

## Sponsoren zum Sponsorenlauf gesucht!

Im September startet der 6. Sponsorenlauf des Heinrich-Mann-Gymnasiums am Fühlinger See

**D**as Heinrich-Mann-Gymnasium (HMG) mit seinen rund 1.200 Schülern ist neben seinem schulischen Auftrag immer auf der Suche nach Vernetzung innerhalb der Gesellschaft und verbindet theoretische Inhalte aus dem Unterricht gerne mit gesellschaftlichen Themen.

So findet dieses Jahr der 6. Sponsorenlauf statt. Der Sponsorenlauf ist ein unterrichtsfreier Tag, an dem die Bücher zu Hause bleiben und sich alle in laufgerechter Kleidung am Fühlinger See treffen. Es geht darum, dass alle Teilnehmer die Regattabahn am Fühlinger See zu Fuß umrunden. Dabei ist es egal, ob man geht oder joggt. Im Vordergrund steht die zurückgelegte Wegstrecke. Jeder Schüler trägt eine Laufkarte mit sich, auf der an verschiedenen Kontrollpunkten ein Stempel eingetragen wird. Somit können alle Nachweisen, wie viele Kilometer sie an diesem Tag zurückgelegt haben. Unter den Schülern gibt es einen kleinen Wettkampf um die meisten Kilometer und so kommt es zu Einzelleistungen, die zwischen 10 und 49 km pro Schüler liegen!

Der Clou: Die Schüler sind im Vorfeld dazu aufgefordert, Sponsoren innerhalb ihrer Familie/Freundeskreis/Nachbarschaft zu suchen. Diese Sponsoren finanzieren dann die gelaufe-



Laufen verbindet – ein sportlicher Schulalltag mit sozialem Engagement, hier beim Sponsorenlauf 2011 der Schüler des Heinrich Mann Gymnasiums. Foto: Heinrich Mann Gymnasium/Frau Nausester-Hahn

nen Kilometer eines Schülers mit einem selbst gewählten Betrag.

### Wir sagen Danke

„Ein solcher Tag ist ein organisatorischer Kraftakt und so übernehmen die Eltern der Schülerschaft die Organisation und Begleitung der Verpflegungsstände, besetzen die Kontrollposten entlang der Strecke und unter-

stützen den Schulsanitätsdienst, der auch an diesem Tag aktiv ist“, erklärt Hr. Mohr, Schulleiter des Heinrich-Mann-Gymnasiums. Der Sponsorenlauf findet alle zwei Jahre statt und in den vergangenen Jahren sind mit dieser tollen Veranstaltung pro Lauf zwischen 20.000 und 30.000 Euro erlaufen worden. Innerhalb der Schulversammlung wird abgestimmt, wie die zusammengelaufenen Beträge aufge-

teilt werden und so wurden in den vergangenen Jahren wiederkehrend neben dem Förderverein des HMG auch der Verein Kindernöte e.V. und das Haus Lebenshilfe – Franz Goebels mit einem Teilbetrag unterstützt. Für diese großartige Unterstützung sagen wir Danke und unterstützen unseren Kooperationspartner gerne mit einem Aufruf zum Sponsorenlauf. (tb)

## Freibadsaison in Köln eröffnet

**M**ittelmeer? Wozu, wenn das Wasser so türkis ist, wie an der Côte d'Azur, der Sand beim Beachvolleyball sich nach Hawaii anfühlt und man sehen kann, wie der Nachbar aus Longerich „oben ohne“ aussieht

Freibäder schreiben Sommergeschichten wie die von der Schmach, das Zehn-Meter-Brett wieder über die Leiter zu verlassen und am letzten Ferientag doch noch zu springen, von Rumgekicher am Beckenrand, von dem rauschartigen Gefühl des ersten Eintauchens, wenn die klebrige Hitze der Stadt der kühlen Erfrischung weicht. Und das alles kann so nah sein! Wie der Escher See. Im Freibad „Sundown Beach“ finden Besucher alles, was sie für einen gelungenen Freibadtag benötigen. Das Freibad hat bei gutem Wetter ab 10 Uhr geöffnet – Ende offen!



Sommer, Sonne, Freibadzeit Foto: KölnBäder GmbH

Wer es eher natürlich mag, der ist beim Waldbad Dünwald genau an der richtigen Adresse. Wie der Name schon verrät, liegt das Waldbad Dünwald direkt an einem Wald. Von Bäumen umgeben können Badegäste schwimmen, planschen oder den Open-Air-Konzerten lauschen, die mehrmals im Jahr stattfinden. Allen viel Spaß beim Erfrischen und Planschen! (tb)

## Spiel, Spiele und Spieltest

**W**undern Sie sich, dass in Ihrem Umfeld und in der Bahn jeder ein Handy in der Hand hat und teils völlig konzentriert in eine andere Welt versunken ist? Eine mögliche Erklärung könnte das völlig gewaltfreie Wordblitz sein.

Internetfähige Handys, die man über den Bildschirm durch Berührung bedienen kann, nennt man Smartphones. Sie sind kleine mobile Computer mit denen man surfen, texten, Musik hören, lesen, organisieren, fotografieren, spielen und auch noch telefonieren kann.

Um bestimmte Funktionen nutzen zu können besteht die Möglichkeit, über das Internet Applikationen herunterzuladen die kurz APP genannt werden. Diese APPs ermöglichen unterschiedliche Informationsdienste und Spiele jederzeit griffbereit zu haben. In einer neuen Reihe möchten wir Ihnen unsere APP der Ausgabe vorstellen: Wordblitz. Wordblitz ist ein Spiel bei dem in einem 4 x 4 Buchstabenfeld so viele Worte wie möglich gefunden werden sollten. Jeder Buchstabe hat einen Buchstabenwert und Bonusfelder verdoppeln oder verdreifachen den Punktwert eines Buchstabens oder eines ganzen Wortes. Das Besondere an diesem Spiel: Man kann allein oder gegen Freunde und Unbekannte in ganz Deutschland spielen. Ein Spiel geht über drei Runden, eine Runde dauert zwei Minuten und am Ende wird eine Gesamtpunktzahl gebildet. Wann Sie spielen entscheiden Sie selbst. Lesen Sie in der nächsten Ausgabe über die „VRS APP“ dem Fahrplan fürs Handy! (tb)

nen unsere APP der Ausgabe vorstellen: Wordblitz. Wordblitz ist ein Spiel bei dem in einem 4 x 4 Buchstabenfeld so viele Worte wie möglich gefunden werden sollten. Jeder Buchstabe hat einen Buchstabenwert und Bonusfelder verdoppeln oder verdreifachen den Punktwert eines Buchstabens oder eines ganzen Wortes. Das Besondere an diesem Spiel: Man kann allein oder gegen Freunde und Unbekannte in ganz Deutschland spielen. Ein Spiel geht über drei Runden, eine Runde dauert zwei Minuten und am Ende wird eine Gesamtpunktzahl gebildet. Wann Sie spielen entscheiden Sie selbst. Lesen Sie in der nächsten Ausgabe über die „VRS APP“ dem Fahrplan fürs Handy! (tb)

S	S	H	T
P	I	T	E
W	E	R	Z
S	T	E	G

### INHALT

#### Bonn

Der bekannte ZDF-Moderator Jörg Pilawa engagiert sich für die Aktion Mensch. Seit November 2012 ist der Hamburger deren neuer ehrenamtlicher Botschafter. Lesen Sie mehr über Jörg Pilawa auf



» Seite 2

#### Viersen

Voneinander lernen – Gemeinsam reisen, tanzen und kochen. Vier Fragen an zwei Generationen lesen Sie auf

» Seite 4

## Öffnungszeiten

**CityCenter Chorweiler:**  
Montag bis Samstag, 9.30–20 Uhr

**Stadthaus Chorweiler:**  
Montag bis Freitag, 8–12 Uhr,  
sowie nach besonderer Terminvereinbarung: (02 21) 22 10

**Wochenmarkt:**  
**Chorweiler, Liverpooler Platz**  
Donnerstag 7–13 Uhr  
Samstag 7–14.30 Uhr  
**Longerich, Gartenstadt-Nord**  
Donnerstag & Samstag jeweils  
7–13 Uhr  
**Heimersdorf, Haselnusshof:**  
Mittwoch und Samstag

**Schwimmbad Chorweiler:**  
Montag: 6.30–8 Uhr/16–21.30 Uhr  
Dienstag: 6.30–21.30 Uhr  
Mittwoch: 6.30–21.30 Uhr  
Donnerstag: 6.30–8 Uhr  
Freitag: 6.30–16.30 Uhr  
Samstag: 8–16.30 Uhr  
Sonntag: 8–16.30 Uhr

**Notfallpraxis des Kölner Nordens:**  
Florenzer Straße 84, 50765 Köln,  
Telefon: (02 21) 7 00 66 12

### IHR KONTAKT VOR ORT

Falk Terlinden  
Telefon: (02 21) 7 91 04 10  
E-Mail: tln@lebenshilfe-nrw.de

### IMPRESSUM SEITE 1

■ **Herausgeber:** Lebenshilfe NRW, Lebenshilfe Wohnverbund NRW gemeinn. GmbH, Abtstraße 21, 50354 Hürth, Telefon: (02 21) 7 91 04 10, stu@lebenshilfenrw.de

■ **Redaktion:** Torben Beimann  
■ **Presserechtlich verantwortlich:** Hans Jürgen Wagner, Hauptgeschäftsführer, Monika Oncken, Geschäftsführerin  
■ **Teilaufgabe:** 11 500 Exemplare

Anzeigen

**Suchen Sie einen guten Werbeplatz, dann rufen Sie uns an:**

**Kontakt:**  
Torben Beimann  
Telefon: (02 21) 7 91 04 10

*Haus Hammerstein*

**Gerne heißen wir Sie in Haus Hammerstein willkommen!**  
Seien Sie unser Gast und lassen Sie sich von uns verwöhnen.  
**www.haus-hammerstein.de**

**Besuchen Sie uns auf Facebook**

**www.facebook.com/lebenshilfenrw**

**Suchen Sie einen guten Werbeplatz, dann rufen Sie uns an:**

**Kontakt:**  
Torben Beimann  
Telefon: (02 21) 7 91 04 10