

Mehr Bewegung im Alter



Mehr Bewegung im Alter -
ein Rundgang
mit Tiefgang

Poll

Alt werden bei guter Gesundheit-

das wünschen wir uns alle. Aber Gesundheit ist nichts Selbstverständliches. Um sie zu erhalten und zu fördern, sollten wir uns nicht nur auf die Medizin verlassen, sondern auch selbst aktiv werden.



Dazu ist es nicht nötig Leistungssport zu betreiben. Den ersten Schritt zu einem gesundheitsbewussten Leben können Sie zum Beispiel schon mit einem Spaziergang machen, der gleich vor Ihrer Haustür beginnt: Aber nicht wie der gewöhnliche Alltagsgang, sondern mit weit offenen Augen. So gelingt es leicht, Spaß und Freude an der Bewegung zu finden, ob allein, zu zweit oder mit Anderen gemeinsam.

Hierbei möchte die Stadt Köln Ihnen Anregungen geben und hat ein Programm ausgearbeitet, das Ihnen den Weg weist. Sie werden die Möglichkeit bekommen, auch in Ihrem Veedel etwas Neues zu entdecken, etwas Vergessenes wieder aufzufrischen oder Bekanntes zu vertiefen.

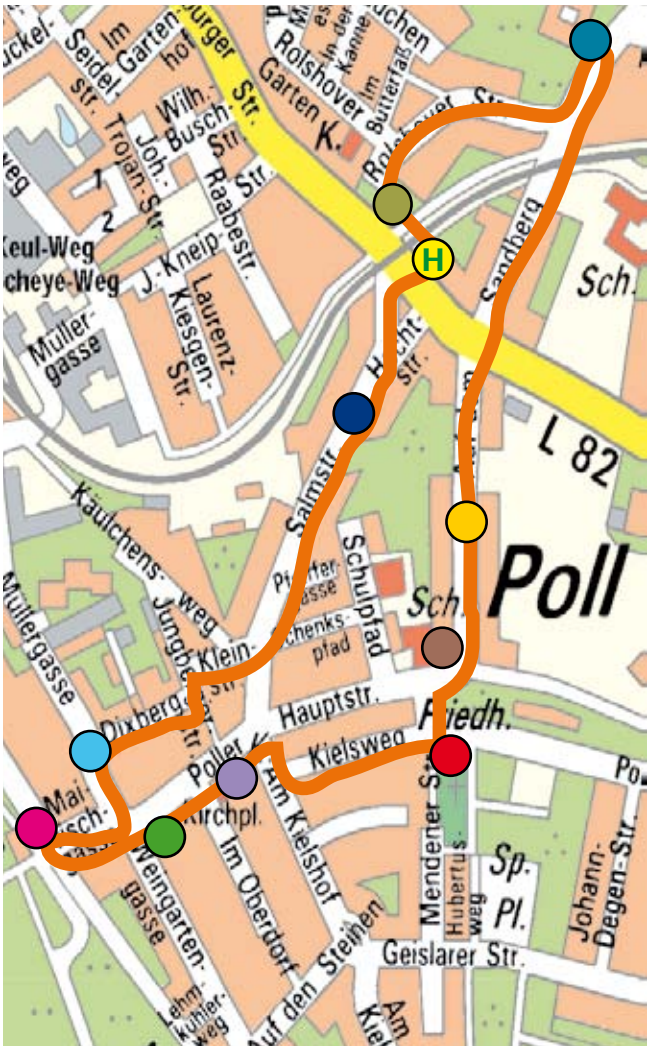
Lassen Sie sich überraschen!
Ich wünsche Ihnen viel Spaß.


A handwritten signature in black ink, which reads "Fritz Schramma". The signature is written in a cursive, flowing style.











Fritz Schramma

Oberbürgermeister der Stadt Köln

Ein Rundgang mit Tiefgang



Der Rundgang ist ca. 2800 m lang und dauert je nach Gangart ca. 60 bis 90 Minuten. Falls Sie aus anderen Stadtteilen anreisen, fahren Sie mit der Linie 7 (Richtung Zündorf) bis  „Poll Salmstraße“.

-  **Salmstraße**
-  **Maifischgasse**
Alfred-Schütte-Allee
-  **Poller Wiesen**
-  **Unterdorf**
Poller Hauptstraße/Maifisch-/Müller-/
Weingartengasse
-  **St. Josef**
Poller Hauptstraße
-  **Alter Friedhof**
Poller Damm
-  **ehemalige Schule**
Poller Hauptstraße 65
-  **Auf dem Sandberg**
-  **Rolshover Hof**
Am Rolshover Hof
-  **Marktplatz**

● Salmstraße

Die Salmstraße ist eine der bekanntesten Straßennamen von Poll. Nach ihr ist auch die Haltestelle der KVB-Linie 7 benannt.

Die Ecke Salmstr. - Siegburger Straße ist heute die „Mitte“ von Poll.

Als Nebenstraße der Siegburger Straße führt sie als stark befahrene Einbahnstraße in den „alten“ Ort Poll, zum Dorf-Mittelpunkt, zur alten Poller Kirche St. Josef.

Im vorderen Bereich kann man noch eine Anzahl gründerzeitlicher Bürgerhäuser aus den Jahren 1880 - 1912 erkennen. Teilweise haben sie noch ihre Stuck- und Putzfassaden. So stehen z.B. die **Häuser Nr. 37** und **76** unter Denkmalschutz.

Zum Ende der Salmstraße nähert sich der Baustil der Jetztzeit. Das Haus an der Ecke Salmstraße/Kleinstraße war das erste Poller „Hochhaus“.

Der Straßename weist auf das Fischerdorf am Rhein hin, wo man in seiner Blütezeit unter anderem große Mengen Salm im Rhein fangen konnte, wenn die Fische zu ihren stromaufwärts oder in den Nebenflüssen liegenden Laichgebieten schwammen.

Die Straße hieß bis 1891 Wolfsstraße.

In dem Gebäude **Jungberger Str. 15** befand sich früher der Hinterausgang des ersten Kino- und Tanzsaales (der Haupteingang lag in der

Salmstraße 92). In der **Müllergasse 46** finden Sie die „Gaststätte Schlömer“, sie liegt mitten im alten Fischerort Poll. Es ist wahrscheinlich die älteste Gastwirtschaft im Ort.

Maifischgasse

Die Maifischgasse ist mit ihren ca. 60 Metern Länge und ihren zwei Hausnummern wohl die kleinste Straße in Poll. Sie ist die Verlängerung der Poller Hauptstraße zum Rheindamm.

Der Bereich der Maifischgasse war im alten Fischerdorf Poll der Mittelpunkt des Ortes. Die Bewohner von Poll lebten größtenteils vom Fisch und damit vom Rhein.

Der Maifisch wird bis zu 70 cm lang und erreicht ein Gewicht bis zu 3 kg.

Am Ende des 19. Jahrhunderts kam der Maifisch noch so häufig in europäischen Fließgewässern vor, dass er als „Fisch der armen Leute“ galt. Im Rhein wurde der letzte Maifisch 1930 von einem Berufsfischer bei Basel gefangen.

Poller Wiesen Alfred –Schütte-Allee

Von der Severinsbrücke bis zu der Autobahnbrücke im Süden liegen entlang dem Rheinufer die Poller Wiesen. Durch den Weltjugendtag, die Fußballweltmeisterschaft, dem Evangelischen Kirchentag und noch vielen anderen Events sind heute die „Poller Wiesen“ fast in der ganzen Welt bekannt.

Dabei haben die Bewohner von Poll seit vielen Jahrhunderten diese große Wiesenfläche landwirtschaftlich genutzt. Von diesen Wiesen, die alljährlich vom Rhein überschwemmt und gedüngt wurden, holten die Poller Bauern das saftige Gras und auch das Heu zur Fütterung ihrer Kühe. Tag für Tag brachten die Poller Milchmädchen die Milch mit dem Schiff, dem Nachen, in die Kölner Altstadt, wo sie die Milch von Haus zu Haus, treppauf, treppab verkauften. Erst nach dem Bau der Schiffsbrücke 1822 konnten die Poller nun mit einem Gefährt größere Mengen Milch über den Rhein in die Stadt transportieren, so brachten einige Bauern mit dem Pferdegespann und die Kleinbauern mit dem Eselskarren die Milch nach Köln.

Die Poller Fischerfamilien fischten mit ihren Schleppnetzen an jedem Wochentag im Rhein direkt an den Poller Wiesen. Als der Rhein noch reich an verschiedenen Fischarten war, wurde der Poller Maifisch von den Kölnern besonders geschätzt. Auch die Poller Fischfrauen nutzten die täglichen Nachenfahrten, um die Fische zu ihren Kunden in die Altstadt zu bringen. Nach der Eingemeindung der Landgemeinde Poll in den Stadtverband von Köln im Jahre 1888, begann die Stadt mit dem Umbau der Uferlandschaft auf beiden Seiten des Rheins. Die gesamten Poller Wiesen wurden auf das heutige Höhenniveau eingeebnet. Gleichzeitig entstand der Hochwasserschutzdamm, die heutige „Alfred-Schütte-Allee“, um den Ort

vor dem Hochwasser zu schützen. 1899 war der Damm fertig gestellt. Der Bau des Deutzer Hafens dauerte bis 1906 und die Südbrücke wurde 1910 dem Verkehr übergeben. Erst einige Jahre später legte die Stadt Köln die heute noch viel benutzten Sportanlagen mit den Gebäuden auf den Poller Wiesen an.



Unterdorf

Poller Hauptstraße/ Maifisch-/ Müller-/ Weingartengasse

An dieser Straßenkreuzung befand sich bis vor ca. 150 Jahren der erste Dorfmittelpunkt. Hier stand das steinerne Kreuz aus dem 14. Jahrhundert (steht heute vor der Kirche St. Josef) und hier befand sich auch einer der Dorfbrunnen, aus dem die anliegenden Bewohner ihr Wasser holten.

Bis zur Errichtung des Hochwasserdammes wurde das Unterdorf bei jedem extremen Rheinhochwasser überschwemmt, wobei immer wieder Häuser zerstört oder über längere Zeit unbewohnbar blieben.

Einige über 150 Jahre alte kleine Häuser stehen noch in den beiden Gassen, doch sind nach dem Zweiten Weltkrieg fast alle alten Häuser außen verputzt oder verkleidet worden, so dass man ihnen das genaue Alter nicht ansieht. Erhalten geblieben ist noch das Gebäude der ersten Poller Schule (Maifischgasse 9) und eines der ältesten Wirtshäuser von Poll die „Gaststätte Schlömer“ (Müllergasse 46).



St. Josef

Poller Hauptstraße

An der Poller Hauptstraße steht seit 1864 die im neugotischen Stil erbaute dreischiffige kath. Pfarrkirche St. Josef. Als 1898 ein Orkan über Poll hinwegfegte, beschädigte er nicht nur viele Häuser, sondern drehte auch den Spitzhelm vom Kirchturm und schleuderte ihn auf das Kirchendach.

Im Zweiten Weltkrieg brannte St. Josef, bei dem furchtbaren Fliegerangriff in der Nacht vom 3. auf den 4. Juli 1943 auf das rechtsrheinische Köln, total aus. Nur die Außenmauern standen noch und selbst diese wurden 1945 noch zum Teil durch Sprengbomben zerstört. 1951 begann der Gottesdienst in der wieder aufgebauten und jetzt schlichten Hallenkirche. In den nachfolgenden Jahren folgten mehrmals Umbauten und Ergänzungen des Kirchenraums, an denen maßgeblich die Kölner Künstler Hanns Rheindorf und Willi Strauß beteiligt waren. Bei den letzten Renovierungsarbeiten 1996, die unbedingt an St. Josef notwendig waren, ist auch der Innenraum der Kirche durch Walter Prinz neu gestaltet worden.

Vor der Kirche steht das alte Dorfkreuz, das früher im Unterdorf stand. Die auf dem Mittelblock eingemeißelte Jahreszahl 1666 soll an die schlimme Pestepidemie erinnern, von der auch die Poller Gemeinde nicht verschont blieb. Das gesamte Grundstück, auf dem die Kirche,

das Pfarrhaus, die kath. Kindertagesstätte, die Kaplanei sowie noch „Das alte Poller Wirtshaus“ stehen, gehörte 800 Jahre zum Gutshof der Deutzer Benediktinerabtei St. Heribert.

 **Alter Friedhof**
Poller Damm

Auf dem sogenannten Poller Berg, liegt der denkmalgeschützte alte Friedhof. Nach vielen Querelen konnten die Poller hier 1868 auf einem vor dem Hochwasser sicheren Grundstück ihren Friedhof einrichten. Der genau 2 Morgen große Friedhof war bis 1913 die kommunale Begräbnisstätte für die Gemeinden Poll und Rolshoven. In diesen Jahren sind über 2.100 Menschen auf diesem Friedhof beerdigt worden. Aufgrund der vielen Epidemien in dieser Zeit war besonders der Anteil der hier beerdigten Kleinkinder sehr groß.

Seit der Schließung des alten Poller Friedhofs ist der Deutz/Poller Friedhof an dem Rolshover Kirchweg für Poll zuständig.

Steht man vor dem Eingang zum alten Friedhof und schaut auf die tiefer liegende Straße „Poller Damm“, so glaubt man kaum, dass es sich hierbei um einen aufgeschütteten Hochwasserschutzdamm aus den Jahren 1802 bis 1806 handelt.

Dieser alte Damm reicht vom Poller Berg bis zum Westhoyer Berg, über eine Länge von 1.300 m und einer durchschnittlichen Höhe

von 3 m. Er verschloss ab dieser Zeit gleichzeitig zwei ehemalige Rheinarme und verhinderte nunmehr, dass das Rheinhochwasser unterhalb Westhoven an Poll vorbei durch Vingst, Deutz, Höhenberg und weiter bis nach Mülheim fließen konnte.

ehemalige Schule Poller Hauptstraße 65

Das in zwei Bauabschnitten 1896 bis 1898 erbaute Schulgebäude hat trotz vieler Schäden den Zweiten Weltkrieg noch gut überstanden. Ein älteres kleineres Schulgebäude, das direkt an der Straße lag, brannte bei einem Fliegerangriff total aus und wurde nach dem Krieg abgerissen.

Für viele Generationen Poller Kinder war diese Schule, die man damals zur Unterrichtung vieler Kinder baute, allgemein ihre Schule von der 1. bis zur 8. Klasse.

Nach der Schulreform baute die Stadt 1968 eine neue Grundschule hinter der alten Schule am „Schulpfad“, da die Klassen- und Nebenräume der alten Schule den heutigen Anforderungen nicht mehr entsprachen.

Das alte Schulgebäude ist heute ein Bürgerzentrum, das nach vielen Modernisierungsarbeiten von Vereinen und Institutionen genutzt wird.

Auf dem Sandberg

Eine von 92 Straßen und Wegen in Poll ist die

Straße „Auf dem Sandberg“, die über einen aus der letzten Eiszeit aufgeschwemmten Sandhügel führt. Die Höhenlage der Straße liegt bei 52 m über N.N. noch 3 m tiefer als der Kirchenboden im Kölner Dom. Die ältesten der kleinen Häuser sind hier um 1860 gebaut worden. Einige dieser alten Häuser wurden im Zweiten Weltkrieg zerstört, an deren Stelle nach und nach neue, größere Mietshäuser gebaut wurden. Auf der rechten Seite der Straße Nr. 66, liegt der letzte noch intakte Poller Bauernhof der Familie Kleinschmidt.

Rolshover Hof Am Rolshover Hof

Das Gebiet auf der östlichen Seite der Siegburger Straße gehörte bis zur Eingemeindung nach Köln im Jahre 1888 zu der kleinen Gemeinde Rolshoven. Bereits im Jahre 965 wird Rolshoven mit seinem Hofgut als Liegenschaft des Benediktinerklosters St. Pantaleon in Köln erwähnt.

Das aus fränkischer Zeit stammende Hofgut hatte im Mittelalter eine bedeutende Schlüsselstellung im rechtsrheinischen Köln, so dass die Pächter oder auch Halbwinner großen Einfluss auf die umliegenden Hofgüter hatten.

Seit frühester Zeit waren Mitglieder der Familie Rolshoven Pächter auf diesem Lehnshof, so gibt es heute noch überall im Rheinland landwirtschaftliche Güter deren Besitzer oder

Pächter Nachkommen dieser Familien aus Rolshoven sind.

Nach der Säkularisation 1803 kam der Hof in den Besitz anderer Familien, die im 19. Jahrhundert den Gutshof vergrößerten, wobei der Charakter der fränkischen Hofanlage erhalten blieb.

Das heute noch bestehende Wohnhaus stammt aus dem Jahre 1775. Die Stadt Köln erwarb 1984 den Hof mit dem umliegenden Land, nachdem der landwirtschaftliche Betrieb schon im Jahre 1966 von der Eigentümerfamilie Mühlenmeister aufgegeben worden war und zwischenzeitlich die Gebäude vermietet und als Lagerstätte dienten.

Seit mehreren Jahren sind alle Gebäude, auch die ehemaligen Stallungen des Hofes, restauriert, modernisiert oder teils neu aufgebaut worden und werden nun von verschiedenen Einrichtungen genutzt.

Die heute in Privatbesitz befindliche Anlage vermittelt auch ohne landwirtschaftliche Nutzung ein schönes Bild der ehemaligen fränkischen Hofanlage.

Werfen Sie einen Blick in den Innenhof, es lohnt sich.



Marktplatz

Siegburger-/Rolshover Straße

Poll erhielt erst Anfang der 1990 Jahre diesen neugestalteten Marktplatz, auf dem freitags

Händler aus der Umgebung ihre Waren, meist Lebensmittel, anbieten. Bis dahin nahmen einige alte Häuser, Gärten und noch ein Stück der Rolshover Straße diesen Platz ein. Man kann jedoch nicht von einem alten historischen Platz sprechen, obwohl die nebenan liegende Gaststätte „Das Poller Haus“ seine eigene Geschichte hat.

Denn an gleicher Stelle, an der heute die Gaststätte steht, lag ein Hofgut, das zu dem Kölner Stift „Maria ad Gradus“ gehörte. Dieses wurde im 30-jährigen Krieg (1618 bis 1648) niedergebrannt und danach als verfallenes Hofgut bezeichnet. Erst im Jahre 1829 baute hier der Poller Johannes Pütz ein Gasthaus, welches das erste „Neue Haus“ in Poll/Rolshoven war. Die Gaststätte hat nur wenige Male den Besitzer gewechselt und bestand bis zum Zweiten Weltkrieg aus einem zweistöckigen Wohnhaus mit Gaststube und einem großen Tanzsaal. Im letzten Krieg wurde das Anwesen zerstört, denn Gaststätte und Tanzsaal brannten von vielen Brandbomben getroffen nieder.

Der Poller Marktplatz liegt sehr verkehrsgünstig an der für Poll maßgeblichen Geschäftsstraße und Einkaufsmeile, direkt an der Straßenbahnhaltestelle der Linie 7.

Pausen- und Sitzmöglichkeiten

- **Salmstraße 71**
vor dem Haus befindet sich eine Bank
- **Poller Wiese**
mehrere Bänke finden Sie oberhalb der Poller Wiesen
- **Rolshover Hof**
im Innenhof des Rolshover Hofes gibt es mehrere Bänke
- **Marktplatz**
Bänke rund um den Marktplatz

Toiletten

- **ehemalige Schule**
Poller Hauptstraße 65
auf dem „Schulhof“ befinden sich Toilettenanlagen
- **öffentliche Toiletten** gibt es auf diesem Rundgang leider nicht, Sie können nur auf Gaststätten und Cafes zurückgreifen.

Sicherheit / Barrierefreiheit

- größere Straßenüberquerungen:
Siegburger Straße Richtung Salmstraße
durch einen Fußgängerüberweg gesichert,

Alfred-Schütte-Allee Richtung Poller Wiesen
ohne Fußgängerüberweg,

Siegburger Straße Richtung Auf dem Sand-
berg durch eine Ampelanlage geregelt,
- ansonsten sind es kleinere Straßen mit Bür-
gersteigen, bis auf evtl. auftretende Straßen-
baumaßnahmen ist der Rundgang barriere-
frei und mit Rollstuhl möglich.





Stadt Köln

Der Oberbürgermeister

Gesundheitsamt
Neumarkt 15-21
50667 Köln

Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Fotos: Ikhlas Abbis

Kommunale Geodaten: Stadt Köln, Amt für Liegenschaften,
Vermessung und Kataster, KT 36/2009

www.stadt-koeln.de

Mit freundlicher Unterstützung durch
Paul Reucher (Hobbyhistoriker)
SeniorenNetzwerk Poll
Seniorenvertretung Porz

Textauszüge aus:
k-poll.de

13/Si/53/5.000/05.2009