben hatten. Doch von diesen Risikokindern entwickelte sich rund ein Drittel erstaunlich gut. Die Psychologin nahm unter die Lupe, was bei diesen Kindern anders gewesen war – und stieß darauf, dass diese Kinder recht häufig eine stabile Beziehung zu einer Vertrauensperson außerhalb der Familie hatten, was ihnen Halt gab. Außerdem mussten diese Kinder recht früh Verantwortung übernehmen, wurden also in jeder Hinsicht gefordert. Und diese Kinder hatten meist ein ausgeglichenes Temperament und waren aufgeschlossen für Neues.

### Neues Forschungsfeld

Mittlerweile haben sich weltweit Forscher aufgemacht, die Schutz- und Selbstheilungskräfte des Gehirns gegen psychische Störungen zu entdecken. Zum Beispiel auch am Deutschen Resilienz-Zentrum in Mainz. Seit 2014 fahnden dort Forscher unter anderem nach den Genen, die uns in die Wiege gelegt sind. Gibt es genetische Muster, die uns besser darauf vorbereiten, mit einem schweren Schicksalsschlag umzugehen, als andere? Welche Prozesse laufen dabei im Gehirn ab, und lassen sich diese irgendwie trainieren? Noch steckt die Forschung danach in den Kinderschuhen. So viel ist sicher: Ein Teil dessen, was Resilienz ausmacht, liegt in unseren Genen. Ein Teil in der Kindheit. Doch auch als Erwachsene kann man noch seine Resilienz stärken (siehe Kasten). Allerdings können Forscher bislang nicht nachvollziehen, warum der eine Mensch trotz intakter Familie, tief religiösem Glauben und wirtschaftlich

guten Umständen bei seelischer Belastung eine schwere Depression bekommt – und ein anderer trotz deutlich schlechterer Rahmenbedingungen seelisch gesund bleibt.

### Schaltstelle für Angst

Eine zentrale Antwort auf diese Frage liegt vermutlich in unserem Gehirn. Resilienzforscher wollen herausfinden, wie bestimmte Gehirnregionen bei der Verarbeitung belastender Situationen reagieren. Dabei scheint der Mandelkern eine wichtige Rolle zu spielen, auch Amygdala genannt. Diese zentrale Schaltstelle zeichnet verantwortlich für die emotionale Bewertung einer Situation – und ist die maßgebliche Kontrollinstanz für die Entstehung von Angst: Signalisiert die Amygdala Überforderung, setzt das weitere Reaktionskaskaden im Gehirn in Gang. Übrigens reagiert die Amygdala bei Schlafentzug deutlich empfindlicher auf äußere Signale, als wenn man stets ungestörte Nachtruhe genießt. Mit Hilfe von Neurofeedback lernen Versuchsteilnehmer bereits im Labor, wie sie in belastenden Situationen Gedankenmuster abrufen können, die Furcht und Erregung in Grenzen halten. Forscher hoffen, so Soldaten oder andere Menschen, die häufig stressigen Situationen ausgesetzt sind, zu mehr Resilienz zu verhelfen. Ob ein solches Training auf traumatische Situationen wie einem Krieg oder einer Katastrophe wirklich vorbereiten kann, ist allerdings noch unklar. Denn unsere psychische Widerstandsfähigkeit ist keine unfehlbare Rüstung. Forscher haben herausgefunden,



## Privatpraxis für ganzheitliche Zahnheilkunde

Dr. med. dent. Louis Niestegge  
 Zahnarzt und Heilpraktiker

Ganzheitliche Zahnheilkunde  
 Herd- und Störfelddiagnostik  
 Metallfreier Zahnersatz (biobisslinie)

Von-Weichs-Str. 23 | 53121 Bonn  
 Tel. 02 28 - 61 99 66-23 | Fax 02 28 / 61 99 66-1  
 E-Mail: info@dentbonn.de | www.focussfinder.de



Privatpraxis für ganzheitliche  
 Augenheilkunde und Prävention

**Dr. med. Stefan Trapp**

**Facharzt für Augenheilkunde**

- Komplementäre Augenheilkunde
- Ganzheitliche Diagnose- und Therapieverfahren
- Energetische Medizin
- Früherkennung und Kontrolle zur Erhaltung der Sehkraft mit der Optischen Kohärenz Tomographie (OCT) – strahlenfrei und schmerzlos

Von-Weichs-Str. 23 | 53121 Bonn  
 Tel. 02 28 / 61 99 66-0 | Fax 02 28 / 61 99 66-1  
 E-Mail: info@medbonn.com | www.medbonn.com



**Information**

**10 Wege zu einer größeren Resilienz**

Vernetzen Sie sich! Gute Beziehungen zu Familienmitgliedern, Freunden oder anderen Menschen sind wichtig. Akzeptieren Sie Hilfe und Unterstützung von denen, die Ihnen nahe stehen.

Sehen Sie Krisen nicht als unübersehbare Hindernisse. Sie können die Tatsache nicht ändern, dass auch Ihr Leben Höhen und Tiefen hat. Aber Sie können Ihre Einstellung zu den Ereignissen ändern. Konzentrieren Sie darauf, dass das, was noch kommt, vielleicht ein bisschen besser ist.

Akzeptieren Sie Veränderungen als einen Teil des Lebens. Aufgrund einer Krankheit oder anderer veränderte Lebensumstände verändern sich vielleicht Ihre Lebensziele. Akzeptieren Sie das, was Sie nicht ändern können – und konzentrieren Sie sich auf das, was Sie verändern können.

Verfolgen Sie Ihre Ziele. Setzen Sie sich realistische Ziele – und tun Sie regelmäßig etwas dafür, diese auch zu erreichen. Auch kleine Schritte zählen. Konzentrieren Sie sich nicht auf das Unerreichbare, sondern fragen Sie sich: Was kann ich heute tun, um in die richtige Richtung zu gehen?

Gehen Sie Probleme aktiv an. Gerade in schwierigen Situationen sollten Sie so aktiv bleiben wie möglich – statt in eine passive Haltung zu verfallen und zu hoffen, dass sich die Probleme irgendwie von selbst erledigen. Suchen Sie Gelegenheiten, um zu wachsen. Viele Menschen lernen in Krisen und bei großen Verlusten etwas Wichtiges

über sich selbst oder wachsen geradezu über sich hinaus. Menschen, die große Krisen überstanden haben, berichten häufig, dass sie intensivere Beziehungen haben, sich stärker fühlen, gerade weil sie erfahren haben, wie verwundbar sie sind.

Haben Sie ein positives Bild von sich. Haben Sie Vertrauen in Ihre Fähigkeit, Probleme zu lösen und die richtigen Entscheidungen zu treffen! Setzen Sie die Dinge in die richtige Perspektive. Auch wenn Ihnen etwas wirklich Schmerzhaftes zustößt – setzen Sie diese Situation ins Verhältnis zu einem größeren Zusammenhang und bewahren Sie sich eine Langzeit-Perspektive.

Blieben Sie optimistisch! Glauben Sie fest daran, dass sich in Ihrem Leben gute Dinge ereignen. Versuchen Sie das, was Sie gern möchten, zu visualisieren – statt sich über das Sorgen zu machen, was Sie fürchten.

Blieben Sie achtsam für sich selbst. Hören Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse. Gehen Sie Beschäftigungen nach, die Sie gern machen und bei denen Sie sich gut entspannen können. Treiben Sie Sport. Wenn Sie achtsam mit sich umgehen, hilft dies dabei, Körper und Geist für Situationen zu wappnen, in denen Sie gefordert sind.

Suchen Sie selbst Wege, Ihre Resilienz zu verbessern. Manche Menschen, die Schlimmes erlebt haben, schreiben ihre Gedanken nieder, um die traumatische Situation zu verarbeiten. Andere entdecken den religiösen Glauben oder Meditation als Kraftquellen für sich.

(Quelle: American Psychological Association)

dass es vermutlich auch für sehr resiliente Menschen einen Punkt gibt, an denen es zu viel wird.

**Gelassen durch Höhen und Tiefen**

Der deutsche Philosoph und Ratgeber-Autor Wilhelm Schmid sagte in einem Interview, dass nicht Glück das Wichtigste auf der Welt ist – sondern die „Ge-

wissheit, dass man sich nicht fürchten muss vor den Wechselfällen des Lebens, und dass man vorbereitet ist auf alles, was es für einen bereit hält – das Positive wie das Negative.“

Der Dichter Albert Camus beschrieb diese ruhige Gewissheit etwas poetischer: „Mitten im Winter habe ich erfahren, dass es in mir einen unbesiegbaren Sommer gibt.“

**Julia Bidder**

**Praxis für traditionelle und moderne Naturheilverfahren**



**Ganzheitliche Heilkunde mit Traditioneller Chinesischer Medizin, Akupunktur, Phytotherapie u.a.**

Dr. rer. nat.  
Christiane Zahn  
Heilpraktikerin

Tel.: 02224 968518  
www.nhp-czahn.de  
Königin-Sophie-Str. 34  
53604 Bad Honnef

Termine nach Vereinbarung: Mo - Fr 9:00 bis 18:30

**Heilpraktikerin für Psychotherapie**

Bei Lebenskrisen, Ängsten, Burn-out-Syndrom und psychosomatischen Beschwerden



Notfalltermine bei Akutfällen

Barbara Aengenheyster  
Frankfurter Straße 11, 53572 Unkel  
Telefon 02224-9861211, Mobil 0163-4670490  
www.psychotherapie-unkel.de

ab 25. April 2016 neue Adresse: Drachenfelsstraße 17 | 53572 Unkel /Scheuren

**Zur Traube**  
WEINHAUS & RESTAURANT



**März und April**  
**Donnerstag bis Sonntag**  
ab 17.00 Uhr geöffnet!

**Sonntags – Mittagstisch**

**Karfreitag - Ostermontag**  
ist unser Rebengarten wieder  
ab 11.00 Uhr für Sie geöffnet!

**30. April ab 19.30 Uhr**  
**Sam Cheanz and the blue Denims**  
Eintritt 6,00 Euro  
um Reservierung wird gebeten.

**Aushilfen für Service gesucht!**

Familie Lanz • Lühlingsgasse 5 • 53572 Unkel  
Telefon (0 22 24) 33 15 • Fax (0 22 24) 7 33 62

[www.traubeunkel.de](http://www.traubeunkel.de)

# In allen Ehren

Wenn Privatpersonen vom Gericht als Betreuer für einen anderen Menschen eingesetzt werden, übernehmen sie ein Ehrenamt. Der Begriff Ehrenamt sollte jedoch nicht zu der Annahme verführen, dass man als Betreuer persönlich nicht zur Verantwortung für seine Tätigkeit gezogen werden kann.

Eine Betreuung im Sinne des Bürgerlichen Gesetzbuchs (BGB) ist für einen erwachsenen Menschen dann nötig, wenn dieser aufgrund einer Krankheit oder Behinderung nicht oder nicht mehr in der Lage ist, sich selbst um seine Angelegenheiten zu kümmern. Liegt dann keine Vorsorgevollmacht vor, wird entweder ein Berufsbetreuer oder ein ehrenamtlicher Betreuer eingesetzt.

Zum Betreuer werden in der Regel die nächsten Angehörigen oder der Ehepartner des Betroffenen bestellt. Voraussetzung dafür ist natürlich, dass diese dazu bereit und in der Lage sind und nichts gegen ihre Einsetzung spricht. Denn Streitigkeiten in der Familie oder eine große räumliche Distanz zwischen den Wohnorten von dem Betroffenen und seinem möglichen Betreuer können dazu führen, dass zum Beispiel Kinder nicht in Frage kommen. Ein Hinderungsgrund ist häufig auch, dass der Betroffene einen geeigneten Betreuer ablehnt.

Da eine Betreuung nur eingerichtet wird, soweit sie erforderlich ist, werden Betreuer grundsätzlich nur für bestimmte Aufgaben-

kreise eingesetzt. Dazu können beispielsweise die Vermögenssorge, die Gesundheitsfürsorge, die Postkontrolle, der Kontakt mit Ämtern und Behörden oder das sogenannte Aufenthaltsbestimmungsrecht gehören. Unter letzterem versteht man das Recht, darüber zu entscheiden, wo der Betroffene dauerhaft leben soll.

## Urkunde als Ausweis

Die Aufgaben, um die sich der Betreuer zu kümmern hat, werden auf der Betreuungsurkunde vermerkt. Mit dieser Urkunde weist sich der Betreuer gegenüber Dritten aus. Der Betreuer kann und darf nicht in Bereichen tätig werden, für die er nicht bestellt ist. Er kann beispielsweise keine Einwilligung zu Operationen geben, wenn ihm nicht der Aufgabenkreis Gesundheitsfürsorge übertragen worden ist. Er kann auch keinen Wohnungsmietvertrag des Betreuten kündigen, wenn er kein Aufenthaltsbestimmungsrecht hat.

Stellt sich heraus, dass dem Betreuer für die Durchführung einer an sich notwendigen Maßnahme

die Berechtigung fehlt, muss er bei Gericht die Erweiterung der Aufgabenkreise beantragen.

Der wichtigste Aufgabenkreis, der bei nahezu jeder Betreuung eingerichtet wird, ist die Vermögenssorge. Dies ist auch der Bereich, in dem der Betreuer besonders sorgfältig arbeiten muss, auch wenn es sich bei dem Betreuten um einen nahen Verwandten handelt.

Der Betreuer sollte sich bei der Betreuungsbehörde oder bei dem Betreuungsgericht frühzeitig darüber erkundigen, was er mit dem Vermögen des Betroffenen tun darf, für welche Handlungen er eine Genehmigung des Betreuungsgerichts benötigt und welche Nachweise er für seine Tätigkeit gegenüber dem Gericht erbringen muss.

Um den nächsten Angehörigen die Übernahme der Betreuung zu erleichtern, sind Eltern, Kinder und Ehegatten beziehungsweise eingetragene Lebenspartner des Betroffenen sogenannte befreite Betreuer, wenn das zuständige Gericht keine andere Anordnung trifft. Befreite Betreuer sind beispielsweise von der Pflicht zur jährlichen Rechnungslegung ge-

genüber dem Gericht befreit. Sie benötigen für Verfügungen über Geldanlagen des Betreuten in der Regel keine Genehmigung. Endet die Betreuung, müssen jedoch auch die befreiten Betreuer eine Schlussrechnung vorlegen.

Der Betreuer sollte sich darüber klar sein, dass im Falle des Todes des Betreuten auch die Erben Schadenersatzansprüche geltend machen können, sofern ihm beim Führen der Betreuung Fehler unterlaufen sind.

Ehrenamtliche Betreuer haben keinen Anspruch auf eine Vergütung. Es steht ihnen eine Aufwandspauschale von derzeit 399 Euro jährlich zu. Diese Summe muss der Betreute zahlen, sofern dieser nicht mittellos ist. In diesem Fall übernimmt die Staatskasse die Pauschale. Über das jeweilige Bundesland ist der Betreuer zudem im gewissen Umfang bei seiner Tätigkeit haftpflichtversichert.

## Rechtsanwalt

Christof Ankele

– auch Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

[www.sunda-rechts-anwaelte-bad-honnef.de](http://www.sunda-rechts-anwaelte-bad-honnef.de)

Teba

**KRÜGER**  
RAUM AUSSTATTER

20% **OSTER-RABATT AUF FENSTERDEKO**

Königswinterer Str. 693  
53227 Bonn  
Tel. 0228 - 443993  
bonn@kruegerraum.de  
krueger.teba.de

Der Rabatt gilt nur bei Erwerb eines Teba Produkts bis zum 09.04.2016.

„Die Welt in Farbe, so wie ich sie sehe.“  
von Annette Wiege

ANNETTE.ART  
Physiozentrum  
Bonn

Herzliche Einladung zur Vernissage  
am 02.04.2016 um 12 Uhr  
Bis zum 30. Juni 2016 kann meine  
Ausstellung im ComVita Physiozentrum  
Landgrafenweg 151 | 53227 Bonn-Beuel  
innerhalb der Öffnungszeiten  
von Montag - Freitag 9 - 16 Uhr  
besichtigt werden.

Ich danke dem ComVita Physiozentrum!  
Weitere Informationen entnehmen Sie bitte meinem ausliegenden Flyer.

Annette Wiege  
Telefon +49(0) 2224 98 75 98

[www.annette-art.de](http://www.annette-art.de)  
info@annette-art.de

# Schmuggeln will gelernt sein!

Nach den schweren Nachkriegsjahren konnte man Mitte der Fünfziger endlich wieder Luft holen. Man konnte sogar über so etwas Luxuriöses wie „Urlaub“ nachdenken – und wenn es auch nur eine „Butterfahrt“ ins nahe Holland war. Die Mitbringsel solcher Kurzreisen hatten es aber mitunter in sich.

**G**anz Unternehmungslustige machten sich auf nach Italien. Aber für uns im Rheinland gab es nähere Ziele, etwa die Stadt Venlo knapp hinter der holländischen Grenze. Sehr beliebt waren sogenannte „Butterfahrten“. In Holland konnte man damals nämlich billig Butter, Kaffee, Zigaretten und andere Lebensmittel kaufen. Das Tollste war: die Geschäfte hatten auch dann auf, wenn bei uns Feiertag war.

An einem kühlen Apriltag machten wir uns auf: meine Tante, mein Onkel, meine Schwester und ich. Das Besondere war das Auto mit dem wir fuhren: ein Goggomobil, ein Kleinwagen, ähnlich dem Trabbi in der DDR. Mein Onkel war zu der Zeit der einzige in der Familie, der einen fahrbaren Untersatz hatte. Viel mehr hatte das Gefährt auch nicht zu bieten. Eigentlich bot es nur ausreichend Platz vorne für zwei Erwachsene. Auf der Rückbank konnte man

kaum aufrecht sitzen – meine Schwester und ich lagen während der zweistündigen Fahrt mehr übereinander, als dass wir sitzen konnten. Wir stießen immer wieder mit dem Kopf an das Autodach, aber auch das nahmen wir als gegeben hin – man war ja quasi auf einem Abenteuer.

Los ging es auf die Autobahn. Das Verkehrsaufkommen war damals bescheiden, genauso wie der Zustand der Fahrbahndecke. Risse und Löcher waren gut verteilt und noch nicht wieder ausgebessert, aber das nahm man gelassen hin oder umfuhr die Hindernisse. In unserem schlecht gefederten, kleinen Auto rüttelte und schüttelte es uns aber ganz schön hin und her. Etliche LKW waren unterwegs, denen man fast noch ihre Kriegsverwendung ansah, so ramponiert und verrostet waren sie. Nur wenige PKW waren unterwegs: Wer sich ein Auto leisten konnte, hatte anderes zu tun, als spazieren zu fahren.



Schmugglerfahrzeug GOGGO-MOBIL von 1957 mit strammen 10 kW Motorleistung

| Bild: Wikipedia | Lothar Spurzem

## Freie Fahrt nach Holland

Die Grenzen innerhalb Europas waren damals noch bewacht. Doch bei unserer Einreise wurden wir weder kontrolliert noch nach unseren Pässen gefragt, die wir brav bereithielten. Ein gelangweilter holländischer Grenzer winkte uns freundlich durch. In Venlo angekommen, staunten wir über das reichhaltige Angebot in den Geschäften. Hier war richtig viel los. Die Kauflustigen – überwiegend Deutsche wie wir – drängten sich in den Geschäften und um die Stände und suchten begierig nach Waren. Mein Onkel,

der Holländisch sprach, fungierte als Dolmetscher. Die Holländer waren aufgrund der Kriegserlebnisse in der Vergangenheit nicht gut auf uns zu sprechen. Deshalb hielten wir lieber den Mund und ließen ihn reden. Wir erwarben mehrere Pfund Kaffee und die begehrte Butter – und dazu noch das typische leckere Buttergebäck. Es gab auch reichlich Tee im Angebot, aber meine Familie bevorzugte Kaffee. Wir Kinder liebten den holländischen Kakao, der dicker war als bei uns.

Am Ende des Einkaufs kehrten wir noch in eine Kaffeestube ein und ließen uns Kaffee, Kakao und Waffeln schmecken. Es war köstlich. Wie ein Tag Urlaub! Müde machten wir uns gegen Abend wieder auf den Heimweg. Aber erst mussten wir unseren kleinen „Goggo“ auf dem voll besetzten Parkplatz finden. Zwischen den vielen großen Autos der Holländer, die amerikanische Straßenkreuzer bevorzugten, war der Kleinwagen schwer zu finden. Als wir ihn schließlich entdeckt hatten, mussten noch die vollen Einkaufstüten verstaut werden. Der kleine Wagen brach fast auseinander, als wir uns noch zwischen das Gepäck nach hinten quetschten.

## Schlenderweinprobe

Landschaft, Kultur und Wein miteinander verbinden.

Machen Sie sich mit Sommelier Christian Leve auf den Weg und erleben Sie das Siebengebirge von der allerschönsten Seite. Denn Landschaft und Kultur werden bei der „Schlenderweinprobe“ durch phantastische Weine bereichert. An unseren Haltepunkten und Sehenswürdigkeiten verkosten wir gemeinsam herausragende Weine – hierzu werden auch Kleinigkeiten zur Stärkung gereicht - den krönenden Abschluss findet die Schlenderweinprobe bei einem 3-Gang-Menü mit Weinbegleitung in der KRONE.

Ein einmaliges Konzept, das bereits weit über die Region hinaus bekannt ist.



All inclusive für 99 € pro Person

[www.krone-koenigswinter.de](http://www.krone-koenigswinter.de)

Hauptstraße 374 · 53639 Königswinter · Telefon: 02223 - 700 97-0



|| Bild: fotolia|Brad Pict

**Peinliche Enthüllung**

Wir fahren los und kamen bald wieder an den Zoll. Diesmal wollte ein streng blickender Zöllner unsere Ausweise sehen. Er verglich genauestens die Fotos auf den Pässen mit den Insassen und fragte barsch: „Haben Sie etwas zu verzollen?“ Die Menge an Waren, die man zollfrei mitnehmen durfte war nämlich genau festgelegt. Onkel und Tante verneinten. Als die Tante ihr Seitenfenster wieder hoch kurbeln wollte, durch die sie die Pässe gereicht hatte, rutschte ihr die Decke vom Schoß, die sie sich über die Knie gelegt hatte. Dabei kamen sechs Stangen „Peter Stuyvesant“-Zigaretten zum Vorschein. Diese

Zigaretten versprochen in der Werbung „den Duft der großen weiten Welt“ und waren damals sehr beliebt. Die Tante wurde knallrot und fing an zu stottern. Der Onkel versuchte mit fadenscheinigen Erklärungen die Situation zu retten. Aber umsonst! Jetzt wurden unsere ganzen Einkäufe kontrolliert. Wir mussten aussteigen und alles, was wir dabei hatten auspacken und schließlich einen ordentlichen Strafzoll zahlen. Das war peinlich und unangenehm. Während der ganzen Rückfahrt schwiegen wir betreten und atmeten erst auf, als wir wieder zu Hause waren. Geschmeckt hat es uns später aber trotzdem. Auch die Zigaretten-Stangen wurden verteilt und später mit Genuss geraucht. Und wir hatten den Daheimgeliebten etwas zu erzählen, was natürlich im Nachhinein spannend ausgeschmückt wurde. Unsere Tante wurde als versierte, aber glücklose Schmugglerin dargestellt. Dass uns das Ganze mächtig unangenehm gewesen war, verschwiegen wir.

|| Margitta Blinde

**COR**

DESIGN-EDITION  
mit Stoff- oder  
Lederbezug zum  
Vorteilspreis\*

**Mell Lounge**



\*Mell Lounge Eckkombination Stoffbezug, 2 Rückenkissen, ohne Dekoration ab **6.900,- €**  
Unverbindliche Preisempfehlung | Aktion gültig bis 31.12.2016

EINRICHTUNGSHAUS   
**walkembach**  
Einrichtungen | Küchenstudio | Tischlerei  
Am Saynschen Hof • Hauptstr. 82  
53604 Bad Honnef • Tel: 02224/2471  
www.walkembach.de

**Hören für Fortgeschrittene!**

*Ich glaubte bereits gut hören und verstehen zu können. Doch das individuell für mich programmierte neue Hörsystem, das ich jetzt probegetragen habe, bringt mir einen nicht für möglich gehaltenen Hörgewinn!*



Wolfgang Lehnigk-Emden,  
EVD-Sachverständiger und  
BECKER-Kunde

**Tipp: Zu BECKER in Linz kommen und sich ebenfalls gut beraten lassen!**

**BECKER**  
HÖR AKUSTIK

Linz, Rheinstraße 7, Tel. 026 44/98 03 00  
Tinnitusabende und Hörtreffs in unserem Seminarraum.  
CI-Vertragspartner, Gehörschutz, Hausbesuche und der bekannt gute BECKER-Service.

# In Sack und Asche

Rund um Redewendungen geht es in unserer neuen Rätselserie. Gottlob fanden genügend Leser die Lösung – wir mussten uns also nicht Asche aufs Haupt streuen, weil unsere Fragen zu schwer waren.

Ursprung der gesuchten Redewendung ist der Brauch im Altertum, in Zeiten tiefer Trauer die Kleidung und das Haupt mit Asche zu bestreuen. Im Alten Testament streut man sich als Zeichen von Schuld Asche aufs Haupt – so heißt es im 1. Buch der Makkabäer 3,47" ... bestreuten sie sich mit Aschen und riefen Gott an". Bei Lukas 10, 13 lesen wir: „... sie hätten längst in Sack und Asche gegessen und Buße getan“. Bis heute empfangen Katholiken am Aschermittwoch das Aschekreuz auf der Stirn. Der Pfarrer spricht dabei folgende Worte: „Bedenke Mensch, dass du Staub bist und wieder zum Staub zurückkehren wirst!“

Der Aschermittwoch markiert den Anfang der 40-tägigen Fastenzeit

– in der nicht nur Fleisch, Alkohol und sonstige Genussmittel Tabu sein sollten, sondern der Mensch auch über sein Leben nachdenken soll. Die Asche wird aus den Palmzweigen des letzten Palmsonntags bereitet und gesegnet. Übrigens: Die geweihte Asche diente früher auch als Heilmittel gegen Kopfschmerzen. Man streute sie auch auf die Äcker, um für eine gute Ernte zu sorgen. Außerdem streute man sie rund um Misthaufen, um die Läuse darin zu hindern, weiter zu laufen.

**Die richtigen Antworten auf unsere Fragen lauten:**

**Woher stammt die Redewendung?**

Sie geht auf den Brauch zurück, mit Asche seine Trauer und seine Schuld öffentlich zu zeigen.

**An welchem Tag spielt es im kirchlichen Brauchtum noch heute eine Rolle?**

Am Aschermittwoch.

Die gesuchte Redewendung heißt:

**Asche auf sein Haupt streuen**

Plaudereien aus dem Nähkästchen

# Ganz unten

Na, haben Sie bei unserem letzten Rätsel den Kopf zerbrochen? Oder gut geraten und Schwein gehabt? Auch in diesem Heft suchen wir eine bekannte Redewendung. Und wir legen dabei noch einen Zahn zu.

Nein, es kann wirklich nicht noch schlimmer kommen.

Tiefer kann man nicht fallen – wenn man ohnehin schon ganz unten angekommen ist. Dabei ist man doch eigentlich nur einer Sache im wahrsten Sinne des Wortes auf den Grund gegangen.

Nur ist man dabei letztlich nicht (mehr) fündig geworden. Denn da war nichts mehr, absolut nichts! Futsch, alles weg!

Da hilft kein Wimmern und Jaulen: Darauf angewiesen zu sein, von anderen versorgt zu werden, gewissermaßen die „Brosamen“ zu bekommen, die einem groß-

herzig zugeworfen werden, ist ein hartes Los, ein geradezu elendes Schicksal.

Im wahrsten Sinne „zweideutig“ ist das Ganze allerdings auch noch: Historisch Interessierte erinnern sich, daß diejenigen, die gegen Regeln verstoßen hatten, in der Tiefe auch auf den gesuchten Begriff kamen. Auch das war aber nicht von Vorteil! Bis heute hält sich ein Bestandteil der gesuchten Redensarten umgangssprachlich dafür, dass etwas gähnend langweilig ist – oder aber, dass das Wetter so schlecht ist, dass man besser drinnen bleibt.

Pfennig  
Mücke  
Zahn  
Schrot  
Im Schilde  
Hund

Plaudereien aus dem Nähkästchen

**Dazu unsere drei Fragen:**

**Wie heißt die gesuchte Redewendung?**

**Welches mittelalterliche Möbelstück wird damit in Verbindung gebracht?**

**Welche Redensarten beschreiben etwas unaussprechlich Langweiliges beziehungsweise besonders schlechtes Wetter?**

**Der Hauptgewinn**, die kostenlose Teilnahme an einer Schlenderweinprobe im Werte von € 99 geht an:

*Pannenbecker-Frings, Martina, Königswinter*

Die **5 Exemplare** der Neuausgabe „Fahrtziel Natur“ haben gewonnen:

*Hoeffgen, Detmar, Kasbach-Ohlenberg*

*Hoitz, Ferdinand, Königswinter*

*Hülshorst, Marcus, Erpel*

*Siegle-Barth, Marie Luise, Bad Honnef*

*Zenz, Renate, Remagen*

**Das können Sie diesmal gewinnen**

**3 x 2 Eintrittskarten für das Konzert**

**DAS MEISTERWERK**

des Kölner Kammerorchesters am 22. Mai 2016 in der Kölner Philharmonie.

Einzelheiten hierzu finden Sie auf Seite 32

Wir verlosen ferner **5 Exemplare** unserer Publikation **SAGENHAFTES SIEBENGEBIRGE**



Bitte schicken Sie uns Ihre Lösungen bis zum 15. April 2016 per Post (Anschrift S. 3) oder per Email an: [info@rheinkiesel.de](mailto:info@rheinkiesel.de)

Die Gewinner werden in der kommenden Ausgabe bekannt gegeben.