

1. Ausgabe 2026

# **Impuls**

**MAGAZIN 50+**

Ein Ehrenamts-Projekt des „zentrum plus“ / AWO in Unterbilk



Mit Veranstaltungskalender



1/26

# IN DIESEM HEFT

## **Miteinander – Füreinander**

Das Ernst-und-Berta-Grimmke-  
Haus der AWO  
4-6

## **Außer der Reihe**

Suffragetten – Frauen,  
die die Welt veränderten  
7

## **Internes**

Unsere Spielegruppe  
8

## **Veranstaltungskalender**

Januar/Februar/März  
9-12

Ausstellung im Kunstpalast:  
Von Monjè bis Münter  
13

## **Reise**

Nordseeheilbad Büsum  
14-16

## **Glosse**

Urlauserinnerungen  
17

## **Kino/Film**

Nur für einen Tag  
18-19

**Impressum** 19

*Über starke Frauen – die Suffragetten –  
berichten wir auf der Seite 7.*

*Foto: Adobe Stock*



## Ernst-und-Berta-Grimmke-Haus

### „Älter werden, wo das Herz schlägt“



Gemeinschaft, Aktivität und Selbstbestimmung sind die Eckpfeiler des Ernst-und-Berta-Grimmke-Haus im linksrheinischen Düsseldorf-Lörick. Dazu passen die quartiersbezogenen Versorgungskonzepte wie Tagespflege, Mittagstisch und Café.

#### Vollstationäre und Kurzzeitpflege mit Extraleistungen in Lörick

Viele Leistungen inklusive: In dem lebendigen Haus werden 121 helle und freundliche Einzelzimmer mit eigenem Bad, TV und Telefon sowie einzelne Zimmer für die Kurzzeitpflege angeboten. Die Bewohner\*innen werden mit einer Wellnessoase und

zahlreichen Freizeitaktivitäten wie Rikscha- oder Stadtrundfahrten, Billardspielen, kleinen Klavierkonzerten, Kunstgruppen, Gottesdiensten und vielem mehr verwöhnt.

Günstige Lage, mehr Bewegung: Gleich ums Eck befindet sich ein kleines Einkaufszentrum. Im haus-eigenen Musikcafé finden Tanztees und Feiern statt. Auch ein Fußpfleger

und Friseur kommen regelmäßig ins Haus. Und damit die Mobilität gefördert wird, kümmert sich eine Sportpädagogin im eigenen Bewegungsraum um den nötigen Schwung.

1996 eröffnet, verfügt das Haus über einen schönen Garten und bietet neben den stationären Pflegeplätzen die „Hausgemeinschaft im EBGH“ mit neun Plätzen für mehrfachbehinderte ältere Menschen sowie Kurzzeit- und Tagespflege an.

Die Bewohner\*innen haben moderne und barrierefreie Einzelzimmer sowie Gemeinschaftsküchen in den kleinen Wohngruppen.

Auch Schwerstpflegebedürftige sowie Menschen mit Demenz können im Haus adäquat versorgt werden. Ebenso ist das Team auf die palliative Versorgung der Bewohner\*innen

vorbereitet und begleitet sie in der letzten Lebensphase.

Zum Erhalt und zur Förderung der Beweglichkeit und Vitalität sowie zu Reha-Zwecken gibt es im Haus ein Gesundheits- und Vitalzentrum. Dieses kann von Bewohner\*innen, Menschen aus dem Quartier sowie Mitarbeitenden genutzt werden.

#### Tagespflege

Sie wohnen noch zu Hause, brauchen aber tagsüber eine Betreuung? Vielleicht weil Ihre Angehörigen arbeiten oder Entlastung brauchen? Dann ist die AWO-Tagespflege im Ernst-und-Berta-Grimmke-Haus genau das Richtige für Sie! Denn soziale Kontakte, gemeinsames Erzählen und Lachen sind wichtig. Basteln und Malen, Kochen und Singen, Ausflüge in die Umgebung sowie Mobilitätstraining



**FERBER**  
BESTATTUNGEN



*Sich beizeiten kümmern.*

Lorettostraße 58  
40219 Düsseldorf

Tel 0211. 39 26 74  
Fax 0211. 99 444 24

service@ferber-bestattungen.de  
www.ferber-bestattungen.de

*Der Tradition verbunden –  
dem Neuen aufgeschlossen.*

Dienstleistungen rund um den Trauerfall · Trauerbegleitung · Überführungen in In- und Ausland · Bestattungsvorsorge · Finanzielle Absicherung der Bestattungsvorsorge

Patientenverfügungen und Bestattungsvorsorgeordner können bei uns abgeholt werden.

Anzeige

sind nur einige Beispiele für die Aktivitäten, die wir in unserer Tagespflege anbieten. Aktives Mitmachen! Die Tagespflege ist montags bis freitags von 8 bis 16 Uhr geöffnet. Den Besucher\*innen wird ein Fahrdienst angeboten. In familiärer Atmosphäre erleben die Besucher\*innen einen abwechslungsreichen Tag. Aktives Mitmachen im geselligen Kreis oder im hauseigenen Bewegungszentrum halten geistig und körperlich fit. Dabei stehen die persönlichen Interessen und Wünsche im Vordergrund. Emotionale Begleitung ist für das Team selbstverständlich – für die Besucher\*innen wie auch für die Angehörigen.

Probieren geht über Studieren: Erleben Sie die Tagespflege ganz unverbindlich bei einem kostenlosen Probetag. Kommen Sie vorbei und genießen Sie das Zusammensein. Jede Person kann sich so einbringen und entfalten, wie sie das möchte. Das Ziel ist es, die individuelle Lebensgestaltung älterer Menschen bestmöglich zu bewahren. Das Team bietet eine individuelle Betreuung.

#### Das Angebot im Überblick

- ✓ Vielseitige Aktivitäten z.B. Gymnastik, Spaziergänge, Kochen und Backen, Musik, kreative Beschäftigungen, Spiele, jahreszeitliche Feste und Geburtstagsfeiern
- ✓ Abwechslungsreiche Mahlzeiten mit umfangreichem Getränkeangebot



bot und Zwischenmahlzeiten. Nach Wunsch:

- ✓ Fahrdienst
  - ✓ Professionelle pflegerische Unterstützung.
- Gemeinschaft, Aktivität und Selbstbestimmung sind die Eckpfeiler des Ernst-und-Berta-Grimmke-Haus (EBGH). Das Angebot der Tagespflege ist Teil dieses Konzeptes.

#### Sie möchten mehr erfahren?

Gerne beantwortet das Team Ihnen alle Fragen rund um die AWO-Tagespflege im Ernst-und-Berta-Grimmke-Haus.

**Kontakt Daten:** Ernst-und-Berta-Grimmke-Haus, Niederkasseler Lohweg 30, 40547 Düsseldorf-Lörick, Telefon: 0211 60025-750, E-Mail: [tagespflege@awo-duesseldorf.de](mailto:tagespflege@awo-duesseldorf.de).

*Text: Bernd Plöger / Fotos: Bettina Gehrke*

## Menschen, die die Welt veränderten

# Suffragetten – Frauen für politische Gleichberechtigung

Vor mehr als 100 Jahren setzten sich Frauen in England für die Erlangung des Wahlrechts der Frauen ein.

Sowohl in England als auch in vielen anderen Ländern war es zu der Zeit lediglich Männern gestattet an einer politischen Wahl teilzunehmen. Die Bezeichnung Suffragetten bezieht sich auf das englische Wort *suffrage*, im deutschen gleichbedeutend mit Wahlrecht.

Damals durften in England im Parlament und auch in der Regierung nur Männer aktiv tätig sein. Eine Ausnahme gab es allerdings: die Königin Victoria.

Als Gründerin der Suffragettenbewegung gilt Emmeline Pankhurst (1858-1928), die von ihren Töchtern und gleichgesinnten Frauen unterstützt wurde und die gemeinsam 1898 die Liga für Frauenrechte gründeten.

Bedingt auch durch den Arbeitskräftemangel des Ersten Weltkriegs, kam es in England und auch in den USA in vielen Bereichen des öffentlichen Lebens zu einer größeren Akzeptanz der Frauen und das von ihnen angestrebte Frauenwahlrecht.

Weltweit wuchs die Unterstützung und somit auch der Druck auf die Regierungen, dass Frauen bei einer po-



litischen Wahl gleichberechtigt abstimmen konnten.

In Neuseeland engagierte sich Kate Sheppard für das Frauenwahlrecht, das dort 1893 weltweit erstmals eingeführt wurde.

In anderen Ländern wurden ebenfalls Anfang des 20. Jahrhunderts das Frauenwahlrecht eingeführt:

1906 in Finnland, 1913 in Norwegen, 1915 in Dänemark, 1917 in Russland, 1918 in Österreich, 1918 in Deutschland, 1918 in Polen, 1919 in den Niederlanden. In den USA wurde das Frauenwahlrecht in den Jahren 1919 und 1920 etabliert.

Erst im Jahr 1928 verankerte das englische Parlament ein Gesetz, das den Frauen das gleiche Stimmrecht wie Männern ermöglichte.

*Text: Karin Köhn-Rommel / Foto: Adobe Stock*



Der „Dienstag-Treff“

## Die Spielegruppe am Nachmittag

Nicht nur in den dunkleren Monaten haben Spiele im „zentrum plus“ der AWO in Unterbilk Saison. Neben den „Spezialist\*innen“ für Doppelkopf und Schach treffen sich hier an jedem Dienstag Nachmittag Freund\*innen unterschiedlicher Brett- und Kartenspiele.



Derzeit wird an zwei bis drei Tischen vor allem Rummikub sowie die Kartenspiele Rommé und Skip-Bo gespielt. Da ist natürlich noch viel „Luftnach-oben“. Zusätzliche Tische sind kein Problem und die üblichen populären Brett- und Kartenspiele liegen bereit. Deshalb sind neue Gesichter in der Runde sehr willkommen. Auch eigene Spiele können gerne mitgebracht werden.

Nicht gespielt werden in der Gruppe Schach – die Schachfreund\*innen treffen sich zwar ebenfalls dienstags,

aber in einem anderen Raum des zentrums – und Doppelkopf. Die Doppelkopfrunde findet jeden Mittwoch statt.

Also, Freundinnen und Freunde von Brett- und Kartenspielen: dienstags auf in die Siegsstraße ins „zentrum plus“. Auf dass die Spielkarten und Spielsteine glühen!

Fragen zu allen Spielangeboten werden gerne beantwortet unter Telefon: 0211 60025-251

Text: Uwe Zappel / Foto: Gerhard Bast

## Veranstaltungskalender

des „zentrum plus“ / AWO in Unterbilk  
Siegstraße 2 · 40219 Düsseldorf

Januar

Februar

März



### Von Herz zu Herz

Sie möchten ein persönliches Gespräch mit unseren Koordinator\*innen führen?

Unsere regelmäßigen Sprechzeiten:

Eva Maria Möring – mittwochs 9 – 11 Uhr

Bernd Plöger – mittwochs 14 – 16 Uhr

Für Absprachen melden Sie sich gerne telefonisch oder per E-Mail unter:  
0211 60025-251 oder [zentrumplus-unterbilk@awo-duesseldorf.de](mailto:zentrumplus-unterbilk@awo-duesseldorf.de)

# Regelmäßige Veranstaltungen

## Montag

Zeit nach Vereinbarung/Absprache	<b>Walking</b> Treffpunkt: Erftplatz ♥ Kontakt: A. Lindloff, Tel. 0211 1649978
10:00 – 11:00 Uhr	<b>Gymnastik</b> mit Andrea
13:00 – 15:30 Uhr	<b>Stricken, Häkeln, Basteln in der Gruppe</b> – ♥ offen auch für Männer 🍷
15:00 – 16:30 Uhr	<b>„PC-Führerschein“</b> in Kooperation mit Caritas/ETAPPE
20:00 – 21:00 Uhr	<b>Freude statt Sucht</b> – Melody Addicts Düsseldorf ♥ Kontakt: 0152 52887230 (Uli); www.menschreich.de

## Dienstag

09:15 – 10:15 Uhr	<b>Gymnastik I</b> mit India
10:45 – 11:45 Uhr	<b>Gymnastik II</b> mit India
13:30 – 15:30 Uhr	<b>Spielecafé</b> ♥
13:30 – 16:00 Uhr	<b>Schach</b> ♥
16:30 – 17:30 Uhr	<b>Tanzgymnastik</b>
	Jeden zweiten Dienstag im Monat
18:30 – 20:30 Uhr	Wohngruppen-Treffen <b>„VielWändePlus“</b> ♥
20:00 Uhr	<b>Tai Chi</b>

## Mittwoch

10:00 – 10:45 Uhr	<b>Gymnastik</b> für Frauen
11:00 – 11:45 Uhr	<b>„Fit im Alter“</b> – Gymnastik für Frauen
13:00 – 16:00 Uhr	<b>Doppelkopf</b> ♥
16:45 – 17:45 Uhr	<b>Ausgleichsgymnastik</b> für Frauen
18:30 – 20:00 Uhr	<b>Yoga – Kraft und Beweglichkeit</b>

Die mit ♥ gekennzeichneten Angebote sind kostenfrei.  
Weitere Auskünfte, Teilnahmegebühren, Anmeldungen bzw.  
Terminabsprachen unter Telefon: 0211 60025-251.

## GUTSCHEIN

Gegen Vorlage dieses Gutscheins erhalten Sie beim Sonntagscafé  
eine Tasse Kaffee kostenlos.

Wir freuen uns auf Sie!

## Donnerstag

09:45 – 10:30 Uhr	<b>„Fit im Alter“</b> – Gymnastik für Frauen und Männer
11:00 – 12:00 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> für Frauen
11:15 – 12:45 Uhr	<b>Französisch</b> für leicht Fortgeschrittene (Preisabsprache mit Kursleitung)
15:00 Uhr	<b>Boule</b> am Rhein, Mannesmann-Ufer, Eingang KiT ♥
16:00 – 17:30 Uhr	<b>Männerchor</b> ♥
17:00 – 18:00 Uhr	<b>„Feldenkrais“</b> – Lernmethode für freiere körperliche Beweglichkeit (Termine auf Anfrage)
18:00 – 19:00 Uhr	<b>Gymnastik</b> für Männer
20:00 – 21:00 Uhr	<b>Nüchtern leben</b> Gruppe der Anonymen Alkoholiker; Kontakt: 01577 3301514; <b>keine</b> Anmeldung erforderlich ♥

## Freitag

10:00 – 11:00 Uhr	<b>„Der fröhliche Kreis“</b> – Tanzen im Sitzen, auch mit Rollator
11:30 – 14:00 Uhr	<b>Malwerkstatt</b> ♥

## Einmal im Monat

10:00 – 11:30 Uhr	Jeden zweiten Samstag im Monat
14:00 – 15:30 Uhr	<b>Gymnastik und Kaffeezeit</b> mit Inge Wehrmeister
15:00 – 17:00 Uhr	Jeden ersten Sonntag im Monat <b>„Fottal et Pottal e.V.“</b> ♥ Treffen des Westafrikanischen Vereins
14:00 – 16:00 Uhr	Jeden zweiten Sonntag im Monat <b>„Sonntagscafé“</b> mit Anmeldung
	Immer letzter Mittwoch im Monat
14:00 – 16:00 Uhr	<b>Kultur-Treff</b> – Angebot für Späterblindete und Sehbehindete Vorlesen – Gespräche – Begleitung zu Kulturveranstaltungen
14:00 Uhr. donnerstags	<b>„Traumreise“</b> mit Renate Gongoll, Teilnahmegebühr 3,- € Termine: 08.01. / 12.02. / 12.03.
14:00 Uhr donnerstags	<b>„Der Lesegarten lädt ein“</b> ♥ Renate Gongoll liest Lachgeschichten und Schmunzel-Gedichte Termine: 22.01. / 22.02./26.03.
17:00 Uhr freitags	<b>Männerkochen</b> ♥ Termine bitte kurzfristig erfragen

Die nächste Ausgabe erscheint Anfang März!

## Sonderveranstaltungen

### Januar

- Mittwoch 07.01. 14:00 Uhr **Lesung mit Renate Gogol** „Wo ist denn meine Brille?“ ♥  
Renate Gogol liest aus dem Brierwechsel zweier Frauen über das Älterwerden. Ernsthaft-heitere Lesung für Alte und Junge.
- Donnerstag 15.01. 10:00 Uhr **Exkursion MKM Museum Küppersmühle für Moderne Kunst**  
Selbstorganisierte Anreise per ÖPNV zum Museum. Anmeldung bis zum 08.01. im „zentrum *plus*“. Rückkunft am Nachmittag. Kosten: Je nach Ermäßigung, ggf. kostenfrei.

### Februar

- Mittwoch 11.02. 19:00 Uhr **„Künstliche Intelligenz und Demokratie“** ♥  
Vortrag mit Dr. Dennis Frieß. Wie beeinflussen digitale Technologien – insbesondere Internet und datengetriebene Systeme – politische Partizipationen, öffentliche Diskurse und demokratische Entscheidungsprozesse?

### Weitere Termine auf Anfrage

- auf Anfrage **„Handyberatung“** mit Andrea  
Termine nach Absprache, Tel.: 0211 60025-251

Weitere Angebote und Einzelheiten zu den Veranstaltungen entnehmen Sie bitte dem Monatsprogramm und dem Aushang.

**Bitte beachten Sie, dass wir unser Programm stets weiterentwickeln!**

Achten Sie daher auch auf aktuelle Aushänge sowie unser regelmäßig erscheinendes Monatsprogramm unter [www.awo-duesseldorf.de](http://www.awo-duesseldorf.de), um weitere spannende Programmhilights zu entdecken.  
Telefonische Infos unter 0211 60025-251.

## Verstärkung gesucht!

Haben Sie Lust, das *ImPuls*-Team zu bereichern?

Über eine erste Kontaktaufnahme freuen sich  
Eva-Maria Möhring und Bernd Plöger, Tel: 0211 60025-251

## Sonderausstellung im Kunstpalast Von Monjé bis Münter

Kunstinteressierte, die in 2025 nicht die Gelegenheit hatten, die Sonderausstellung im Kunstpalast Düsseldorf zu besuchen, haben noch bis zum 1. Februar 2026 die Möglichkeit, diese sehenswerte Ausstellung zu besuchen.

Der Kunstpalast stellt ausgewählte Künstlerinnen, deren Lebenswege, Werke und Herausforderungen zu einer Zeit vor, als diese zum Studium an der Kunstakademie nicht zugelassen wurden. Obwohl im 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts Künstlerinnen wie Marie Wiegmann, Elisabeth Jerichau-Baumann oder Paula Monjé sehr präsent waren.

Diese Ausstellung macht deutlich, dass ohne den Einfluss der Künstlerinnen, die heute fast alle vergessen sind, die Kunstgeschichte unvollständig wäre. *Text: Karin Köhn-Rommel*



Kunstpalast  
Ehrenhof 4-5, 40479 Düsseldorf  
Di-So 11-18 Uhr, Do 11-21 Uhr  
Tel. 0211 56642100  
[www.kunstpalast.de](http://www.kunstpalast.de)



Deutscher  
Mieterbund e.V.

## BERATUNG UND SCHUTZ IN MIETANGELEGENHEITEN

Oststraße 47  
Tel. 0211 16996-0  
[www.mieterverein-duesseldorf.de](http://www.mieterverein-duesseldorf.de)  
[info@mieterverein-duesseldorf.de](mailto:info@mieterverein-duesseldorf.de)





## Reiseinspiration Nordsee-Heilbad Büsum



*Mitten im Zentrum: Der Museumshafen ist ein idealer Ort für eine ausgiebige Rast.*

**Büsum ist ein perfektes Ziel für einen erholsamen und abwechslungsreichen Urlaub oder für ein verlängertes Wochenende.**

Rund 500 Kilometer trennen Düsseldorf von Büsum, dem Tor zum Nationalpark „Schleswig-Holsteinisches Wattenmeer“. Die kleine Gemeinde mit ihren knapp 5.000 Einwohnern hat den Besucher\*innen einiges zu bieten: Zentraler Ausgangspunkt ist der mitten im Zentrum gelegene Museumshafen mit seinen Museumsschiffen und dem Anlegeplatz für die Adler Ausflugsschiffe zu den Seehundbänken und nach Helgo-

land. Unweit vom Hafenbecken liegen auch der über 100 Jahre alte Leuchtturm, das Museum am Meer mit zahlreichen historischen Exponaten sowie das 2023 eröffnete Aquarium.

Für einen „Stadtbummel“ bieten sich die Allee- und Hohenzollernstraße an. Beide sind als Fußgängerzonen konzipiert. Dort reihen sich zahlreiche kleinere Geschäfte, Souvenirshops, Boutiquen, Cafés und Res-

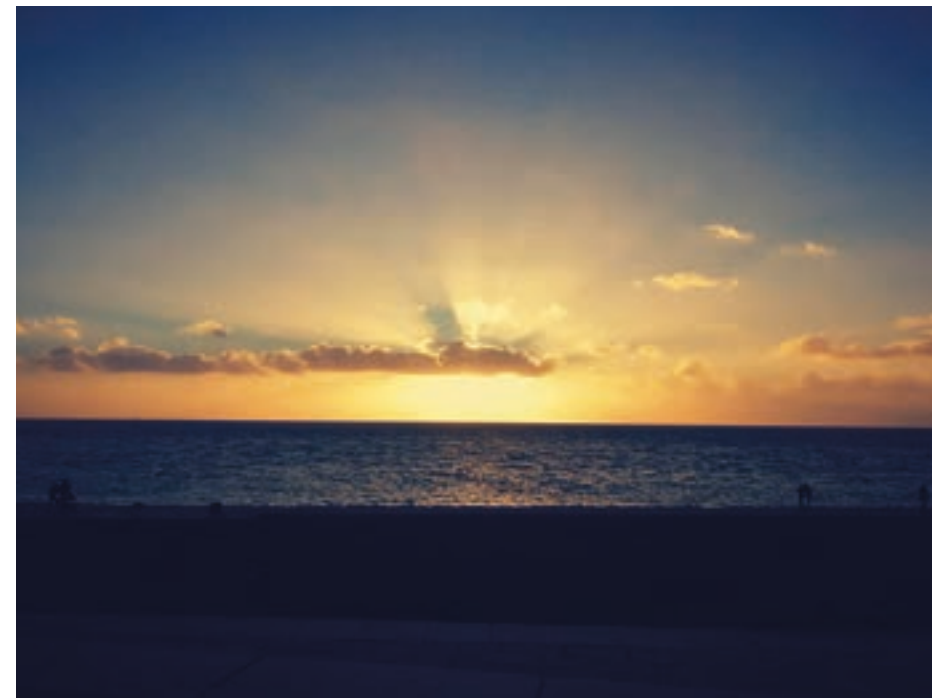
taurants aneinander. In den Restaurants werden hervorragende Speisen zu moderaten Preisen angeboten; und fangfrischer Fisch und Nordseekrabben fehlen auf kaum einer Speisekarte. **Tipp:** Fangfrische Krabben werden am Hafen direkt vom Kutter verkauft!

Für Abwechslung ist gesorgt. Im Sommer steht natürlich ein erfrischendes Bad in der Nordsee hoch im Kurs. Bademöglichkeiten an einem der schönen Strände gibt es genug. Darüber hinaus hat Büsum aber noch viel mehr zu bieten – zu jeder Jahreszeit: Da wären zum Beispiel die Kartbahn „Nordseering“, die Schleuse mit Sperrwerk an der Ha-

feneinfahrt, die Fischerkirche „St. Clemens“ (An der Mühle 5) aus dem 15. Jahrhundert mit einem sehenswerten Taufbecken, das Wellenbad mit einem großen Spa-Bereich, ein Wohlfühlgarten mit Vital-Parcour und Sportgeräten, das Phänomania Erlebniszentrum & Mitmachmuseum (Dr.-Martin-Bahr-Str. 7), ein Freilicht Deichmuseum, das Rathaus (Kaiser-Wilhelm-Platz) und Rathauspark mit beleuchtetem Wasserspiel und vieles mehr.

Oder einfach mal ganz relaxt die Seele baumeln lassen und die frische, kristallklare Nordseeluft genießen.

Fortsetzung auf Seite 16



*Abendstimmung am Büsumer Deich.*





Links: Die Fußgängerzone in der Alleestraße lädt zum Bummeln ein. Rechts: Der alte Leuchtturm am Museumshafen.

Büssum lebt vom Tourismus. Das spiegelt sich nicht nur im Freizeitangebot wider. In den letzten Jahren hat die Gemeinde auch sehr viel in die Barrierefreiheit investiert. So können auch Menschen mit Handicap problemlos den Ort erkunden, die Freizeiteinrichtungen sowie die meisten Strandabschnitte besuchen. Übernachtungsmöglichkeiten gibt es

wie Sand am Meer. Ob Privatzimmer, Ferienwohnungen/-häuser oder Hotels – für jeden Geschmack und Geldbeutel ist bestimmt das passende dabei. Gute Reise! jg



[www.buessum.de](http://www.buessum.de)  
Tel.: 04834 / 9090

## Verstärkung gesucht!

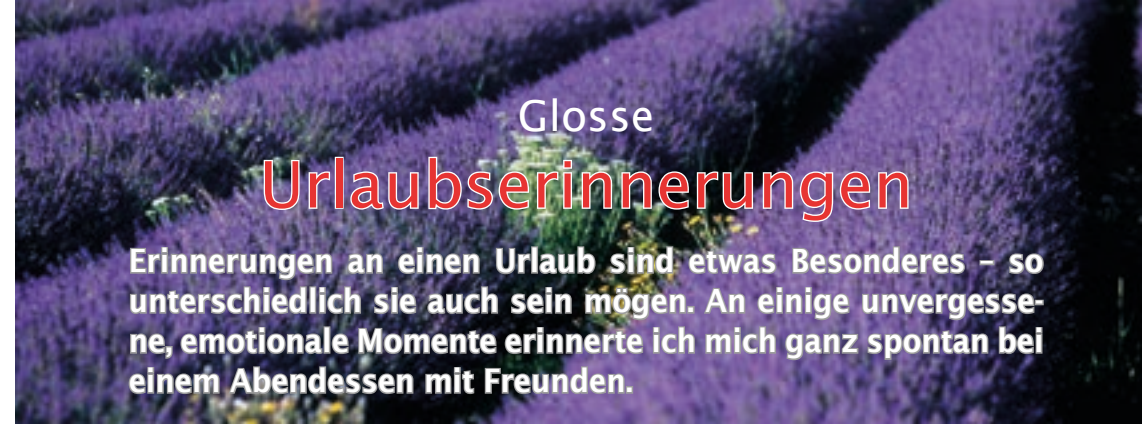
Haben Sie Lust das *ImPuls*-Team zu bereichern?

Dabei denken wir an:

- ☞ Grafiker\*innen bzw. Layouter\*innen für die Gestaltung und Druckabwicklung
- ☞ Profi- oder Hobby-Fotografinnen und Fotografen
- ☞ Menschen, die gerne schreiben

Über eine erste Kontaktaufnahme freuen sich Eva-Maria Möring und Bernd Plöger, Telefon: 0211 60025-251.

**Wir freuen uns auf Sie!**



## Glosse Urlaubserinnerungen

**Erinnerungen an einen Urlaub sind etwas Besonderes – so unterschiedlich sie auch sein mögen. An einige unvergessene, emotionale Momente erinnerte ich mich ganz spontan bei einem Abendessen mit Freunden.**

Freunde von mir feierten in diesem Jahr ihre Silberhochzeit und leisteten sich zu diesem Ereignis eine Reise nach Dubai in ein Luxushotel. Beim Essen schwärmten die beiden von der luxuriösen Ausstattung des Hotels mit vergoldeten Wasserhähnen, vergoldetem Besteck, Marmor-Bädern und -Fußböden und überquellenden Buffets mit erlesenen Speisen. Sie vergaßen auch nicht zu erwähnen, dass es sogar Nachspeisen gab, die mit echtem Blattgold dekoriert waren. Aber bei DEM Reisepreis war das wohl das Mindeste, was zu erwarten war. Beide waren sich einig, dass das wohl ihr schönster Urlaub war.

Ich freute mich mit ihnen über die gelungene „Hochzeitsreise“. Schließlich haben beide hart und viel gearbeitet. Und dann war da auch noch die Brustkrebs-Erkrankung, von der sich Gabi zum Glück wieder vollständig erholt hat.

Beim Nachhinein fragte mich Thomas plötzlich nach meinem schönsten Urlaub. Ich zögerte kurz. Dann fielen

mir wieder die Momente ein, die sich für immer in mein Gedächtnis gebrannt haben. Und so erzählte ich von der Provence – meinem persönlichen Sehnsuchtsort. Von den blühenden Lavendelfeldern und deren Duft, von dem einzigartigen Licht, das bereits zahlreiche Künstler inspirierte und von der würzigen Luft, die dich wie ein Mantel umhüllt. Außerdem erzählte ich von dem Geruch einer frisch gemähten Bergwiese im Allgäu, von dem klaren Sternenhimmel über der Sahara, von den Sonnenuntergängen in der Karibik, von dem Vollmond über der Kuppe des Popocatepetl in Mexiko und dem Glück, dass der Vulkan genau in diesem Moment nicht von Wolken verhangen war, von dem Duft der Eukalyptuswälder auf Madeira und natürlich auch von den interessanten Menschen mit ihren spannenden Geschichten, die ich, während meiner Reisen kennenlernen durfte. Leider (oder Gott sei Dank) kommt in meinen Erinnerungen kein goldverzierter Wackelpudding vor. jg



## Filmempfehlung

# Nur für einen Tag

Der Film mit dem Originaltitel „Partir un jour“ ist eine französische Tragikomödie von Amélie Bonnin aus dem Jahr 2025. Im Mittelpunkt der Handlung steht die professionelle Gourmetköchin Cécile, die aus familiären Gründen von der Großstadt in die Provinz zurückkehrt, wo sie auf ihre frühere Jugendliebe trifft.

Nur selten fährt sie mit dem öffentlichen Nahverkehr, fast immer findet sie einen freundlichen Fernfahrer, der sie mitnimmt.

Cécile muss rasch aus Paris heraus. Ihr Vater hatte einen Herzinfarkt. Er muss nun sehr viel kürzertreten und die Tochter soll ihre Mutter unterstützen. Sie weiß, wie schwer es ist, ihren Vater davon zu überzeugen.

Seit vielen Jahren führen die Eltern ein Lokal im Dorf. „L’escale“. Es ist eine Fernfahrererkneipe, die wirkt mit ihrer äußerst kargen Inneneinrichtung wie ein Gruß aus alten Zeiten. „Ihr serviert ja immer noch Obstsalat“, meckert Cécile.

Ihr Vater Gérard will vom Aufhören natürlich nichts wissen. Er singt ihr ein berühmtes Lied von Dalida vor, mit dem Titel „Mourir sur scène“.

Cécile ist selbst Chefin einer Kochreihe. Mit der Sendung „Top Chef“ ist sie berühmt geworden. Mit einem Hummer-Soufflé ist ihr ein großer Erfolg gelungen. Nun will sie in wenigen Tagen mit ihrem Partner Sofiane ein klei-



nes Top-Restaurant eröffnen. In der Küche sieht man, wie sie sich über die Teller beugen. Hoch konzentriert, um diese Teller mit kleinen Tupfern zu versehen. Ein wenig wie in einem Labor.

Vor kurzem hat Cécile erfahren, dass sie schwanger ist.

Aber daheim ist alles anders. Cécile erlebt wieder Lebendigkeit und Lust zur Offenheit, und die Vergangenheit zeigt sich mit ihrem naiven Selbstbewusstsein. In ihrer Wahrnehmung sieht sie keinerlei Veränderungen von

der Jugendzeit zum Heute und auch die erkennbaren Unterschiede zwischen der Provinz und der Großstadt Paris, nimmt sie kaum wahr. Der Vater ist immer noch ein wenig patzig, dass die Tochter den sozialen Aufstieg ausprobiert. Die alten Kumpel und Freunde zeigen deshalb zögerlichen Respekt.

Sie treffen sich wie früher, die Gesprächsinhalte sind geblieben. Die Zeit scheint stehen geblieben zu sein. Als die Männer aber erfahren, dass der berühmte Starkoch Christiane Etchebest aus dem Fernsehen Cécile anruft und sie unbedingt sprechen will, flippen sie aus.

Cécile geht an einem Morgen über den Markt, und da hat plötzlich ihr ehemaliger Jugendfreund seinen großen Auftritt. Raphael war angeln und kommt aus dem Wasser auf Cécile zu,

mit einem unverschämten, anzüglichen Lachen.

Die Beziehung lebt erneut auf und erhält wieder Schwung durch gemeinsame Ausfahrten auf dem Motorrad und einem wilden Tanz in einer Eislaufhalle zu dem vielsagenden amerikanischen Titel „Ready girl? Let’s do this.“

Für die Fahrt zurück nach Paris nimmt Cécile dann den Zug. Durch das Fenster erkennt sie Raphael, der sie ein Stück begleitet.

Darsteller\*innen: Juliette Arment, Bastienne Bouillon, François Rollin, Tewfik Jallab, Dominique Blanc.

Das Spielfilmdebüt von Amélie Bonnin, wurde als Eröffnungsfilm der Internationalen Filmfestspiele von Cannes ausgewählt.

Text: Knüff

### Impressum

Herausgeber: Arbeiterwohlfahrt Düsseldorf e.V. „zentrum plus“ / AWO in Unterbilk, Siegfriedstraße 2, 40219 Düsseldorf, Telefon: 0211 60025-251, Fax: 0211 60025-242, E-Mail: [zentrumplus-unterbilk@awo-duesseldorf.de](mailto:zentrumplus-unterbilk@awo-duesseldorf.de)  
Redaktionsteam: Karin Köhn-Rommel, Sandra Bihn, Eva Maria Möring, Gerhard Bast, Knüff (Wolfgang Müller), Bernd Plöger, Uwe Zappel  
Unterstützt von der Öffentlichkeitsarbeit der AWO Düsseldorf.

Titelfoto: Gerhard Bast

Auflage: 2.000 Exemplare – Das Magazin erscheint alle drei Monate.

Druck: Gemeindebriefdruckerei, 29393 Groß Oesingen

Das *Impuls*-Magazin ist ein Gemeinschaftswerk. Ideen und redaktionelle Beiträge werden eingebracht, im Redaktionsteam diskutiert und durch mehrheitliche Entscheidung angenommen. Sofern nicht anders angegeben, liegt das Urheberrecht bei der Redaktion.

Manuskripte, Fotos, Kritik und Hinweise an: [impuls.team@t-online.de](mailto:impuls.team@t-online.de) oder o.g. Anschrift. Namentlich gezeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung des Herausgebers dar.



# Hier finden Sie uns



**Wir freuen uns auf Ihren Besuch**

„zentrum plus“ / AWO in Unterbilk • Siegstraße 2 • 40219 Düsseldorf

Telefon: 0211 60025-251 • E-Mail: [zentrumplus-unterbilk@awo-duesseldorf.de](mailto:zentrumplus-unterbilk@awo-duesseldorf.de)