

**Förderverein
Lürriper in der Altenarbeit e.V.
Mönchengladbach**

www.linda-mg.de - info@linda-mg.de

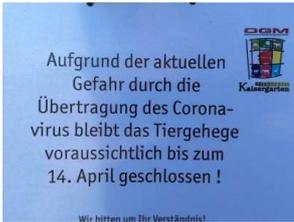
(VR 5149 Amtsgericht Mönchengladbach)



April 2020

Kontakt:
c/o Rainer Ossig
Bernhard-Poether-Weg 11
46238 Bottrop
rainer@dagmarossig.de
Tel.: 02041 684066
0173 5420853

Der Corona Virus schlägt immer noch zu....



Der Corona Virus hat uns immer noch fest im Griff. Ich denke, dass kein Mensch derzeit vorhersagen kann, wann dieses einmal enden wird. Vor allen Dingen, wie es enden wird. Vielleicht müssen wir uns in der Zukunft auf solche Krankheiten einstellen. Es ist uns zu lange zu gut gegangen. Wir haben das Leben mit einer Leichtigkeit genossen, die eigentlich schon unnatürlich war. Die Reisen konnten nicht weit genug gehen, das Leben nicht voll genossen werden. Auf einen einfachen Nenner gebracht, uns ging (geht) es einfach viel zu gut. Traurig dabei ist nur, dass es auch die Ärmern von uns trifft, diejenigen, die oft wenig haben, kein Geld für eine vernünftige medizinische Versorgung. Das gibt es auch bei uns noch.



Per Zufall ist mir dieser Tage ein Bericht über die „Spanische Grippe“ in die Hände gefallen. Wir haben eigentlich alle schon einmal davon gehört, nur was das so richtig war, wusste ich eigentlich nicht. Deshalb habe ich im Internet einmal darüber nachgeforscht, was es war und wie der weitere Verlauf von statten ging. Ich denke, dieser Wikipedia Bericht ist für eine erste Information schon einmal hilfreich und sollte uns zu denken geben.

https://de.wikipedia.org/wiki/Spanische_Grippe



Zwar ist das Wetter derzeit sehr schön und man kann es auch auf dem Balkon aushalten, aber irgendwann kommt dann doch der Moment und es fällt einem buchstäblich die Decke auf den Kopf. Also, zwischendurch immer mal wieder für eine kurze Zeit raus in die Natur. Noch ist es ja möglich, denn draußen brauchen wir noch keine Maske zu tragen, in den Geschäften, Bussen und Bahnen sieht das natürlich anders aus. Hier ist es mehr als nur Pflicht, zu Recht, wie ich persönlich meine.



heutige Themen:

1. Der Corona Virus ...
2. Bewegung hält gesund ...

Randbemerkungen

Wieder auf dem Fahrrad ..



Nun ist es auch für das Fahrrad Zeit, um wieder genutzt zu werden. Natürlich darf der nötige Reifendruck nicht fehlen, den Transport übernimmt erst einmal das Auto. Bis zum Kanal ist es nicht weit und dort lässt es sich sehr gut und bequem radeln.



Auf beiden Kanalseiten gibt es einen breiten Weg für wenige Fußgänger dafür aber mehr Radfahrer. Gegenseitige Rücksichtnahme ist natürlich Voraussetzung dafür. Trotzdem gibt es auch hier Raser. Mit dicken Ballonreifen und wie es scheint, auch ohne Klingel, bahnen sie sich

Bewegung hält gesund...

Nur auf dem Balkon bei diesem schönen Wetter sitzen, reicht auch nicht aus, wo bleibt denn da die Bewegung? Man soll sich bewegen, also muss man auch nach draußen gehen dürfen. Wir haben hier in Bottrop und Umgebung, Gott sei Dank, viele Möglichkeiten dafür. Die umliegenden Waldgebiete, den Kaisergarten in Oberhausen, Schloss Berge in Gelsenkirchen samt seiner Parkanlagen, den Nordsternpark und auch die Gruga in Essen. Sie öffnet übrigens noch in diesem Monat wieder.



Bei diesem warmen Wetter macht ein Waldspaziergang richtig Spaß, auch wenn die A 2 mitten durch den Kölnischen Wald führt. Da stört dann eigentlich nur der Lärm der vielen, oft zu schnell rasenden Fahrzeuge. Zumindest hat Corona auf den Verkehr scheinbar so gar keinen Einfluss.



Da geht es im Park von Schloss Berge schon wesentlich ruhiger zu. Leider ist auch hier die Außengastronomie geschlossen. Das hält uns aber trotzdem nicht davon ab, sich hier ein wenig Bewegung und Ruhe zu gönnen. Momentan blüht es überall kräftig und ein süßlicher Blütenduft liegt allorten in der Luft. Mehrere kleinere und große Seen laden zum Verweilen ein. Ich habe noch nie so viele große Karpfen in Ufernähe gesehen, wie hier in einem der großen Gewässer. Sie lassen sich gern von den Besuchern füttern. Man sollte es natürlich nicht, sagt das Verbot.



Achtung: Wir müssen weiterhin Disziplin haben und uns allmählich daran gewöhnen, dass die Maske uns lange Zeit erhalten bleibt. - **Die Gesundheit von allen ist sehr wichtig.**

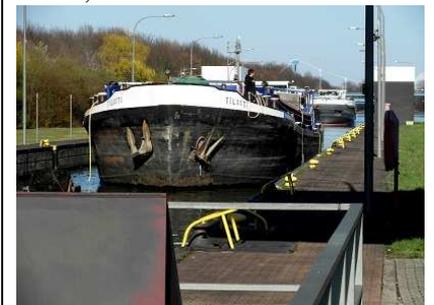
rücksichtslos ihren Weg. Auch die vielen E-Bikes können den Fußgängern oftmals schon viele Probleme bereiten, denn meistens sind es „ältere“ Personen, die sie fahren und nicht unbedingt immer auch richtig handhaben können.



Der Nordsternpark bietet gleichfalls viele Rad- und Wanderwege an. Zu sehen gibt es hier eigentlich immer etwas.



Schade ist eigentlich nur, dass das Kinderland geschlossen halten muss. Hier lohnte sich immer eine kleine Rast, bei einem Pott Kaffee und einem großen Stück selbstgebackenem Kuchen, für zusammen nur 2,70 €.



Von hier aus bis zur Schleuse Gelsenkirchen ist es dann nicht mehr weit, Zu Fuß habe ich gestern 2660 Schritte gezählt. Am Ende der Wegstrecke steht dann ein Eiswagen, der sein wirklich schmackhaftes Eis anbietet, die Kugel für nur einen Euro.

Bottrop, den 30.04.2020

Euer Rainer