Johanna-Mühle soll wieder mehr im Fokus stehen

VEREINE Emder Mühlenverein steht nach schweren Monaten vor einem erneuten Neustart – Am 22. 8. ab 15 Uhr Weinfest

VON JENS VOITEL

EMDEN – Nach dem Neustart ist vor dem Neustart. Nach dem Ausscheiden der letzten Gründungsmitglieder des Emder Mühlenvereins vor eineinhalb Jahren und dem darauf folgenden Zusammenrücken mit dem Kunstverein Emden will der amtierende Vorstand des Mühlenvereins einen weiteren Anlauf unternehmen, um das denkmalgeschützte Ensemble um die Vrouw-Johanna-Mühle wieder mehr in das Blickfeld der Bürger und Besucher der Stadt zu rücken. Denn so einfach war der Führungswechsel dann wohl doch nicht. Und einfacher wird es auch nicht, sind die Probleme doch nicht weniger geworden. Im Gegenteil.



In diesem Jahr 222 Jahre alt geworden: die Vrouw-Johanna-Mühle auf dem Emder Wall. BILD: JENS VOITEL

Verein will in Tourismus-Programme

„Wir haben ein paar Ideen, die wir spätestens bis zur nächsten Sommersaison umsetzen wollen“, sagte der Vorsitzende des Mühlenvereins, Thorsten Hecht, in einem Gespräch mit dieser Redaktion. Vor allem möchte man im nächsten Jahr regelmäßige Führungen anbieten können und damit in die offiziellen Programme der Tourismus-Informationen kommen. Dafür braucht es aber noch einige kundige Vereinsmitglieder, die die Details der in diesem Jahr 222 Jahre alt gewordenen, denkmalgeschützten Vrouw-Johanna-Mühle erzählen können. Bislang konnten Spaziergänger und Touristen nur darauf hoffen, dass ihnen Menno Poppinga die Tür und Tore öffnet. Poppinga, der in der Nachbarschaft wohnt, hat sich aus Altersgründen aber etwas zurückgenommen, so Hecht.

Ein Mann hält die Mühle am Laufen

Das ist auch ein Hauptproblem des Mühlenvereins: das Alter der Mitglieder. „Der Verein ist 1994 gegründet worden, und die Mitglieder sind nicht jünger geworden“, sagte Hecht. Es gibt zwar einige nachrückende Helfer, aber große Sprünge sind bislang kaum möglich.

Vor allem Mühlenwart Manfred Deke hält nicht nur den Laden, sondern vor allem die Mühle zusammen. Er lässt die Flügel drehen, stellt sie bei Sturm richtig in den Wind und repariert, wo es nötig ist. Ohne ihn hätte auch die Stadt als Eigentümerin des Mühlen-Ensembles wohl ein paar Probleme mehr.

Das städtische Gebäudemanagement (GME) hätte sicherlich seine helle Freude daran, sich neben den anderen städtischen Immobilien einschließlich der Schulen auch noch um eine alte Mühle kümmern zu müssen.

Streit beigelegt, Geldnot bleibt

Das war offenbar auch der Hauptgrund für den zwischenzeitlichen Disput zwischen der Stadtspitze und dem Mühlenverein. Oberbürgermeister Tim Kruithoff (parteilos) wollte den Einzug einer gewerblichen Gastronomie in das Müllerhaus prüfen lassen, der Mühlenverein wollte als Zukunftssicherung lieber mit dem Kunstverein zusammenrücken. Anderthalb Jahre später scheint das ausgestanden zu sein: Der Kunstverein nutzt das Müllerhaus und fühlt sich darin wohl, der Mühlenverein kümmert sich weiter – soweit es geht – um die Mühle und trägt deren bauliche Herausforderungen. Und das Geld ist knapp. „Die Mühle taucht im städtischen Budget gar nicht auf“, bedauert Hecht.

Gleichzeitig schrumpft der Etat des Mühlenvereins. Es ist auch nicht ganz einfach gewesen, die neue Zusammenarbeit mit dem GME zu gestalten. Inzwischen sieht man sich aber auf einem guten Weg. Und genug zu tun gibt es an einem über 200 Jahre alten Gemäuer immer.

Nun will der Mühlenverein zunächst einmal sein traditionelles „Weinfest“ durchführen. Am Samstag, 22. August von 15 bis 23 Uhr sollen Besucher in hoffentlich sommerlicher Atmosphäre im Mühlenhof zusammenkommen und für den guten Zweck ein Gläschen Wein trinken. Für musikalische Unterhaltung soll „Swinging Doc Experience“ sorgen.

Auch so ein Baustein zum Erhalt der alten Mühle. „Im nächsten Jahr wollen wir versuchen, an mehreren Abenden ein bisschen Jazz-Musik um die Vrouw-Johanna-Mühle zu etablieren“, sagte Hecht, der sich im Herbst noch einmal zur Wiederwahl stellen möchte. Vielleicht braucht es dann nicht noch einen Neustart.

DAS WEINFEST

Das Weinfest des Emder Mühlenvereins findet in diesem Jahr am 22. August von 15 bis 23 Uhr statt.

Musik kommt von „Swinging Doc Experience“

Die Gastronomie befindet sich neben der Vrouw-Johanna-Mühle. Der Verkauf erfolgt zum Selbstkostenpreis, Überschüsse landen in der Vereinskasse des Mühlenvereins.

Medizin ANZEIGE

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Die beste Medizin der Welt: Schlaf!

Doch was, wenn er fehlt?

Nach links und rechts wälzen, die Bettdecke zurechtrücken. Die Gedanken kreisen währenddessen um den vergangenen Tag oder um das, was die Woche noch bevorsteht. Rund 50 % der Deutschen kennen es: Einschlafprobleme! Beim Durchschlafen haben sogar 70 % Schwierigkeiten und wachen nachts mehrmals auf.

Warum Schlafen der Schlüssel zu einem gesunden Leben ist

Der menschliche Körper vollbringt im Schlaf wahre Wunder. Tagsüber sind wir damit beschäftigt, eine konstante Denkleistung zu erbringen und den Blutkreislauf in Schwung zu halten. Aber sobald wir einschlafen, beginnt eine bemerkenswerte Erholungsphase für Körper und Geist. Dann werden beschädigte Zellen repariert, Gewebe erneuert und Energiereserven für den nächsten Tag aufgefüllt. Der Schlaf hat aber auch erheblichen Einfluss auf unsere Gehirnfunktion und unser Gedächtnis. Während wir schlafen, verarbeitet unser Gehirn Informationen und Erfahrungen aus dem vergangenen Tag.

Die dunkle Seite der Nacht: Schlafdefizite und ihre Folgen

Wer regelmäßig schlecht und zu kurz schläft, muss im Alltag z. T. mit unangenehmen Folgen rechnen: Die Leistungs- und Gedächtnisfähigkeit kann abnehmen und die Konzentration nachlassen. Andauernder Schlafmangel kann aber auch zur Entwicklung weiterer Krankheiten wie Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Herzrhythmusstörungen führen. Auch das Immunsystem kann geschwächt werden und Erkältungen oder Infekte befeuern.

Von Schlafmangel zu Schlafgenuss: So finden Sie in einen erholsamen Schlaf

Immer mehr Deutsche besinnen sich zurück auf jahrzehntelange Erfahrung und die wissenschaftliche Expertise, wenn es um Schlafprobleme geht – mit dem natürlichen Arzneimittel Baldriparan (rezeptfrei, Apotheke). Seit über 70 Jahren bringt es Deutschland den Schlaf zurück, und das auf ganz natürliche Weise ohne Gewöhnungseffekt! Baldriparan – Stark für die Nacht enthält als erstes Arzneimittel die höchste Dosierung von Baldrianwurzelextrakt am Markt. Denn bekannt ist: Nur Baldrian-Präparate mit extra hoher Dosierung können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Dabei beschleunigt das Arzneimittel nicht nur das Einschlafen, sondern fördert auch das Durchschlafen[1]. Das Präparat verändert den natürlichen Schlafrhythmus nicht und bewahrt die wichtige Tiefschlafphase. Zugleich verursacht es keine Müdigkeit am Folgetag, sodass Schlafgeplagte wieder erholt in den Tag starten können.



„Baldriparan hilft mir super“

Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen mit Baldriparan – Stark für die Nacht. Eine begeisterte Anwenderin berichtet etwa: „Baldriparan hilft mir super. Ich kann oft aus beruflichen Gründen nicht gut schlafen und dann sind diese Tabletten meine Rettung.“

Für Ihre Apotheke:
Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



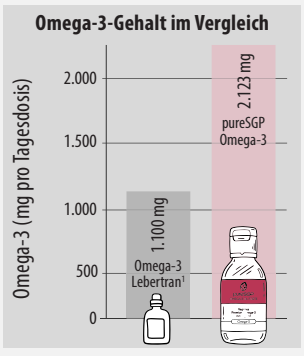
www.baldriparan.de



[1]bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • Bildmaterial KI-generiert • Abbildung Betroffenen nachempfunden
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

Omega-3: Auf Dosierung und Reinheit kommt es an

Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei*, DHA trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion** und Sehkraft** bei. Da der Körper sie nur begrenzt selbst bildet, ist eine regelmäßige Zufuhr relevant.
Heute konsumieren wir oft zu viel Omega-6 (z. B. Küchenöle) und zu wenig Omega-3 (z. B. Seefisch). Moderne Präparate liefern EPA/DHA



ohne Fisch-Umweg – kontrolliert und 100 % pflanzlich. Wichtig sind hohe Dosierung und geprüfte Reinheit: Omega-3-Öle können oxidieren. Je niedriger der TOTOX-Wert (Labor-Frischecheck), desto frischer.
Auch die Darreichungsform spielt im Alltag eine Rolle: Als Öl ist Omega-3 besonders unkompliziert integrierbar. Die tägliche Einnahme ist angenehm und vielseitig, z. B. pur, in Smoothies, Säften oder als Salat-Dressing.
pureSGP Omega-3 Öl FORTE (neu, Apotheke) kombiniert Mikroalgen-Omega-3 mit Olivenöl und Vitamin D3 – hochdosiert mit >2.100 mg Omega-3 und hochrein mit einem äußerst geringen TOTOX-Wert 3 beim Algenöl. Experten empfehlen einen Wert unter 10.

NEU

Für Ihre Apotheke:
pureSGP Omega-3 Öl FORTE
(PZN 19985754)



www.puresgp.de

*EPA und DHA tragen zur normalen Herzfunktion bei (Bedingung: 250 mg EPA+DHA/Tag). • **DHA trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion und normaler Sehkraft bei (Bedingung: 250 mg DHA/Tag). • ¹Marktführer Omega-3 Lebertran