

## Termine

14.11.2022, 18:00 Uhr Der Kater(nberg) liest  
01.12.2022, 12:00 Uhr Weihnachtsmarkt Aachen  
08.12.2022, 18:00 Uhr Adventsfeier

## Besuch des Weihnachtsmarkts in Aachen

Liebe Mitglieder und Freunde des Bürgervereins Uellendahl,

etwa 4 Wochen vor Weihnachten verwandeln sich die Plätze und Gassen um den Aachener Dom und das Rathaus in ein Weihnachtsdorf und einen Treffpunkt für Aachener Bürger und ihre Besucher.



Der Bürgerverein Uellendahl e.V. hat eine Busfahrt zu diesem wunderschönen Weihnachtsmarkt organisiert: Es sind noch ausreichend viele Plätze frei.

<b>Termin:</b>	<b>Donnerstag, 01.12.2022</b>
<b>Abfahrt:</b>	<b>12:00 Uhr</b>
<b>Treffpunkt:</b>	<b>Gasthaus Söhn, Uellendahler Str. 455</b>
<b>Kosten:</b>	<b>29,00 EURO / Person</b>

Das Historische Umfeld, der Lichterglanz und der Duft nach Glühwein und Printen sorgen für eine besondere Atmosphäre. Der Weihnachtsmarkt in Aachen, der früher auch Printenmarkt genannt wurde, zählte

in den letzten Jahren regelmäßig zu den Top 10 der „European Best Christmas Markets“



Vielleicht bietet sich auch die Möglichkeit zur Besichtigung des in unmittelbarer Nähe gelegenen Aachener Doms, der seit 1978 Weltkulturerbe ist und eine absolute Sehenswürdigkeit darstellt.

Es wird ferner die Gelegenheit bestehen in einem Aachener Werksverkauf für Printen, Weihnachtsgebäck und Schokolade einzukaufen.

Der Beitrag pro Person deckt nur einen Teil der in diesem Jahr stark angestiegenen Kosten für den Bus ab. Die darüber hinaus gehenden Kosten trägt der Verein. Es wäre deshalb schön, wenn wir den Bus gut gefüllt bekämen. Bringen Sie deshalb gerne Freunde und Bekannte mit.

Interessenten melden sich bitte bei Guido Gehrenbeck unter der

**Telefonnummer 0202 / 700 123 oder**

**per E-Mail unter buergerverein@uellendahl.de.**

## Adventsfeier

Das Adventsfenster, das in den letzten beiden Jahren wegen Corona ausgefallen ist, wird auch in diesem Jahr nicht stattfinden. Der Bürgerverein lädt deshalb zu einer kleinen Adventsfeier ein.

<b>Termin:</b>	<b>Donnerstag, 08.12.2022</b>
<b>Beginn:</b>	<b>18:00 Uhr</b>
<b>Treffpunkt:</b>	<b>Gasthaus Söhn, Uellendahler Str. 455</b>

Die Adventsfeier wird im Biergarten des Gasthauses Söhn stattfinden. Wir möchten mit Ihnen gemeinsam

Weihnachtslieder singen, Glühwein trinken und uns angeregt unterhalten.

## Uellendahler Nachrichten

Die neuen Uellendahler Nachrichten liegen an den bekannten Stellen im Einzelhandel (REWE, Bäckerei de Haas u.a.) und in Dienstleistungsbetrieben aus.

## Uellendahler Kalender 2023

Wolfgang Nicke hat den Uellendahler Kalender für das Jahr 2023 fertiggestellt. Er geht jetzt in den Druck und kann demnächst im Ladenlokal von Beas Blütenzauber, Uellendahler Straße 450, erworben werden.

## Feldenkrais im Uellendahl

Wir möchten an dieser Stelle auch auf verschiedene Angebote oder Veranstaltungen im Uellendahl hinweisen. Heute geben wir Herrn Bernd Fritzler Gelegenheit, seinen Feldenkrais-Kurs, der montags im Ev. Gemeindezentrum Röttgen stattfindet, vorzustellen:

### “Was ist die Feldenkrais-Methode?”

*Während unserer Kindheit und im Laufe unseres weiteren Lebens entwickeln wir spezifische und individuelle Verhaltens- und Bewegungsmuster; es entstehen Gewohnheiten, die unser Selbstbild prägen. Meistens ist uns dies gar nicht bewußt. Sie begleiten uns ein ganzes Leben und beeinflussen jede Bewegung und Handlung auf kaum merkbare Weise. Manchmal gibt der Körper einen Hinweis, daß etwas nicht optimal “funktioniert”, manchmal schmerzt der Körper bei eigentlich vertrauten Bewegungen. Manchmal entsteht die Neugier etwas anders zu tun als gewohnt.*

*Hier können wir ansetzen, (weiter) zu lernen.*

*Der “Unterricht” wird mit vorgegebenen Bewegungssabläufen angeleitet. Diese orientieren sich an der Bewegungsentwicklung, an alltäglichen oder besonderen Bewegungen, z.B. aus dem Sport, Tanz etc. Es geht um die Wahrnehmung der Bewegung im Hinblick auf Tempo, Kraftaufwand, Koordination, Atmung, Schwerkraft.*

*Häufige Pausen ermöglichen das Nachspüren der Wirkung. Mit spielerischer Freude werden wir Alternativen finden, unser Bewegungspotential neu zu entdecken.*

*Der Feldenkrais-Kurs ist für alle geeignet, die neugierig auf sich und ihren Körper sind; jung oder*

*weniger jung; für alle, die sich fit fühlen oder eingeschränkt empfinden; für die, die Alternativen suchen im Umgang mit Schmerzen, ihrem Beruf, Streß oder ihren sportlichen Aktivitäten.*

### Kurse:

**Montag 9.00 – 10.30 Uhr und 10:30 – 12:00 Uhr im Gemeindezentrum, Röttgen 102, Wuppertal**

*Sollten sich genug Interessenten finden, könnte ich auch einen Abendtermin anbieten.*

*Ein Einstieg ist jederzeit möglich; gerne biete ich auch eine “Schnupperstunde” an. Sie müssen sich nicht für einen längeren Zeitraum verpflichtend anmelden.*

*Anmeldung und weitere Informationen:*

**Bernd Fritzler**  
**Feldenkraispädagoge und Kursleiter**  
**E-Mail: [bernd.fritzler@web.de](mailto:bernd.fritzler@web.de)**  
**Tel: 0178 1760270”**

## Der Kater(nberg) liest

Der Bürgerverein Eckbusch-Katernberg veranstaltet in seiner Reihe der Kater(nberg) liest -Wuppertaler Autoren/Innen lesen aus ihren Werken –

**am Montag, 14.11.2022, 18:00 Uhr  
 im GZ Am Eckbusch, Am Eckbusch 29  
 eine Lesung.**

**Christiane Gibiec** liest aus ihrem neuen biografischen Roman über Annette von Droste-Hülshoff “Unruhe – Unsere Sehnsucht nennt man Wahn und Traum”.

**Beate Haude** liest aus ihrem Kriminalroman “Horstmanns Herz”

Wir sind gerne bereit, in unserer Eulenpost auch weitere Angebote oder Veranstaltungen aus dem Uellendahl vorzustellen. Sprechen Sie uns an.

Herzliche Grüße und bleiben Sie gesund.



### **Bürgerverein Uellendahl e.V.**

Der Vorstand, c/o Beas Blütenzauber  
 Uellendahler Str. 450, 42109 Wuppertal  
 Tel.: 0202-700 123  
 E-Mail: [buergerverein@uellendahl.de](mailto:buergerverein@uellendahl.de)  
 Homepage: [www.uellendahl.de](http://www.uellendahl.de)