

# QUERSTRICH

Die Stadtteilzeitung für Quadrath-Ichendorf



## Sommerfest für die ganze Familie

Im Mai wird im und um das Gleis11 gefeiert.  
S. 11



**Ein Paradies für Commander Bond**  
Neues Reitsportzentrum auf der Fischbachhöhe.

S. 5



**Wenn der Stoff nie ausgeht**  
Hobby-Näherinnen treffen sich jeden Freitag.

S. 8



**Mit dem eigenen Video zum Internet-Star?**  
Musik- und Malworkshops für Jugendliche.

S. 11

# Liebe Leserinnen und Leser!



Hilfen für psychisch kranke Menschen und deren Angehörige im nördlichen Rhein-Erft-Kreis bietet an der Fischbachstraße das SPZ Sozialpsychiatrisches Zentrum Bergheim der APK Soziale Dienste gGmbH. Das Angebot umfasst eine Kontakt- und Beratungsstelle, ambulant Betreutes Wohnen, eine Tagesstätte sowie diverse Gruppen. Unser Ziel ist es, psychisch Kranken zu ermöglichen, sich in unserer Gesellschaft zu rechtzufinden und selbstbestimmte Menschen zu werden, die ihr Leben angstfrei gestalten und genießen können. Wir unterliegen der Schweigepflicht. Beim Betreuten Wohnen leben psychisch kranke Menschen ein selbstständiges Leben in der eigenen Wohnung. Dabei steht Ihnen eine feste Bezugsperson zur Seite. In die Tagesstätte kommen Klienten an drei, vier oder fünf Tagen, um gemeinsam ihren Alltag zu bewältigen und um möglichst bald wieder in den Beruf einsteigen zu können. Darüber hinaus bietet das SPZ auch einige Selbsthilfegruppen wie die ADHS Gruppe, eine Angehörigengruppe, wo auch auf die Probleme der Freunde und Verwandten der psychisch Erkrankten eingegangen wird, eine Selbsthilfegruppe für psychische Erkrankungen, einen JobCenter Guide, einen auf Peer-Beratung basierenden Behördenlotsen, regelmäßige Frühstücks- und Brunch-Treffen, einen offenen Kaffee-Treff, eine Handarbeitsgruppe, die Tanz- und Relax-Gruppe sowie eine Theatergruppe. Wer Beratung und Hilfe sucht, kann sich an Petra Godel-Ehrhardt oder Susanne Siebel unter den Rufnummern 0170/75 63 385 und 0163/28 79 174 wenden oder eine Mail an [info@spz-bergheim.de](mailto:info@spz-bergheim.de) schicken. Sie sind immer herzlich willkommen!



Carmen Corellia, Ehrenamtlerin  
 Petra Godel-Ehrhardt, SPZ Koordinatorin  
 Susanne Siebel, Kontakt- und Beratungsstelle

## Impressum

**Querstrich – Die Stadtteilzeitung für Quadrath-Ichendorf**

**Anschrift:**  
 Quartiersmanagement im Gleis11  
 Quadrath-Ichendorf  
 Frenser Straße 11, 50127 Bergheim  
 01590 / 1818712  
[gleis11@eg-bm.de](mailto:gleis11@eg-bm.de)

**Herausgeber:**  
 EG BM  
 Entwicklungsgesellschaft  
 Bergheim gGmbH

**Redaktion:**  
 Birgit Broich-Jansen

**Satz und Druck:**  
 Weitz und Linke GmbH  
 Gladbacher Str. 71, 50189 Elsdorf  
 02274/47 47  
[weitzlinke.de](http://weitzlinke.de)

**Mitarbeit:**  
 Harald Bous  
 Petra Godel-Ehrhardt  
 Katrin Kieth  
 Anika Kresken  
 Katharina Krosch  
 Jennifer Hopp  
 Akbel Sahraoui  
 Dieter Sauer  
 Gabriele Wejat-Zaretzke  
 Susanne Winand  
 Bernd Woidtke

**Erscheinungsweise:**  
 4 x im Jahr

Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION  
 Europäischer Sozialfonds



Die Landesregierung  
 Nordrhein-Westfalen



Bundesministerium  
 des Innern, für Bau  
 und Heimat



EUROPÄISCHE UNION  
 Investition in unsere Zukunft  
 Europäischer Fonds  
 für regionale Entwicklung



EFRE.NRW  
 Investitionen in Wachstum  
 und Beschäftigung

Ministerium für Kinder, Familie,  
 Flüchtlinge und Integration  
 des Landes Nordrhein-Westfalen



Zusammen im Quartier –  
 Kinder stärken – Zukunft sichern

Kommunales  
 Integrationszentrum  
 Rhein-Erft-Kreis



# Sommerfest für die ganze Familie

## Im Mai wird im Gleis11 gefeiert und der Budgetbeirat gewählt

Musik, Clownerie, Spiele, Kunstaktionen, leckeres Essen und Getränke. Am Sonntag, 22. Mai, 14 bis 19 Uhr wird in der Frenser Straße 11 groß gefeiert. „Durch Corona war in den letzten zwei Jahren kaum was möglich. Jetzt wollen wir alle zusammen unseren Kulturbahnhof hoch leben lassen“, sagt Kulturkoordinatorin Anika Kresken. Geplant ist eine große Bühne, auf der unter anderem die Angela Lentzen Band und Sängerin Mary Keey auftreten werden. Letztere verspricht eine brandneue und unvergessliche Live-Show mit tanzbaren Grooves. Ebenfalls dabei ist Clownkünstler Rob Davis. Alle im Gleis11 aktiven Gruppe beteiligen sich am Fest, planen Auftritte oder bieten Mitmach-Angebote. Ebenfalls neu gewählt werden an diesem Tag die Mitglieder des Budgetbeirats. Bewerben können sich Menschen, die Lust auf ein verantwortungsvolles und abwechslungsreiches Ehrenamt ha-



▲ Eine Live-Show mit tanzbaren Grooves verspricht Sängerin Mary Keey.

ben. In insgesamt vier Sitzungen wird entschieden, welche Projekte, Vereine oder Initiativen in und für QI mit Geldern gefördert werden. Vom Kinderschwimmkurs für Vorschulkinder, über eine Kleinkunsthöhle für die Grundschule bis hin zur Förderung von Natur- und Umweltprojekten ist fast alles möglich. Dem Gremium gehören vier Vereinsvertreter, vier Privatpersonen sowie Quartiersmanagerin Katharina Krosch an. Die Fristen zum Einreichen der



▲ Clownkünstler Rob Davis verzaubert nicht nur Kinder

Anträge sind der 2. Mai, der 22. August und der 31. Oktober. Nähere Infos unter [www.eg-bm.de/gleis11/stadtteilbudget](http://www.eg-bm.de/gleis11/stadtteilbudget). bb

## Alte Fotos gesucht!

### Ausstellung im September

Hast du alte Fotos vom Atelier Roleff? Gibt es von deinem Haus Bilder von der Bauzeit und von heute? Darüber wird oft gesprochen, deshalb kam das KulturWerk auf eine Idee: „Quadrath-Ichendorf gestern und heute“ heißt die Ausstellung, die das KulturWerk e.V. im September 2022 in Gleis11 zeigen will. Dazu brauchen wir Ihre Hilfe. Wir würden uns über Fotos und Videos, Dias, Negativstreifen, Super8, VHS-Filme freuen; auch Tonträger sind kein Problem. Wenn Sie so etwas tief im Keller vergraben haben, suchen Sie es und melden sich per mail unter [ausstellung@qi-kulturwerk.de](mailto:ausstellung@qi-kulturwerk.de). Sie können das Material per Mail auch in Gleis11 einreichen. Die Datei sollte im Dateinamen das Objekt benennen, das (ungefähre) Aufnahmedatum und – wenn bekannt – den Fotografen/die Fotografin. Nähere Infos unter 0175/2086718. Die besten Einsendungen werden prämiert. Abgabetermin ist der 30. Juni.

Bernd Woidtke

**ZEITZEUGEN  
GESUCHT!**

**BILDER, FILME,  
TONAUFNAHME,  
GESCHICHTEN**

aus dem 20. und 21. Jahrhundert

**Qi KulturWerk**  
Forum & Kultur für Quadrath-Ichendorf

Das KulturWerk plant für September 2022 die Ausstellung "Quadrath-Ichendorf - gestern und heute" im Gleis 11. Werden Sie Teil unserer Ausstellung. Erzählen Sie uns mehr über unsere Heimat. Stellen Sie uns Ihr Foto-, Video- oder Tonmaterial, egal ob digital oder analog, zur Verfügung. Unsere Jury wird einige Exponate auszeichnen.

Weitere Info auf unserer Homepage  
[www.qi-kulturwerk.de](http://www.qi-kulturwerk.de)  
Email: [ausstellung@qi-kulturwerk.de](mailto:ausstellung@qi-kulturwerk.de)  
KulturWerk e.v. Zur Alten Glashütte 1 50127 Bergheim  
Fragen zur Ausstellung Telefon 0175 2086 718



# Neue Schilder für alte Häuser

## Geführter Spaziergang vorbei an historischen Gebäuden geplant

„Bürgermitwirkung“ gibt es in Quadrath-Ichendorf schon seit langer Zeit. Viele engagierte Bürgerinnen und Bürger treffen sich immer wieder in den unterschiedlichsten Zusammenhängen: Das KulturWerk initiiert kulturelle Events, die Website [www.mein-quadrath-ichendorf.de](http://www.mein-quadrath-ichendorf.de) und die Stadtteilzeitung „Querstrich“ berichten darüber und über vieles andere, der Budgetbeirat unterstützt Projekte finanziell, mit dem Kultur- und Integrationsbahnhof Gleis11 haben wir ein Zentrum mit enthusiastischen Mitarbeiterinnen. Von der großen Zahl an Vereinen müssen wir gar nicht reden. Das Bürgerbeteiligungsforum QI hat sich im letzten Herbst zusammengefunden. Für 2021 mussten wir schnell ein Projekt finden, das den Menschen vor Ort zugute kommt. Wir entschieden uns für drei Smiley-Tafeln, die den Verkehrsfluss auf der Sandstraße und der Straße Auf der Helle ein bisschen fußgängerfreundlicher gestalten wollen. Für 2022 haben wir ein umfangreiches Projekt vor: In QI gibt es eine Reihe von



▲ Jeder kennt das Haus Roleff mit seiner markanten Fassade.

ungehobenen Schätzen – historische Gebäude und andere Objekte mit einer interessanten Geschichte, die nur die Alteingesessenen kennen. Unsere Idee: Wir schaffen eine Beschriftung mittels Plexiglastafeln, die mit einem QR-Code versehen sind; dieser leitet auf umfangreichere Infos um (in Bergheim und anderswo kennt man solche Tafeln bereits). Mit-

telfristig wollen wir mittels einer Fußgänger- und Radfahrer-App einen historischen Spaziergang durch unseren Ort begleiten. Was könnten solche Objekte sein? Der Gasthof „Zur Post“ an der Köln-Aachener-Straße bietet sich z.B. an. Bereits 1738 hat es an der Stelle einen Bau gegeben. Um die Jahrhundertwende 19./20. Jahrhundert wurde hier ein Gasthof eröffnet. Auf dem heutigen Parkplatz lagen die Ställe für die Postpferde. Gegenüber liegt das Atelier Roleff, allen Ortskundigen durch die attraktive Fassadengestaltung bekannt. Paul Roleff errichtete das Haus 1905. Roleff war ein sehr engagierter Fotograf, dem wir eine große Zahl an Fotos unseres Ortes verdanken. Im Anbau des Hauses betrieb er sein Atelier.

In Absprache mit der Stadtarchivarin und der Bergheimer Denkmalbehörde werden wir uns darum bemühen, dass diese und andere historisch bedeutsamen Objekte in unserem Ort wieder mehr ins Bewusstsein rücken.

Bernd Woidtke



▲ Ende des 19. Jahrhunderts entstand der Gasthof „Zur Post“.

Fotos: Woidtke

# Ein Paradies für Commander Bond

## Neues Reitsportzentrum auf der Fischbachhöhe

„Jetzt kann es endlich wieder richtig losgehen“. Jonathan Arleff freut sich. Die Corona-Zeit und die ständig neuen Regelungen haben auch die Arbeit im Reitsportzentrum nicht gerade leicht gemacht. „Dennoch sind wir ganz gut durch diese schwierige Zeit gekommen“, sagt der Pferdewirt, der im Sommer 2020 ein neues Reitsportzentrum auf der Fischbachhöhe eröffnet hat. „FBH Equestrian Center“ heißt das Unternehmen auf der ehemaligen Anlage des Gestüts Schlenderhan. „Galoppsport ist aber nicht unser Ding“, erzählt Arleff, der die Anlage als Reitsportzentrum mit Schwerpunkt Springreiten zusammen mit seiner Lebensgefährtin Sophie Kühne betreibt. „Wir hatten zuvor einen Betrieb in Lohmar und sind dann auf dieses Gelände aufmerksam geworden“, erzählt der passionierte Reiter, der einen Teil des ehemaligen Schlenderhan-Geländes gekauft und umgebaut hat. Jetzt betreibt er dort einen landwirtschaftlichen Betrieb. „Wir sind ein reiner Pensionsbetrieb und züchten auch



▲ Viel Platz auf den Weiden haben die Springpferde. Fotos: Arleff

Springpferde“, erklärt der 31jährige. Vieles musste auf der Anlage, die ursprünglich für Rennpferde gebaut wurde, verändert werden. Abschnitte der alten Rennbahn wurden zu unterschiedlichen Trainingsplätzen. Die überdachte Rennbahn, die den Schlenderhan-Galopp diente, wird heute von den Reiterinnen und Reitern bei schlechtem Wetter sehr geschätzt. Stallungen mit großen, luftigen Boxen und Solarien, Weiden und Paddocks, diverse Reit- und Übungsplätze, Reithalle sowie Longierzirkel machen das Sportzentrum zu einem attraktiven Ort für Reiterinnen und Reiter

aus dem Kölner Raum. „Wir haben hier rund 50 Pferde untergestellt und sind damit voll“, sagt Jonathan Arleff, der auch Kunden aus Quadrath-Ichendorf hat. Wenn er sich nicht um den Betrieb kümmert, nimmt Jonathan Arleff auch an Springreitturnieren teil. „Die bestreite ich unter anderem mit meinem schon 18jährigen Commander Bond“, verrät er und fügt



▲ Sogar Solarien für Pferde gibt es in den großzügigen Stallungen.



▲ Auf der alten Schlenderhan-Rennbahn ist ein Springreit-Parcours entstanden.

hinzu: „Zuvor auch mit der 17jährigen Vabima. Aber die geht jetzt in die Zucht.“ Übrigens: Wenn Sie sich fragen, was die Abkürzung FBH im Unternehmensnamen bedeutet... Ganz einfach: Die Buchstaben sind die Abkürzung für „Fischbachhöhe“. Nähere Infos unter [www.fbh-equestrian.center](http://www.fbh-equestrian.center). bb

# Mit der Doula durch die Schwangerschaft

## Neue Gesprächskreise für Frauen und Mädchen

Gleich mehrere neue Gesprächskreise für Frauen und Mädchen finden ab sofort im Gleis11 statt. Angeboten werden sie von Nicole Garten-Dölle, die eine Ausbildung zur Doula absolviert hat. Was macht eine Doula? „Sie ist eine geburtserfahrene Frau und nach der griechischen Wortherkunft eine Dienerin der schwangeren Frau. Sie ist emotionale Stütze für die werdenden Eltern, in der Schwangerschaft, während der Geburt und im Wochenbett“, erklärt die Bergheimerin, die durch ihre Ausbildung über ein fundiertes Wissen zum Thema Geburt verfügt. In Konkurrenz zu Hebamme und Arzt tritt sie dabei nicht. Doulas begleiten Frauen und ihre Familien während Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit. Das Plus der Doula während der Geburt ist ihre kontinuierliche Anwesenheit, bis das Baby geboren ist. Immer häufiger kooperieren Hebammen und Doulas in einem gemeinsamen Angebot an werdende Eltern. Eine Doula hat keine medizinische Ausbildung, sie unterstützt die Gebärende auf ihrem persönlichen Weg und hat Zeit für Gespräche. „Dabei handelt es sich um eine Privatleistung, die nicht von den gesetzlichen Kassen übernommen wird“, sagt Nicole Garten-Dölle. Im Gleis11 bietet sie allerdings im Mai, Juli, September und November kostenlose Schwan-

gerenkreise an. Wer mehr erfahren will, kann auch einen kostenlosen Termin vereinbaren und während der offenen Sprechstunde im „Leben Hoch 2“ vorbeikommen. Diese findet jeden vierten Donnerstag im Monat von 13 bis 15 Uhr statt. An weiteren Donnerstagen bietet die 33jährige auch weitere Gesprächskreise für Frauen und Mädchen verschiedener Altersgruppen an. „Es geht darum, sich auszutauschen und in einem geschützten Raum über den weiblichen Körper, seine Hormone, seinen Zyklus, die Wechseljahre und vieles mehr zu reden“, erklärt die Mutter von drei Kindern. Wer mehr über die Gruppen erfahren und sich anmelden möchte, kann das unter der Rufnummer 0151/43 18 39 35 oder per Mail unter [doula@garten-doelle.de](mailto:doula@garten-doelle.de) tun.



▲ Viel Erfahrung hat Doula Nicole Garten-Dölle.

Foto: privat

bb

## Mit Video zum Internet-Star?

### Profi-Musiker bieten Projekt für Jugendliche

Soeben gestartet ist das Projekt „Bergheim Beats“. Drei Monate lang treffen sich jeden Montag Jugendliche im Alter von 15 bis 18 Jahren zwischen 16.30 und 20 Uhr im Gleis11. Unter professioneller Anleitung von Musikproduzent Markus Brachtendorf und Medienkünstler Heiko Walter entstehen eigene Songs. Zusätzlich wird ein passendes Musikvideo gedreht. Es sind nur noch wenige Plätze frei und wer noch einsteigen will, sollte sich schnell bei Kulturkoordinatorin Anika Kresken über Instagram und Facebook unter [@gleis11bergheim](https://www.instagram.com/gleis11bergheim), per Mail an [anika.kresken@egbm.de](mailto:anika.kresken@egbm.de) oder telefonisch unter 0176 / 47 87 70 61 anmelden. Die Teilnahme ist kostenlos. Ermöglicht wird dies über das Bundesprogramm „Kultur macht stark. Bündnisse für Bildung“ des Bundesministeriums für Bildung und Forschung BMBF, welches der Bundesverband Soziokultur in seinem Konzept „Jugend ins Zentrum!“ fördert. „Bergheim Beats“ ist ein Kooperationsprojekt zwischen der Entwicklungsgesellschaft Bergheim gGmbH, der Stadtbibliothek Bergheim und der BM.CULTURA GmbH.

bb

## Bilder gegen Rassismus

### Malworkshop mit Alex Krull

Die Zeit des alleine vor sich hinwerkeln ist vorbei. Deshalb lädt das Projekt „querquadrath“ des Vereins ASH-Sprungbrett gemeinsam mit der Künstlerin Alex Krull zum Mal- und Zeichenworkshop ein. Dieser findet am Samstag, 26. März von 11 bis 16 Uhr im Gleis11 statt. Anlässlich der Internationalen Wochen gegen Rassismus lautet das diesjährige Thema: „Love has no borders“. Thematische Impulse gibt das Team von querquadrath auf spielerische Art und Weise. Tipps zu Maltechniken und Hilfe zur Umsetzung der eigenen Ideen bietet Alex Krull. Malutensilien werden zur Verfügung gestellt. Die Teilnahme ist kostenfrei. Da es eine begrenzte Teilnehmerzahl gibt, bitten wir um Anmeldung unter: [querquadrath@ash-sprungbrett.de](mailto:querquadrath@ash-sprungbrett.de) oder 01590/62 18 496.

bb

# Wenn der Stoff nie ausgeht

## Hobby-Näherinnen treffen sich freitags im Gleis11

„Schau mal. Das Tischset ist fertig“. Ingeborg Canje zeigt ihre letzte Näharbeit. Die übrigen Frauen nicken bewundernd und beginnen sofort mit dem Aufbau der Tische und dem Aufstellen der Nähmaschinen. Jeden ersten Freitag im Monat treffen sich ab 9 Uhr sieben Hobby-Näherinnen im Gleis 11. Leiterin der Gruppe ist Elisabeth Talbot, die im vergangenen Oktober mit dem neuen Angebot startete. „Ich habe immer schon gerne Handarbeiten gemacht“, erzählt die Rentnerin, die früher als Erzieherin gearbeitet und jetzt endlich mehr Zeit für ihr Hobby hat. „Viele von uns kennen sich schon lange. Wir haben uns schon getroffen, als unsere Kinder noch klein waren“, berichtet die Bergheimerin. Dass bedeutet aber nicht, dass neue Interessierte nicht willkommen



▲ Über neue Hobby-Schneiderinnen freut sich die Nähgruppe.

sind. „Ich habe immer viel genäht“, sagt Kaarina Ludwig, die mittlerweile Patchwork-Arbeiten auf Profiniveau fertigt. „Früher habe ich Anzüge und Kostüme genäht. Dann lange nichts mehr. Mit den Masken hat es wieder

angefangen. Ich habe bestimmt 150 Stück gemacht“, erinnert sich Ingeborg Canje, die heute einen neuen Tischläufer für das Wohnzimmer in Angriff nimmt. Osterdeko will Brigitte Stamm heute machen. „Vielleicht einen schö-



▲ Perfekte Einzelstücke sind die Taschen, die Kaarina Ludwig genäht hat. Fotos: bb

nen Hasen“, überlegt sie. Während die Nähmaschinen rattern, haben die Frauen Zeit, sich auszutauschen, einen Kaffee zu trinken und über Schnittmuster zu philosophieren. „Nähen entspannt und hat was Meditatives“, weiß Kaarina Ludwig. Da können die anderen nur zustimmen. Während die meisten Teilnehmerinnen ihre eigenen Maschinen im Kofferchen mitbringen, leiht sich Brigitte Stamm ein Gerät vor Ort aus. Über den Budgetbeirat wurden zwei Nähmaschinen, Bügelbrett, Stoffe und andere Utensilien für die Gruppe angeschafft. Wer Lust hat, sich den Stoffkünstlerinnen anzuschließen, kann sich unter [gleis11@eg-bm.de](mailto:gleis11@eg-bm.de) anmelden. bb

# Was haben Fechten und Schachspielen gemeinsam?

## Besuch bei Trainer Hermann Kircheis



▲ Taktisch geht es beim Fechten zu. Schutzanzüge und Masken bieten Sicherheit. Foto: privat

In der Mehrzweckhalle von Quadrath-Ichendorf bin ich mit Hermann Kircheis verabredet. Er ist seit mehr als 40 Jahren Trainer für einen ganz besonderen Sport: Fechten. Der passionierte Sportlehrer und Ingenieur in Pension scheint nicht gern im Mittelpunkt zu stehen. Aber sobald er von seiner Leidenschaft berichtet, blüht er richtig auf. Zuerst erklärt er mir die Grundregeln. Es wird im 1.FC Quadrath-Ichendorf sowohl mit Degen als auch mit Florett gefochten. Der Unterschied liegt darin, dass bei Florett nur Treffer auf der Brokatweste von der elektronischen Trefferanzeige erfasst werden. Mit dem Degen fällt das Fechten manchen leichter, weil

der gesamte Körper als Trefffläche gilt. Derjenige, dessen Kontaktspitze zuerst auf den Körper des anderen trifft, erhält einen Punkt. Gefochten wird, unabhängig von der Waffe, in einer Runde jeder gegen jeden. Der Kampf ist entschieden, wenn einer der beiden Kontrahenten oder Kontrahentinnen fünf Treffer erzielt hat. Bei einer Direktausscheidung wird auf 10 bzw. 15 Treffer gefochten. Die Treffer werden auf einer digitalen Anzeige automatisch angezeigt und von einem Kampfrichter bewertet. Das besondere und auch reizvolle am Fechten ist für Hermann Kircheis, dass es die ganze Zeit um das Taktieren und Überlisten des Gegners geht.

Es geht darum Bewegungsmuster des anderen zu erkennen und entsprechend schneller oder anders zu agieren, um einen Treffer zu landen. Man kann sich miteinander messen ohne einander zu verletzen. Die Schutzanzüge, Waffen und Masken gewährleisten eine sehr hohe Sicherheit gegen Verletzungen. Selbst die besten Freunde schenken sich auf der Bahn nichts, wie er sagt. Hermann Kircheis muss es wissen, ist er doch seit mehr als 40 Jahren mit einer erfolgreichen Fechterin verheiratet. Außerdem waren sie und seine Schwester Ute lange Zeit in der deutschen Fecht-Nationalmannschaft. Hermann Kircheis' Platz ist hingegen eher der auf der Trainerbank. Allerdings feierte er seine Erfolge insbesondere im Friesenkampf. Dort wird neben dem Fechten auch noch Schwimmen, Laufen, Kugelstoßen und Schießen verlangt. Aber er freut sich, wenn selbst erfahrene Fechter und Fechterinnen ihn nach seiner Einschätzung fragen und auf seine Empfehlungen hören. Leider fehlt es bei 1. FC im Bereich Fechten an Nachwuchs. Manchmal seien gerade mal vier oder fünf Kinder beim Training. Dabei benötigt man laut Hermann Kircheis nur Sportsachen, um mit dem Fechten anzufangen. Ich hake nochmal nach. „Ja gut, ein bisschen Körper- bzw. Bewegungsgefühl gehört auch dazu. Fechten ist oft wie Schachspielen, wo man die Aktionen seines Partners kalkulieren muss, um erfolgreich zu sein“, erklärt der Trainer und fügt hinzu: „Alles andere kann man lernen. Ausrüstung haben wir für den Anfang auch genug.“ Das Training findet montags von 17.30 bis 20 Uhr und freitags von 19 bis 21.30 Uhr statt.

Jennifer Hopp

# Lernerfolg durch Motivation

## Workshop für Lehrende kam gut an

„Selten habe ich an einem so intensiven, gehaltvollen und nachhaltigen Workshop teilgenommen. Ich freue mich schon, die erworbenen Skills im Rahmen meiner Tätigkeit als Berufs- und Studienberaterin in der Oberstufe weiterzugeben.“ Christina Dieth, Lehrerin an der Gesamtschule, ist begeistert. Sie hat im Gleis11 am dreiteiligen Workshop „Selbstmanagement für Kinder und Jugendliche“ teilgenommen, den Akbel Sahraoui, Koordinatorin des Projekts Bildungspatenschaft, gemeinsam mit dem Verein KijuCo organisiert hatte. Wie wichtig es ist, Jugendliche in dieser schwierigen Zeit zu motivieren, weiß Akbel Sahraoui nur zu gut und lud deshalb Referent Uwe Hildebrandt ein. Er zeigte den Teilnehmenden einige Tools, um Kindern und Jugendlichen besser helfen zu können. „Wecke deine Kraft“ lautete das Motto der Veranstaltung, die den Lehrenden Techni-

ken vermittelte, um Jugendliche in der Post-Covid-Phase zu stärken. Diese Gelegenheit nutzten gleich mehrere Lehrerinnen der Gesamtschule. Mit Hilfe des Züricher Ressourcen Modells können Motivations- und Antriebslosigkeit, aber auch Konzentrationschwächen bis hin zu Schul- und Versagensängsten aufgebrochen werden. „Es hilft uns Beratenden in unserer täglichen Arbeit, aber vor allem ist es ein wirkungsvolles Selbstmanagement-Tool, das die Jugendlichen problemlos erlernen können und langfristig bei den Fragen der Zielfindung, Motivation, Haltung und vielem mehr einsetzen können“, fasst Katharina Zech, Beratungslehrerin der Sekundarstufe II und Verantwortliche für das Netzwerk „Zukunftsschulen NRW“, zusammen. „Ich bin sehr überzeugt von dem Modell, da es für mich eine individuelle Hilfe bedeutet und gleichzeitig unseren Schü-

lerinnen und Schülern systematisch und projektorientiert Raum schafft, um sich wieder positiv in der Schule zu spüren und Lernbegeisterung zu erfahren“, berichtet Natascha Kierdorf, didaktische Leiterin der Gesamtschule Bergheim. *bb*



▲ Akbel Sahraoui, Koordinatorin des Projekts Bildungspatenschaft, begrüßte Referent Uwe Hildebrandt. Foto: privat

# Hallo Leute,

habt ihr schon einen Blick auf die Termine in Quadrath-Ichendorf geworfen? Ja, es gibt wieder Termine, die man sich im Kalender eintragen sollte. Feiern, die wir so lange nicht mehr planen konnten und dort werden wir viele Menschen persönlich wiedersehen, die wir trotz der Kontakte über moderne Medien so schmerzlich vermisst haben. Ich freue mich schon riesig, wieder über die Aktivitäten unserer zahlreichen Vereine berichten zu dürfen.

In den vergangenen Monaten mussten liebgewonnene Feste und so manches Vereinsjubiläum auf Eis gelegt werden, gemeinsame Treffen fanden online statt – versteht mich nicht falsch, ich bin froh, dass es diese Möglichkeit gibt, aber ein Bildschirm kann die Wärme und Zuneigung eines Menschen nicht ersetzen – und leider werden manche Freunde und Bekannte nie wieder mit uns feiern. Wie die erfreulich lange Liste der anstehenden Termine zeigt, ist der Eifer unserer Vereine ungebrochen und ich hoffe, dass ihr zahlreich zu den Veranstaltungen kommen werdet, damit das Durchhaltevermögen und die arbeitsintensiven Vorbereitungen belohnt werden. Vielleicht sehen wir uns ja mal wieder hier in Quadrath-Ichendorf.  
*Euer Quadrich*



# Damit die Pflaume kein Problemfall wird

## Tipps vom Fachmann im Nachbarschaftsgarten

Der Kenner schüttelt den Kopf. „Diese Pflaume ist ein Problemfall“, sagt Fynn Richter, Gärtner und Schmied. „Hier der dicke Trieb steht in Konkurrenz zum Haupttrieb“, erklärt der Fachmann. Einige Hobbygärtnerinnen und -gärtner sind zum Gelände am Kirchacker gekommen, um zu erfahren, wie man Obstbäume richtig schneidet. Im Nachbarschaftsgarten stehen einige junge Bäume. Neben Pflaume, auch Apfel, Birne und Walnuss. Diese hochstämmigen Obstbäume sind langlebige Gehölze, die bei guter Pflege ein Ertrags- und Lebensalter von fünfzig bis einhundert Jahren erreichen. Damit die Ernte auch üppig ausfällt, muss ein regelmäßiger Erziehungsschnitt erfolgen. Als Kronenform für die Streuobstwiese hat sich die so genannte Pyramidenkrone bewährt, bestehend aus der Stammverlängerung und drei bis vier gut verteilten Leitästen beziehungsweise Gerüstästen, an denen wiederum Seitenäste und Fruchtholz angeordnet sind. Zur Förderung ihres Wachstums und ihrer Verzweigung werden die Leitäs-



▲ Auch Ralf Engels (r.) lernte bei Fynn Richter den korrekten Baumschnitt. Foto: bb

te sowie die Stammverlängerung jährlich um ein bis zwei Drittel zurückgeschnitten. „Bei falscher Handhabung, kann ich nicht viel ernten“, erklärt der Gärtner, der für die Schnitтарbeiten eine By-

pass-Gartenschere oder für dickere Äste eine Säge empfiehlt. „Wir wollen die Wunden am Baum klein halten und ganz nah am Stamm schneiden“, sagt der Fachmann und hat noch einige Tipps für die Interessierten parat. Im Nachbarschaftsgarten ist jetzt viel zu tun. Der Rasen muss gemäht, Wege angelegt und Beete bestückt werden. Neben Anwohnerin Anne Nigge wollen künftig auch Bernd und Gisela Waldau hier aktiv werden. „Wir sind erst vor kurzem hierher gezogen und haben Spaß an der Gartenarbeit“, sagt Bernd Waldau. Ehepaar Vogel war schon im letzten Jahr dabei. „Ich habe hier Blumenkohl, rote Beete, Kürbisse und Ruccola angepflanzt“, erzählt Marie-Theres Vogel. Auch Ralf Engels, der sich um die Wiesen hinterm Martinsweg kümmert, packt mit an. Wer im Nachbarschaftsgarten aktiv werden möchte, kann sich bei Katharina Krosch unter [gleis11@eg-bm.de](mailto:gleis11@eg-bm.de) oder unter der Handynummer 01590/1818712 melden. Die Gruppe ist jeden Dienstag ab 15 Uhr im Garten zu erreichen. bb

# Steine und Ziegen fürs Klettergerüst

## Startschuss für den Umbau von Tierpark und Spielplatz

Im Tierpark beginnen die Bauarbeiten. Wie die EGBM mitteilt, soll der Umbau, der in drei Abschnitte unterteilt ist, rund sieben Monate dauern. Gestartet wird im nördlichen Bereich. Hier entsteht ein großer Kinderspielbereich zu den Themen „Fliegende Steine“ und „Ziegen“. Dabei handelt es sich um eine große Kletterlandschaft mit Netzen, Seilen und Kletterstäben. Bereits bestehende Spielgeräte, wie Seilbahn und Nestschaukel, bleiben erhalten. Für die ganz Kleinen ist ein Spielhaus mit gemulchtem Rundweg geplant. Um älteren Menschen mit Rollatoren oder Eltern mit Kinderwagen den Weg zum Tiergehege zu erleichtern, wird der bestehende Weg mit einer

neuen, wassergebundenen Decke versehen. Parallel dazu verläuft ein asphaltierter Weg mit bunten Fußspuren. Die Gestaltung des Tierparkgeländes wird durch Fördermittel aus dem Europäischen Fonds für regionale Entwicklung (EFRE) 2014-2020 „Investition in Wachstum und Beschäftigung“ (Projektauftrag „Starke Quartiere – starke Menschen“) sowie Eigenmittel der Kreisstadt Bergheim finanziert. Die anschließenden Vegetationsarbeiten werden durch das Förderprogramm „Sozialer Zusammenhalt“ sowie Eigenmittel der Kreisstadt Bergheim finanziert.

bb



**Montags**

- 10 - 11.30 Uhr**  
**Mutter-Kind-Spielgruppe**  
für Mütter mit Kindern  
ab vier Jahren
- 13 - 18 Uhr**  
**Begegnungsstätte der AWO**  
Kaffee, Kuchen, Spiele  
und Sitzgymnastik
- 19 - 20.30 Uhr**  
**Kulturwerk**  
in ungeraden Wochen
- 18.30 - 20.30 Uhr**  
**Redaktion mqj**  
unregelmäßiger Turnus

**Dienstags**

- 9 - 11.30 Uhr**  
**Beratungsstation**  
ohne Anmeldung
- 9 - 10.30 Uhr**  
**Pflegeberatung**  
Kreisstadt Bergheim  
Vor Anmeldung nötig  
jeden 3. Monat
- 10 - 11.30 Uhr**  
**Männertreff**
- 17 - 19.30 Uhr**  
**Handarbeitsgruppe**  
„Heiße Nadeln“
- 14 - 16 Uhr**  
**Beratung für Menschen  
aus Notunterkünften**  
nach Voranmeldung

**15 - 16.30 Uhr**  
**Gartentag**  
Am Kirchacker

**17 - 15.30 Uhr**  
**Konversation  
in Englisch**

**18.30 - 20 Uhr**  
**Italienisch**  
Stufe A2, VHS

**20 - 21.30 Uhr**  
**Italienisch**  
Stufe A1, VHS

**19 - 21 Uhr**  
**Los Bailamigos**  
Salsagruppe

**Mittwochs**

- 16 - 18 Uhr**  
**Lernen lernen**  
Nachhilfe mit Tutoren  
Anmeldung erforderlich
- 18.30 - 20.30 Uhr**  
**Theaterworkshop**  
querquadrath

**Donnerstags**

- 10 - 11.30 Uhr**  
**Mama lernt Deutsch**  
Sprachlernangebot  
mit Kinderbetreuung
- 13 - 16 Uhr**  
**Flüchtlingsberatung**  
mit Voranmeldung  
gerade Woche

**16.30 - 18 Uhr**  
**Sprechstunde**  
Ortsbürgermeister

**16.30 - 17.45 Uhr  
und 19 - 21 Uhr**  
**Frauen- und  
Mädchenkreis**  
1. und 2. Donnerstag  
Voranmeldung erbeten

**18 - 20 Uhr**  
**Selbsthilfegruppe**  
für Menschen mit  
Depressionen  
ungerade Woche  
mit Voranmeldung

**Freitags**

- 10 - 12 Uhr**  
**Nachbarschaftsfrühstück**  
jeden 2. Freitag im  
Monat
- 15 - 16 Uhr**  
**Lernen lernen**  
Nachhilfe mit Tutoren  
Anmeldung erforderlich
- 9 - 14 Uhr**  
**Nähtreff**  
mit Voranmeldung
- 15 - 17 Uhr**  
**Natur und Begegnung**  
Jakob-Bühr-Platz und  
Robert-Koch-Straße
- Samstags**
- 10 bis 12 Uhr**  
**„Lernen lernen“**  
Nachhilfe mit Tutoren  
Anmeldung erforderlich

**Kultur im Gleis11**

- Freitag, 25. März, 20 Uhr**  
Hutkonzert mit RowSixteen & Room  
to move
- Samstag, 26. März, 11 Uhr**  
Zeichnen- und Malworkshop: Love  
has no borders
- Freitag, 8. April, 20 Uhr**  
Jam-Session-Bergheim –  
die offene Bühne
- Mittwoch, 20. April, 15.30 Uhr**  
Café Sperrnitz
- Freitag, 22. April, 20 Uhr**  
Hutkonzert mit Rowi & Friends  
sowie Tom Words & Céline
- Freitag, 29. April, 19 Uhr**  
Brings – der Film: Nix für lau
- Sonntag, 1. Mai, 19 Uhr**  
Duo Müller-Michalke: Insight
- Freitag, 6. Mai, 20 Uhr**  
Hutkonzert mit A small Circle of  
Friends & Couchpop
- Sonntag, 8. Mai, 16 Uhr**  
Drumkonzert – 11 Jahre  
Schlagzeugschule Guido Meyer
- Freitag, 13. Mai, 20 Uhr**  
Jam Session-Bergheim –  
die offene Bühne
- Mittwoch, 18. Mai, 15.30**  
Café Sperrnitz
- Freitag, 20. Mai, 20 Uhr**  
Mitsingkonzerte & The Jackie  
Treehorn Band
- Sonntag, 22. Mai, 14 Uhr**  
Sommerfest
- Donnerstag, 2. Juni, 19 Uhr**  
Abschlusskonzert „Bergheim beats“
- Freitag, 10. Juni, 20 Uhr**  
Jam Session-Bergheim –  
die offene Bühne
- Mittwoch, 15. Juni, 15.30 Uhr**  
Café Sperrnitz

**Termin im Stadtteil**

- Freitag, 18. März, 19 Uhr**  
Werke für Chor und Orgel zur Lesung  
der Lukas-Passion, Pfarrkirche St.  
Laurentius, Quadrath
- Freitag, 1. April, 19 Uhr**  
Violine und Klavier zur Lesung der  
Johannes-Passion, Pfarrkirche Heilig-  
Kreuz, Ichendorf
- Freitag, 8. April, 19 Uhr**  
Klaviermusik zur Lesung der Passion,  
Pfarrkirche St. Laurentius, Quadrath
- Sonntag, 10. April, 17 Uhr**  
Passionskonzert am Palmsonntag,  
Pfarrkirche St. Laurentius, Quadrath
- Samstag, 7. Mai, 14 Uhr**  
Frühlingstreff am Tierpark,  
Rilkestraße/Bürgerhaus
- Sonntag, 22. Mai, 14 Uhr**  
Sommerfest Gleis11, Frenser Straße 11
- Samstag, 18. Juni, 14 Uhr**  
Tag der offenen Tür beim Löschzug  
Q1, Frenser Straße 15a



# Rolfes Immobilien

...wenn der Verkauf gut und sicher sein soll



Über Rolfes Immobilien haben Verkäufer den exklusiven Zugriff auf die große Datenbank der Kölner Immobilienbörse von finanzierungsbestätigten Kaufinteressenten.



Der kluge Verkäufer kommt  
direkt zu  
**Rolfes Immobilien.**

Rufen Sie uns an:

**02271-920 51**



Frenser Straße 8  
50127 Bergheim

Telefon 02271 - 92 051  
info@immo-rolfes.de

[www.immo-rolfes.de](http://www.immo-rolfes.de)

