

NRW / Krefeld

STADTTEILE

Auszeit am Niederrhein – wo man die Seele besonders gut baumeln lassen kann

21. September 2020 um 17:39 Uhr | Lesedauer: 4 Minuten



Buch Hey, verwöhn dich!, Autorin Sabine Schmidt, Künstler Petra Drier & Michael Hanousek, Malschule Bilderhalt, Alte Krefelder Straße; Foto: abi Foto: abi/Andreas Bischof

Krefeld. Sabine Schmidt gibt Tipps in ihrem ersten Buch „Hey, verwöhn Dich!“ Auch acht Orte in Krefeld sind darunter.

Von Chrimie Fehrmann

Es geht von „Kräuterhexens Wiese“ über „Meister Lampes Rundweg“ in „Das schwebende Bett“ bis zum „Besuch im Himmel“. 70 Orte in der Region hat Autorin Sabine Schmidt erkundet und kurzweilig beschrieben, um ihren Lesern Tipps für eine „Auszeit am Niederrhein“ zu geben. Ihr Buch trägt den Titel: „Hey, verwöhn Dich!“ und ist erst seit einigen Tagen auf dem Markt.

„Niederrhein‘ und ‚Wohlbefinden‘ sind zwei Begriffe, die für mich einfach zusammengehören“, sagt die Autorin, die in Moers Repelen wohnt. „Überrascht hat mich dann doch die Vielfalt der Möglichkeiten und Orte mit Entspannungspotenzial hier in meiner Heimat. Auf Anhieb fielen mir 40 Punkte ein. Acht liegen in Krefeld.“

| Info

Das Buch

Ausflüge Das Buch beinhaltet auf 170 Seiten genau 70 unterschiedliche launige Tipps am Niederrhein. Mit vielen Fotos, ÖPNV-Hinweisen und einer Übersichtskarte wird jeder Verwöhn-Ort mit mehreren Fotos auf einer Doppelseite vorgestellt. Eine Übersichtskarte am Ende des Buches erleichtert die Planung der Ausflüge.

Orte Krefelder Orte sind: Biergarten am Stadtwaldhaus, Arboretum im Stadtpark Uerdingen, die Nähsschule Le petit papillon, Hülser Berg, Elfrather See, Puppentheater Blaues Haus, Der Schluff und die Malschule Bilderhalt.

Preis „Hey, verwöhn Dich. Auszeiten am Niederrhein“ ist im Droste Verlag erschienen und kostet 14,99 Euro.

**Ein Urlaub mit Esel Masca als
eine besondere Erfahrung**

Als besonders spannend empfand sie den „Urlaub mit ‚Esologie‘“ bei einem Bauern in Goch. Schmidt: „Es war der Tollste unter meinen Besuchen. Etwas, was ich überhaupt noch nicht kannte.“ Selbst nach der Einweisung sei es passiert, dass der graue Vierbeiner nicht mit mir spazieren gehen wollte, sondern stehen blieb. Der Grund des Starrsinns liege meistens darin, dass man selbst zu hektisch sei, weiß sie heute. „Ist man entspannt, geht es auch weiter. So sorgt der Esel dafür, dass man runterkommt“, berichtet die 58-Jährige. „Schließlich war ich begeistert von ‚Masca‘. Der Name ist einem Schmugglerdorf auf Teneriffa abgeguckt. Dort wurde der Esel entsprechend eingesetzt.“ Also hat auch der Esel selbst eine spezielle Geschichte.

Der erste Verwöhn-Ort für die Autorin war hingegen der „Barfußpark im Jungbornpark“ in Repelen, gleich vor der Haustüre. „Hier konnte ich für mich sein, eine Stunde Auszeit nehmen, einfach zwischendurch.“ Schön sei auch die Umgebung mit den alten Bäumen rundum. Total witzig sei es bei „Frau Ella Kaufladen und Café“ in Rheinberg-Orsoy gewesen. „Dort stand ‚Das Buch im Kühlschrank‘.“

„Hey, verwöhn Dich!“ ist das Erstlingswerk der Autorin und fiel ihr geradezu in den Schoß. „Der Droste-Verlag hat mich gefunden und angefragt, ob ich das machen möchte. Sie hatten meine Website „HerzBiene“ entdeckt – Biene kommt von Sabine und sie macht alles mit Herz - und fanden meine Texte darauf ansprechend. Ich habe vier Manuskripte probenhalber eingeschickt und die zuständigen Leute waren sehr einverstanden.“



Der Biergarten im Stadtwaldhaus – fotografiert in Vor-Corona-Zeiten – ist einer der beliebten Wohlfühlorte in der Stadt Krefeld. Foto: Bischof, Andreas (abi)

**Die Schriftstellerei ist
nun ihr drittes Standbein**

Eigentlich ist Sabine Schmidt in einer großen Sportorganisation, in der Verwaltung des Landessportbundes, tätig. Als ausgebildete Fitness- und Entspannungstrainerin leitet sie in ihrer Freizeit zusätzlich Kurse im Nordic-Walking, Yoga und Waldbaden. Ihre „Ich-Zeit“ verbringe sie am liebsten im Baerler Busch, weil man dort, in der Natur, so wunderbar abschalten könne, berichtet sie weiter. „Aus dieser Tätigkeit kannte ich schon ganz viel. Die Orte zu beschreiben, ist mir leichtgefallen und hat viel Spaß gemacht.“ Das kommt auch `rüber.

Die Schriftstellerei ist nun ihr drittes Standbein, das sie wahrscheinlich auch weiterverfolgen möchte. Gemeinsam mit ihrem Partner Guido Graf hat sie in neun Monaten die Orte am Niederrhein abgefahren und ist auch auf die acht Punkte in Krefeld gestoßen. Unter anderem ist die Uerdinger „Malschule Bilderhalt“ des Künstler-Ehepaares Petra Dreier und Michael Hanousek dabei. Schmidt: „Ich habe sie angemailt und wir waren uns auf Anhieb sympathisch. Ich wusste sofort: Die Wahl war richtig. Hier sah ich im großen Atelier die Werke, die im Werden begriffen waren. Und vierhändig an einem Bild, an einem Werk zu arbeiten, war mir auch neu. Es war faszinierend in die Welt der Künstler einzutauchen.“

Auszeit-Tag im Atelier und Garten unter Motto: „Hey, verwöhn Dich“

Das Paar erklärt im großen sonnigen Garten, der ein Weiterführen der Schule an der frischen Luft auch in Corona-Zeiten erlaubt: „In unserer Malschule können Anfänger und Fortgeschrittene mit Farben experimentieren, ihr Sehen verfeinern, an eigenen Bild-Ideen arbeiten, aber auch Anregungen für die Motivwahl erhalten. Die Kursteilnehmer werden von uns als professionell arbeitendem Künstlerpaar angeleitet, auch dann, wenn der Malkurs zum Junggesellinnen-Abschied gebucht wird“, sagen sie und lächeln. Beide haben ihr Studium an der Kunstakademie Düsseldorf als Meisterschüler abgeschlossen und bieten einen Auszeit-Tag in ihrem Atelier und Garten unter dem Motto: „Hey, verwöhn Dich!“
