

Boisheim
Dülken
Süchteln
Viersen | Frühling/Sommer 2026

miteinander-füreinander.



gratis
Für Sie zum Mitnehmen.



**Sei wer Du
bist.**

DU zählst!



www.caritas-viersen.de



5	Vorwort	
6	Die gute Stube: Festhalle Viersen	32
10	Mit Sicherheitsgurt durch den Supermarkt	32
12	Tipps für Hundehalter	34
17	Ausflugstipps	37
22	Viersens schlafende Schönheit	38
26	Kochbuchkolumne	38
29	Ernährung in der Krise	40
30	Tipps der Polizei	42
31	Elsa & der Sport	37
		43
		Impressum

Gepflegt leben mit Pflege MediTuz



Das kompetente und engagierte Team von Pflegedienst MediTuz

Die Pflegelandschaft in Viersen entwickelt sich weiter. Pflege MediTuz ist innerhalb kurzer Zeit deutlich gewachsen und verfügt nun über erweiterte Kapazitäten. Seit Dezember 2024 finden Sie uns in unseren neuen Räumlichkeiten am Erich-Sanders-Weg 10 in Viersen-Süchteln.

Unter dem Leitbild und Motto „Gepflegt leben mit Pflege MediTuz“ ermöglichen die hoch qualifizierten Pflegekräfte und die langjährige Erfahrung im Bereich Pflege eine professionelle und kultursensible Betreuung von Pflegebedürftigen in ihrer häuslichen Umgebung. Das Wohlbefinden der betreuten Klienten steht an erster Stelle für das Team, das sich leidenschaftlich für deren Pflege engagiert. Die Klienten von Inhaber Yakup Tuzcu und seinem Team werden entsprechend ihren individuellen Werten, Kulturen und religiösen Prägungen und Bedürfnissen gepflegt und betreut, und das in allen Lebensphasen.

„Bei Pflege MediTuz legen wir großen Wert auf Professionalität, Empathie und Respekt. Wir sind bestrebt, die bestmögliche Pflege zu bieten und gleichzeitig eine unterstützende und vertrauensvolle Umgebung zu schaffen.“

Das Leistungsangebot von Pflege MediTuz erstreckt sich von SGB XI - Körperbezogenen Pflegemaßnahmen wie z. B. Körperpflege und Ernährung und pflegerischer Betreuung wie z. B. bei der Gestaltung des Alltags über SGB V - häusliche Behandlungspflege wie z. B. Medikamentenmanagement, Wundversorgung und Injektionen bis hin zu Beratungsgesprächen nach § 37.3 SGB XI und Beratung und Unterstützung der Angehörigen sowie Hilfen bei der Haushaltsführung wie unter anderem Einkauf, Begleitung, Hauswirtschaft.



Gepflegt leben mit Pflege MediTuz

Erich-Sanders-Weg 10 in 41749 Viersen-Süchteln | Tel.: 02162 / 10 22 500 Fax: 02162 / 10 22 501
www.pflegedienst-medituz.de | mail: Info@pflegedienst-medituz.de

Herzlich willkommen, liebe Leserinnen und liebe Leser

Wir haben wieder ein buntes Bouquet an Unterhaltendem für Sie zusammengestellt und würden Sie gerne mitnehmen, z. B. ins benachbarte Ausland: mit dem Fahrrad zum Saint Odapark, oder auch nur mit ein paar hübschen Tulpen in der Blumenvase. Wenn Sie lieber zu Hause bleiben, gibt es vielleicht einen neuen Fernseher, oder Sie machen sich einen frischen Salat. Hmmm.

Selbstverständlich informieren wir Sie auch über unsere Heimatstadt Viersen. Es gibt Gutes und nicht ganz so Gutes zu lesen. Aber auf jeden Fall viel Interessantes und Informatives. Schnappen Sie sich die Zeitschrift, suchen sich einen sonnigen Platz und rein ins Vergnügen!

Viel Spaß beim Lesen.

Beate Lammertz



Foto: Max Behnen



Die Festhalle Viersen

Von der Turnhalle zu einem kulturellen Mittelpunkt der Stadt

Die Festhalle Viersen gehört bis heute zu den bekanntesten und traditionsreichsten Gebäuden der Stadt. Ihre Entstehung geht auf den Wunsch nach einer Turnhalle für Schulen und Vereine zurück, entwickelte sich jedoch zu einem bedeutenden kulturellen Zentrum für ganz Viersen.

Ende des 19. und Anfang des 20. Jahrhunderts wurde der Sportunterricht an Schulen zunehmend wichtiger. Mit der Einführung des verpflichtenden Turnunterrichts – auch für Mädchen – entstand ein dringender Bedarf an geeigneten Räumen. Besonders der Viersener Turnverein 1848 setzte sich für den Bau einer eigenen Turnhalle ein. Bis dahin musste der Unterricht häufig im Freien stattfinden und fiel bei schlechtem Wetter oft aus.

Den ersten wichtigen Anstoß für das Bauprojekt gab der Viersener Unternehmer Josef Kaiser. Er stellte eine erste Spende von 1.000 Mark für den Erwerb eines Grundstücks zur Verfügung. Darauf hin begann der Turnverein weitere Gelder zu sammeln, insgesamt 15.000 Mark kamen dabei zusammen. Ein Grundstück wurde gekauft, das im Jahr 1903 freigelegt und eingezäunt wurde. Dennoch reichten die finanziellen Mittel zunächst nicht aus, um eine Turnhalle zu bauen.

Neben den sportlichen Interessen spielte auch das kulturelle Leben der Stadt eine Rolle. Zwar gab es in Viersen bereits einige Veranstaltungsorte, wie die Veranstaltungssäle der Hotelbetriebe Gansen, Krefelder Hof, Viersener Hof und Schlunke, aber es fehlte ein geeigneter vor allen Dingen repräsentativer Veranstaltungsraum.

Im Jahr 1910 ergab sich schließlich eine entscheidende Wendung. Josef Kaiser wurde zum Kommerzienrat ernannt und nahm diese Auszeichnung zum Anlass, der Stadt eine großzügige Spende zu machen. Insgesamt stellte er 280.000 Mark zur Verfügung, davon 130.000 Mark speziell für den Bau einer Festhalle. Der Stadtrat sah darin die Chance, ein repräsentatives Gebäude zu errichten, das sowohl für sportliche als auch für kulturelle Veranstaltungen genutzt werden konnte.

Nach einigen Diskussionen entschied sich die Stadt für den Bau einer Festhalle nach den Plänen des Stadtbaurats

Frielingsdorf. Am 7. Dezember 1913 konnte das Gebäude schließlich feierlich eingeweiht werden. In der Wandelhalle erinnert bis heute eine marmorne Gedenktafel an die großzügige Spende von Josef Kaiser.

Schon bald entwickelte sich die Festhalle zu einem wichtigen Mittelpunkt des kulturellen Lebens in Viersen. Ab 1921 fanden dort regelmäßig Theateraufführungen, Opern, Operetten und Konzerte statt. Auch zahlreiche Vereine nutzten die Halle für Veranstaltungen und Auftritte. Im Jahr 1923 erhielt die Festhalle sogar einen versenkbaren Orchesterraum, was die Durchführung von musikalischen Veranstaltungen erleichterte.

Die Nationalsozialisten nutzten den Raum ebenfalls meist als pompöse Demonstration ihrer Macht. In der Zeit wurde der Raum verändert, Schmuckelemente und Pilaster verschwanden.

Während des Zweiten Weltkriegs blieb die Festhalle von Zerstörungen weitgehend verschont, sodass der Veranstaltungsbetrieb nach Kriegsende schnell wieder aufgenommen werden konnte. Lediglich der sogenannte Dachreiter wurde beschädigt und später entfernt. Erst im Jahr 1998 wurde er wieder auf dem Dach des Gebäudes angebracht. Kurzzeitig diente die Festhalle nach dem Krieg zur Unterbringung von Zwangsarbeitern.

In den folgenden Jahrzehnten wurde die Festhalle immer wieder verändert und restauriert. In den 1950er Jahren verschwanden beispielsweise einige Reliefs an den seitlichen Anbauten. Viele Jahre später setzten sich engagierte Bürgerinnen und Bürger sowie der Viersener Heimatverein für deren Wiederherstellung ein.

Heute steht die Festhalle nicht nur für kulturelle Veranstaltungen, sondern auch für ein Stück Viersener Stadtgeschichte. Sie erinnert an das Engagement der Bürgerinnen und Bürger und besonders an die großzügige Unterstützung von Josef Kaiser, ohne die dieses bedeutende Gebäude wohl nie entstanden wäre. Bis heute ist die Festhalle „Viersens gute Stube“.

Beatrix Wolters



Konzert im Ernst-Klusen-Saal, Foto: Förderverein Festhalle



Verleihung WDR-Jazzpreis an Hanno Busch, mit Moderator Götz Alsmann und der WDR-Bing Band, Leitung Jörg Joachim Keller,



Al Di Meola_2024, Foto: Stadt Viersen

Festhalle Viersen, Teil 2

Ein über die Stadtgrenzen bekanntes Aufführungsgelände ist die Festhalle in Viersen. Sie bietet für Theater und Konzerte einen respektablen Veranstaltungsort und das jährlich stattfindende Jazzfestival hat hier auch sein Zuhause gefunden. Selbst die Dreiband-Weltmeisterschaft für Nationalmannschaften wurde hierhin verortet.

Errichtet wurde sie nach Plänen des Stadtbaumeisters Eugen Frielingsdorf und fertiggestellt 1913. Der Fabrikant Josef Kaiser, dessen Unternehmen Kaiser's Kaffeegeschäft seinen Sitz in Viersen hatte, trug mit einer großen Spende wesentlich zur Realisierung bei.

Das Gebäude wurde zu verschiedensten Möglichkeiten genutzt aber auch im Laufe seiner Geschichte mehrmals renoviert und umgebaut. 1997 ermöglichte der Festhallen-Förderverein eine umfangreiche Renovierung und Sanierung. Die neue Bestuhlung und Technik veränderte das innere und äußere Erscheinungsbild. Die Fassade hat ihre klassizistischen Formelemente behalten.

Der große Saal umfasst ungefähr 1.000 Sitzplätze. 1955 wurde für Deutschland die Festhalle zu den akustisch besten Konzertsälen der Welt genannt, neben Bremens Konzerthaus Die Glocke.

Um das historische Theater-und Konzerthaus funktional zu ergänzen, wurde ein moderner Anbau realisiert, der als repräsentatives Foyer dient, dazu noch einen kleinen Saal beherbergt, sowie Garderoben und ein Stuhllager.

Das neue Gebäude stellt die direkte Verbindung zum ebenfalls dort entstandenen Neubau der Kreismusikschule her. Altbau und moderner Baukörper ergänzen sich respektvoll ohne den anderen zu imitieren.

Uschi Siebert-Hüsken



Konzert Pelemele, Foto: Stadt Viersen



Foto: Förderverein Festhalle

Mit Sicherheitsgurt durch den Supermarkt

Vor dem Eingang des Supermarkts hebe ich meine beiden Töchter in den Einkaufswagen. Rosalie rechts, Isabelle links. Die beiden sind nur achtzehn Monate auseinander und passen noch problemlos nebeneinander in die kleinen Kindersitze vorne im Wagen. Dann werden die Gurte geschlossen, denn ja: amerikanische Einkaufswagen haben tatsächlich Sicherheitsgurte.

Die beiden nehmen diese Prozedur sehr ernst. Kaum sitzen sie im Wagen, greifen kleine Hände nach den Schnallen und klicken sie mit konzentrierter Miene zusammen. Als wäre das Anschnallen der erste Schritt eines großen Abenteuers. Und vielleicht ist es das für sie auch.

Einkaufen in amerikanischen Supermärkten ist für Kinder ein Erlebnis. Die Wagen sind großzügig gebaut – zwei Kinder vorne, ein ganzer Wocheneinkauf hinten, alles passt hinein.

Manche sehen sogar aus wie kleine Autos, mit Lenkrad und buntem Design, damit die Kleinsten während des Einkaufs „fahren“ können. Für Eltern kleiner Kinder ist das eine erstaunlich praktische Erfindung. Für die Kinder selbst ein Vergnügen.

Dass Einkaufen in den Vereinigten Staaten ein wenig anders funktioniert als in Deutschland, ist bemerkbar, bevor man den Laden überhaupt betritt. Manchmal beginnt der kulturelle Unterschied auf dem Parkplatz – ausgerechnet vor einer deutschen Supermarktkette. Wer in Deutschland einkauft, kennt das Ritual seit Jahrzehnten: Man steckt eine Münze in den Einkaufswagen, löst ihn aus der Reihe heraus und bekommt das Geld später zurück, wenn man den Wagen pflichtbewusst wieder eingehängt hat. Eine schlichte, aber clevere Methode – und ein kleiner Hinweis auf eine Einkaufskultur, in der Eigenverantwortung und Ordnung nicht selbstverständlich sind. In den USA funktioniert das bei Aldi genauso – nur mit einem Quarter, einem 25-Cent-Stück.

Für viele amerikanische Kunden, die zum ersten Mal bei Aldi einkaufen, ist das allerdings ein kleines Rätsel. Immer wieder sieht man Menschen vor der Wagenreihe stehen, die mit leicht gerunzelter Stirn versuchen herauszufinden, warum sich der Wagen partout nicht herausziehen lässt. „You need a quarter“, erklärt dann jemand freundlich – und der Moment der Erkenntnis ist jedes Mal derselbe: ein



kurzer Blick auf die Münze, ein Lachen, manchmal ein ungläubiges Kopfschütteln. Für einen Einkaufswagen? Geld? Es sind solche kleinen Augenblicke, in denen zwei Einkaufskulturen aufeinandertreffen.

Sobald der Wagen schließlich aus der Reihe gelöst und meine Töchter sicher angeschnallt sind, beginnt der eigentliche Einkauf. Und der hat in amerikanischen Supermärkten etwas, das man früher in Deutschland noch kannte: das Gefühl, als Kunde willkommen zu sein. An manchen Tagen stehen Mitarbeiter mit Tablets zwischen den Regalen und bieten Kostproben an. Ein kleiner Becher Joghurt, ein Stück Obst, ein neuer Snack. „Would you like to try?“ fragen sie freundlich. Meine Töchter müssen darüber nie lange nachdenken. Für sie gehört Probieren selbstverständlich dazu.

Wer an seine eigene Kindheit denkt, erinnert sich vielleicht an etwas Ähnliches: den Metzger, der einem Kind über die Theke ein Stück Gelbwurst reichte. Dieses kleine, freundliche Ritual gibt es in amerikanischen Supermärkten an jeder Ecke, nur sitzt die Probestation heute eher mitten zwischen den Regalen als hinter einer Theke.

Vieles in amerikanischen Supermärkten ist auf Bequemlichkeit ausgerichtet: breite Gänge, große Wagen, Mitarbeiter, die die Einkaufsstützen packen. Das liegt nicht zuletzt

daran, dass Einkaufen in den USA meist mit dem Auto verbunden ist. Viele Familien fahren einmal pro Woche zum Supermarkt und kaufen gleich für die ganze Woche ein – kein kurzer Abstecher auf dem Heimweg, kein schnelles Auffüllen des Kühlschranks. Stattdessen: der große Wocheneinkauf, geplant und gebündelt. Wer dagegen an deutsche Städte denkt, kennt ein anderes Bild: den täglichen Einkauf zu Fuß, die frischen Brötchen am Samstagmorgen, das kurze Haltmachen beim Gemüsehändler.

Gewohnheiten, die sich über Generationen eingespielt haben, und deren Selbstverständlichkeit einem oft erst auffällt, wenn man sie plötzlich vermisst.

Besonders deutlich werden die Unterschiede seit der Corona-Pandemie, die das Einkaufen auf beiden Seiten des Atlantiks verändert hat – in den USA aber schneller und gründlicher als anderswo. Dort hat sich seither ein System durchgesetzt, das inzwischen fast selbstverständlich wirkt: Curbside Pickup. Man bestellt seine Lebensmittel online, fährt zum Supermarkt und parkt auf einem speziell markierten Stellplatz. Ein Mitarbeiter bringt die fertig gepackten Einkäufe direkt zum Auto und lädt sie in den Kofferraum. Man muss nicht einmal aussteigen.

Noch einen Schritt weiter geht der Lieferdienst. Ein paar Klicks auf dem Smartphone und ein Lieferwagen bringt den Einkauf nach Hause – praktisch für Familien, aber auch für alle, denen der Gang in den Supermarkt schwerer fällt. Man kann selbst entscheiden, ob man den Einkauf vor der Tür abgesetzt bekommt oder lieber vom Kurier persönlich entgegennimmt. In Deutschland gibt es solche Angebote inzwischen auch, aber sie sind bei weitem nicht so verbreitet wie in vielen Teilen der USA.

Einen letzten, sehr menschlichen Unterschied erlebt man an der Kasse. In amerikanischen Supermärkten gehört ein wenig Smalltalk fast immer dazu. „How are you doing?“ fragt die Kassiererin, während sie die Waren über den Scanner zieht. Ob man auch alles ohne Probleme gefunden hätte. Wie groß die Kinder schon geworden seien. Es ist kein tiefes Gespräch – aber es ist eine menschliche Geste, ein kurzes Innehalten inmitten des Alltags. In Deutschland geht es an der Kasse meist konzentrierter zu. Die Waren wandern über das Band, man bezahlt, packt ein, macht Platz für den nächsten. Effizient – und für viele genau rich-

tig so. Wenn man das in den USA so haben möchte, kann man einfach den Self-Check-out benutzen oder seine Lebensmittel während des Einkaufens selbst mit dem Handy scannen und bezahlen.

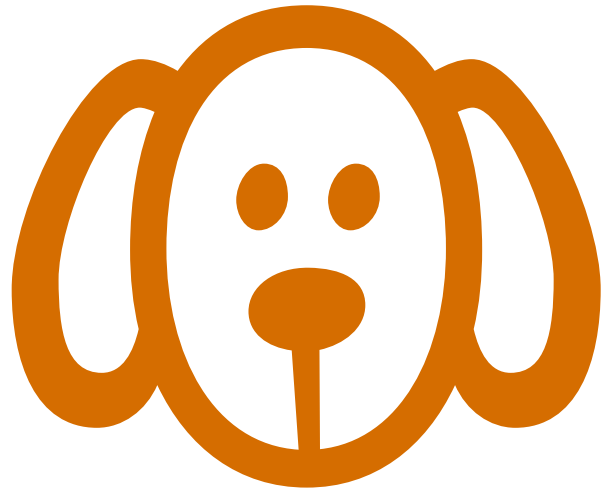
Auch beim Umtausch gehen beide Länder eigene Wege. In den USA gilt häufig ein großzügiges Prinzip: Wenn ein Produkt nicht gefällt, bringt man es zurück und bekommt sein Geld. Rechtfertigen muss man sich nicht, denn der Kunde ist König. Deutsche Geschäfte sind hier traditionell vorsichtiger – man prüft, ob der Bon vorhanden ist, ob der Artikel noch unbenutzt ist.

Weniger kulant, aber in gewisser Weise auch konsequent. All diese Unterschiede erzählen von zwei verschiedenen Einkaufskulturen. In Deutschland ist Einkaufen oft eine pragmatische Angelegenheit: effizient, durchorganisiert, mitunter ein wenig streng. In den Vereinigten Staaten wirkt der Einkauf stärker als Dienstleistung – großzügig, komfortorientiert, auf den Kunden ausgerichtet.

Keines von beiden ist grundlegend besser. Es sind einfach zwei verschiedene Arten, denselben Alltag zu gestalten. Doch wenn ich ehrlich bin, hat das Einkaufen in den USA etwas Leichteres – es ist eine Aktivität, die Spaß macht, selbst wenn man nur kurz das Notwendigste holt. Man fühlt sich willkommen; nicht nur als jemand, der seinen Einkauf erledigt.

Auch heute noch, einige Jahre später, haben sich meine eigenen Rituale bereits verändert. Denn meine Töchter passen längst nicht mehr in die Kindersitze der Einkaufswagen. Stattdessen tragen sie jetzt die Tüten aus dem Auto ins Haus. Oder sie kümmern sich um die Lebensmittel, die der Lieferdienst in Kisten vor die Tür gestellt hat. Ganz gleich ob Wagen mit Sicherheitsgurten, Probierstationen zwischen den Regalen oder Lebensmittel per App: Einkaufen hat sich verändert. Vieles ist bequemer geworden, einiges hat man auf dem Weg verloren. Nur eines ist gleich geblieben. Für meine Töchter ist ein Besuch im Supermarkt bis heute nie ganz alltäglich. Irgendetwas gibt es dort immer zu entdecken – selbst wenn der Einkaufswagen inzwischen ohne sie losrollt.

Lisa Davidson



Was fürs Köpfchen

Ob jung oder alt – jeder Hund möchte Beschäftigung haben.

Spaziergehen ist wichtig, doch das alleine hat mir nie gereicht. Ich denke, Maxi würde das genauso sehen. Wir haben zusammen die Hundeschule besucht für ihr Selbstbewusstsein, da sie als Angsthündin aus Griechenland zu mir kam. Wir haben Agility gemacht zum Spaß, ohne Turniere, wir haben Spielstunden besucht, Apportieren gelernt, sind schwimmen gegangen.

Doch dann sind da die Momente, die zu Hause verbracht werden, wetterbedingt oder aus anderen Gründen. Einfach nur mit dem Hund zu laufen, selbst an unterschiedlichen Orten, ist zu wenig. Das kann MAL gemacht werden, aber nicht ständig. Es stellt sich die Frage, was den Hund herausfordert, denn er will ja auch geistig ausgelastet sein, nicht nur körperlich.

Hilfsmittel wie den Snackball, eine Schleckmatte, einen Schnüffelteppich, den Kong gibt es zu Hauf, auch Spiele für den Hund wie eine Pokerbox zum Beispiel. Maxi ist – natürlich – stolze Besitzerin all dieser Dinge. Doch auch ohne etwas zu kaufen, kann man seinen Hund beschäftigen und mit ihm spielen. Maxi liebt es, wenn ich Leckerchen im Wohnzimmer verstecke und sie sie anschließend suchen muss. Dabei zähle ich schön mit, damit mir nicht am Ende ein Stückchen Wurst irgendwo vergammelt...

Ihr Futter packe ich tagsüber schon mal in eine Pappe von der Küchenrolle und verschließe sie an beiden Seiten fest. So muss Maxi schön arbeiten, um ranzukommen. Das Fetzendesaster kann anschließend natürlich ich aufräumen...

Da Mäx damals nun mal apportieren gelernt hat, werfe ich auch gerne ein kleines Stofftier durch die

Wohnung. Auf das Kommando „Bring's!“ oder mittlerweile, wo die Öhrchen nicht mehr so gut hören, den Fingerzeig, rennt sie los und bringt mir stolz wie Oskar das Tierchen zurück, um ihre Belohnung zu erhalten. Das macht ihr so viel Freude, dass sie förmlich strahlt.

Grundkommandos streue ich auch zwischendurch mal ein, oder ich mache einfach ein bisschen Unsinn mit ihr, setze mich mit lang ausgestreckten Beinen auf den Boden und locke sie mit einem Leckerchen, so dass sie über meine Beine springen muss und wieder zurück. Die andere Variante ist, die Beine hochzuhalten, so dass sie darunter durchkriechen muss. Suchen am Frauchen ist eins unserer anderen Spiele. Dabei stecke ich mir Leckerchen in den Hosenbund, in die Tasche, lege sie mir auf die Schulter etc., so dass Maxi an mir suchen muss.

Mit Klopapierrollen habe ich ihr eine Leiste an die Wohnzimmertür gebastelt mit Schlitzten dazwischen, in die ein Stück Pappe gesteckt wird. Maxi sieht, wie oben ein Leckerchen in die Konstruktion geworfen wird, und nun muss sie nach und nach die Pappstücke herausziehen, damit das Leckerchen auch unten herausfallen kann.

Man kann sich schon so einiges einfallen lassen, um einen Hund auch drinnen zu beschäftigen. Das habe ich mit Maxi immer schon gemacht, und jetzt, wo sie 14 Jahre alt ist und aus drei großen Runden am Tag eine große und zwei kleine geworden sind, kommt es mir sehr gelegen, dass wir da ein umfangreiches Repertoire haben. Auch ältere Hunde wollen schließlich noch spielen und Spaß haben!

Jack Schneider

Wir sehen uns



BRILLANT OPTIK
Roman Doussier

Bahnhofstr. 8
41747 Viersen
02162 / 81 987 50
www.brillantoptik.de

Delphin
APOTHEKE

**VON MENSCH
ZU MENSCH.**

NATÜRLICH SIND
WIR AUCH **ONLINE**
FÜR SIE DA.

MEDIKAMENTE
ONLINE BESTELLEN,
VOR ORT ABHOLEN:

www.delphinapotheke-viersen.de

DELPHIN APOTHEKE
Inh.: Stefan Grebe
Apotheker für Geriatriische Pharmazie
Bahnhofstr. 1, 41747 Viersen
Tel.: 0 21 62 / 1 68 61
E-Mail: info@delphinapotheke-viersen.de

ÖFFNUNGSZEITEN:
WOCHENTAGS: 8:30 BIS 18:30 UHR
SAMSTAGS: 8:30 BIS 13:00 UHR

Gemeinsam stark - ILCO seit 50 Jahren in NRW

(Ileum = Krummdarm Colon = Dickdarm)

Es ist immer noch für viele ein Tabu-Thema: das Stoma, meist als künstlicher Darmausgang bezeichnet. Allein in Deutschland leben etwa 160.000 Patientinnen und Patienten zeitweilig oder dauerhaft mit einem Stoma. Für die Betroffenen bedeutet dies eine große Veränderung im Leben und viele Herausforderungen, die sie bewältigen müssen.

Offenheit hilft, das Stigma abzubauen und Selbsthilfegruppen bieten Unterstützung und Austausch. Unter dem Motto „Gemeinsam stark“ blickt die ILCO-NRW in diesem Jahr auf fünf Jahrzehnte engagierte Selbsthilfe zurück. Immer mit dem Ziel Betroffene zu stärken und Selbsthilfe als festen Bestandteil einer ganzheitlichen Gesundheitsvorsorge sichtbar zu machen.

Ich selbst schreibe aus Erfahrung und als Betroffene. Mit 23 Jahren erhielt ich die Diagnose „Morbus Crohn“, einer chronisch entzündlichen Darmkrankung und mein großer Leidensweg begann. Jahrzehntlang hat mich mein Dickdarm terrorisiert und mein Leben eingeschränkt. Den bin ich nun Gott sei Dank los und lebe seit einigen Jahren glücklich mit einem Stoma.

An dieser Stelle sei anzumerken, dass es auch Menschen mit einem Blasenstoma, dem so genannten Urostoma, gibt. Es ist mir ein großes Anliegen, etwas dazu beitragen zu können, dass das Thema Darmgesundheit mehr in den Vordergrund rückt. Doch wie in

allem, es wäre illusorisch zu sagen, bei mir hat einfach alles geklappt...! Oh nein!

Auch wenn ich glücklich mit meinem Stoma bin, so hatte ich anfangs Probleme und es begleiteten mich große Unsicherheiten. So hörte ich von einer Selbsthilfegruppe für Stomaträger*innen und Menschen mit Darmkrebs. Diese Vereinigung heißt „Deutsche ILCO“.

Mich zog es damals in die Gruppe nach Nettetal, wo ich sehr herzlich aufgenommen wurde und mir meine Sorgen von der Seele reden konnte. Ich sprach mit Gleichgesinnten und habe schnell erfahren, dass es für Betroffene, egal um welche Krankheit es sich handelt, so wichtig ist zu erfahren, dass man nicht alleine ist. Ich bekam die besten Ratschläge rund um die Versorgung meines Stoma, Tipps zur Ernährung, Sport-Möglichkeiten usw.

Auch hier noch eine Anmerkung, die Versorgungsmaterialien heutzutage sind auf einem sehr hohen Niveau, sodass „es eigentlich keine Probleme mehr in der Anwendung gibt. Mein erster Besuch dort ist nun 10 Jahre her und mittlerweile leite ich die Gruppe selber. Wir treffen uns einmal im Monat um uns auszutauschen. Das heißt jedoch nicht, dass wir nur über Krankheit sprechen.

Wir haben auch sehr viel Spaß, Grillen einmal im Jahr, gehen Eis essen

oder zu Weihnachten in ein schickes Restaurant. Hin und wieder besucht uns ein Referent zu wichtigen Themen wie z.B. der Pflegeversicherung, Schwerbehinderung, Ernährung usw. Es gibt natürlich auch Menschen, die mit ihrem Stoma sehr unglücklich sind. Einfach deshalb, weil es da ist, beispielsweise nach einer Krebsoperation, plötzlich und unerwartet oder aus anderen Gründen. Wir von der ILCO Gruppe in Nettetal, gegründet 1997, können keine Krankheiten verschwinden lassen.

Doch wir stehen empathisch, helfend, tröstend und mitfühlend an der Seite derer, die das Schicksal, das Stoma, verbindet. Ein Leben ohne Stoma ist das Allerschönste. Ein Leben mit Stoma bedeutet nicht das Ende. In diesem Sinne: Herzliche Grüße und ganz viel Gesundheit. Nähere Informationen unter:

Brigitte.Schneider@ilco-kontakt.de

Brigitte Schneider

Aktionsangebot
vom 01. Mai - 30. Juni 2026

Gilt für ein Test-Menü pro Person und Beleg.

VOM PROFI GEKOCHT
FRISCH GELIEFERT
GENUSS PUR!



- gesunder und ausgewogener **Mittagstisch**
- qualitativ hochwertig
- täglich mehrere, wechselnde Menüs
- zuverlässige Lieferung
- auf Porzellangeschirr
- in Thermoboxen
- für Kunden auch online bestellbar
- herzlicher Service
- keine Vertragsbindung

Jetzt
bestellen!

SGV  02162-102 50 44

 www.sgv-viersen.de

 Ringstr. 2-4, 41747 Viersen





Reha- und Gesundheitssport

**Breites Kursangebot
in
Süchteln & Viersen**

Unsere Ziele für Ihre Gesundheit:

- ⇒ Förderung von Beweglichkeit, Kraft und Koordination
- ⇒ Schmerzreduktion
- ⇒ Prävention von Gelenkbeschwerden
- ⇒ Gemeinschaft, Motivation und Spaß



Unsere Kursübersicht
gleich hier:



Wir machen die **Stadt** *fit!*

ASV Einigkeit Süchteln - Tönisvorster Straße 1 - 41749 Viersen
Tel: 0 21 62 / 97 97 31 oder: info@asv-suechteln.com
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do 16.00 - 18.00 Uhr // Di, Fr 10.00 - 12.00 Uhr

Sommerlicher Zeitvertreib

Viele fragen sich vielleicht, ob man als Rentnerhepaar noch zwei Autos braucht.

Diese Frage hatte ich mir auch gestellt, und zufällig im Fitness-Studio bei einem Klön zwischen zwei Geräten angesprochen. Eine Mitkämpferin, ohne Auto, die mir zugehört hatte, wollte mit mir gemeinsam das Für und Wider meines Problems bei einer Tasse Kaffee im ortsansässigen Café erörtern. Gesagt, getan. Wir verstanden uns auf Anhieb.

Karin hat mir dann, als völlige Zug- und Bahnanalphabetin, die Bahn-App nähergebracht, und wir beschlossen, probierhalber eine Tour zu starten. Am Bahnhof ging's los. Wir fuhren nach Duisburg. Damals gab es noch die Zoohandlung Zajac, und die wollte ich mir als Tierliebhaberin mal ansehen und mir eine eigene Meinung über das Geschäft bilden. Karin wollte in der Innenstadt einen besonderen Laden mit Dekoartikeln aufsuchen. Beides hatte super geklappt! Wir machten weiter!

Irgendwann erwähnte ich, dass ich gerne nach Münster fahren möchte. „Das ist gar kein Problem. Der Zug fährt ab Viersen durch“, sagte Karin. Das war der Ausgangspunkt für die nächste Tour, die auch gut abgelaufen ist. Münster war uns zwar etwas zu wuselig, aber wir waren da! Seitdem machten wir auch weitere Touren. So waren wir z. B. am Drachenfels, in Bad Breisig oder in der Wahner Heide. 1x pro Woche ging es los, in den wärmeren Monaten. Ob zu zweit, oder manchmal zu dritt: wir hatten immer unseren Spaß.

Natürlich verstehe ich, dass Berufspendler Probleme mit der Bahn haben, aber nicht immer ist nur die Bahn schuld. Wenn man so am Bahnsteig steht, kann man Vieles beobachten. Z. B. Wenn ein Zug nicht abfahren kann, weil die Türen blockiert werden, kann es ganz schnell zu Verspätungen kommen. Das ergibt dann die bekannte Kettenreaktion. Da wir als Rentnerinnen aber keinen Zeitdruck haben, sind uns ein paar Minuten Wartezeit egal, obwohl wir wegen einem Zugausfall auch schon bei Veranstaltungen, wie dem Planetarium in Bochum, zu spät kamen. Leider war da der Einlass zur Show schon geschlossen.

Ja, es gibt wie überall Vor- und Nachteile. Für mich aber überwiegen bei unseren Ausflügen die Vorteile. Ich komme raus, habe eine neue Freundin gefunden und kann mittlerweile auch alleine die Zugfahrten koordinieren! Übrigens: zwei Autos haben wir immer noch!

Beate Lammertz



Raus vor die Tür - Ein Auszeittag in Düsseldorf



Ab und zu braucht der Mensch einen „Tapetenwechsel“. Gemeint ist der sprichwörtliche Ausbruch aus der Routine und dem Alltagstrott. Bei uns bedeutet das mal wieder Großstadtluft schnuppern und rein ins Getümmel.

Ruhe und Natur haben wir in Viersen und Umgebung ja genug. Was liegt da näher als ein Tagesbesuch in Düsseldorf. Die Stadt ist nicht weit entfernt und mit dem Auto schnell erreichbar. Zugegebenermaßen sind die Parkgebühren nicht zu verachten aber für diesen Anlass sind sie es uns wert. Schon alleine die Anfahrt über die Rheinkniebrücke, mit der Skyline der Stadt, hat schon etwas Besonderes an sich. Genau wie auch unsere Ziele, die wir immer wieder an einem Samstag ansteuern.

Wir beginnen den Tag mit einem Orgelkonzert, in der wunderschönen Maxkirche, mitten in der Altstadt, das immer um 11.30 Uhr kostenlos angeboten wird. Danach geht es, gleich um die Ecke, zum Carlsplatz, dem ältesten Marktplatz Düsseldorfs, mit mehr als 60 Ständen. Einer unserer Lieblingsorte. Voller Ideen, Leckereien, bunter Vielfalt und wie wir finden französischem Flair. Ein Ort für alle Sinne. Mit frisch gepresstem Saft, Kaffee aus der markteigenen Rösterei und einem tollen Mittagsangebot. Hier warten Köstlichkeiten Tür an Tür, nicht nur aus Deutschland.

Frisch gestärkt geht es dann weiter zum Bummeln oder in den Hofgarten, der grünen Lunge der Stadt. Von hier aus gibt es schöne Spazierwege bis zum Rhein, und wer mag kann auch weiter, die Rheinpromenade entlang, Richtung Hafen schlendern. Lust auf Kultur? Dann sollte man sich an dieser Stelle einen Besuch der Räumlichkeit „Kunst im Tunnel“ (KIT) nicht entgehen lassen. Direkt unter der Rheinuferpromenade, im Verborgenen, befindet sich ein Raum, der zwischen den Tunnelröhren für den Autoverkehr liegt. 2007 eröffnet und seitdem ein spektakulärer Treff für zeitgenössische Kunst mit wechselnden Ausstellungen. Um über eine große Treppe, oder mit dem Aufzug in den unterirdischen Ausstellungsbereich zu gelangen, muss man den versteckten Eingang durch das „KIT Café“ nehmen. Dieses liegt direkt an der Promenade. Zum Einkehren und Verschnaufen am Nachmittag empfehlen

wir zwei Cafes, die wir ganz besonders reizvoll finden. Es sind das „Kaffee Fleck“ Cafe in der Thalia Buchhandlung, gegenüber den Shadow Arcaden und das „Cafe im Foyer“ in der Johanneskirche, nicht weit davon entfernt. Im Ersteren genießt man den Kaffee und kleine Snacks inmitten der Buchhandlung und darf dabei in den neuesten Bestsellern schmökern oder eine Zeitung lesen. Hier ist es trubelig, aber auch etwas ganz Besonderes. Viele Studenten mit Laptops trifft man hier an, die diese Atmosphäre der Unibibliothek zum Lernen vorziehen. Beschaulicher und ruhiger ist dagegen das Cafe in der Kirche. Die Preise sind sehr günstig und es gibt keinen Verzehrzwang beim Verweilen in dieser Räumlichkeit.

Wer dann noch voller Tatendrang ist, dem können wir noch zwei besondere Ziele nennen, die wir auch immer mal wieder sehr gerne besuchen. Im Stadtteil Niederkassel befindet sich das EKO-Haus der japanischen Kultur e.V.. Es ist ein Kulturzentrum mit dem Ziel, auf Basis des japanischen Buddhismus, das Verständnis für die japanische Kultur zu fördern und zu verbessern: Ein Kleinod mit einem wunderschönen Tempelgarten, einem japanischen Holzhaus und Tempel. Hier werden traditionelle Teezeremonien an Samstagen, nach Vorabbuchung, angeboten.

Auf der anderen Seite der Stadt, im Süden von Düsseldorf am Himmelgeister Rheinbogen, befindet sich der Botanische Garten. Er gehört zur Heinrich-Heine-Universität, ist aber allen Besuchern frei zugänglich. Neben der großen Freilandfläche mit Gewässern und unterteilten Anlagen wie z.B. dem Alpinum, China und Südamerika, lohnt ein Besuch im Kuppelgewächshaus und Südafrikahaus. Genauso gerne, wie wir uns gelegentlich diesen Tapetenwechsel gönnen, fahren wir abends auch wieder heim und genießen die Ruhe zuhause, denn solch ein Tag kann durchaus anstrengend sein.

Liebe Leserinnen und Leser, vielleicht ist Ihre Neugierde auf ein kleines Abenteuer auf der anderen Rheinseite geweckt? Nähere Informationen finden sich auf den jeweiligen Internetseiten der erwähnten Örtlichkeiten. Gute Fahrt und viel Vergnügen!

Anne Gottschlich



Traditionell innovativ für Sie da

Knie-, Hüft-, Sprung- und Schultergelenkersatz

Wirbelsäulenchirurgie

Fußchirurgie

Robotisch- und computergestützte OP-Techniken

Arthroskopien

Ambulante Operationen

Physiotherapie

Multimodale Schmerztherapie



Termin
vereinbaren in
unserer Ambulanz

Telefon:
02162/
96-6213





Die Entstehung der GGFE

Die GGFE entstand aus dem Wunsch, Menschen nicht nur zu unterstützen, sondern ihnen auch Freude, Gemeinschaft und schöne gemeinsame Momente zu schenken.

Ursprung

Gerade in der Corona-Zeit, in der Einsamkeit und Unsicherheit für viele Menschen spürbar wurden, entstand der Gedanke, Verantwortung noch bewusster zu leben und Hilfe dort anzubieten, wo sie besonders wertvoll ist.

Was die GGFE bewegt

Ein besonderer Schwerpunkt der GGFE sind kostenlose Ausflüge und gemeinsame Erlebnisse für Seniorinnen und Senioren, Kinder sowie soziale Einrichtungen, Vereine und gemeinnützige Gruppen.

Mit dem Bus „Der Trebe“ stellt die GGFE gemeinnützigen Gruppen Bus und Fahrer kostenlos zur Verfügung, um gemeinsame Zeit, schöne Erlebnisse und besondere Momente zu ermöglichen.

Marius Tsakonis

Für Marius Tsakonis, Gründer von Bares und Wahres, war dies ein wichtiger Anstoß, etwas zurückzugeben und Mitmenschlichkeit auch über das eigene Unternehmen hinaus sichtbar zu machen.

Bares und Wahres

Ermöglicht wurde die Arbeit der GGFE durch die unternehmerische Entwicklung von Bares und Wahres und durch das Vertrauen vieler Kundinnen und Kunden.

Jetzt Kontakt aufnehmen

Wenn Sie für Ihre Gruppe einen besonderen Ausflug oder wertvolle gemeinsame Zeit ermöglichen möchten, freut sich die GGFE auf Ihre Anfrage.

**GGFE – Gemeinnützige Gesellschaft für Fortschritt
und Entwicklung gGmbH**

Kölnische Straße 22

41747 Viersen

Telefon: 02162 / 5789229

Mobil: 0173 / 3861669 Frau Wirtz

E-Mail: gemeinnutz@ggfe.de



Viersens schlafende Schönheit

Wussten Sie schon, dass wir in Viersen ein schlafendes Dornröschen von bezaubernder Schönheit hermetisch abgeschirmt bewahren? Doch inzwischen erwachsen geworden, ist nun die Zeit ihrer Erlösung aus der beklemmenden Isolation gekommen. Wir müssen nur die Liebe zu ihr in uns entdecken, von der sie so viel zurückgeben könnte.

Um es auf den Punkt zu bringen: Gemeint ist das sogenannte Baggerloch an der Niers. Ich übertreibe? Nun, kleine Kostprobe gefällig?

Schon wenn Sie sich ihm nähern, egal ob über den Clörather oder den Neersener Weg, lassen glitzernde Sonnenstrahlen Ihre Augen blinzeln, dringt ein munteres Schnattern, Trompeten, Gegacker und Gequake durch den abgeriegelten Waldsaum an Ihr Ohr. Dann, auf halbem Weg, unterbricht endlich ein Drahtkäfig den hohen Stabgitterzaun und erlaubt den näheren Zugang zum Ufer. Und siehe da: Die Verwandlung des Baggerlochs zu einem märchenhaften Waldsee liegt wie zum Beweis vor Ihren Füßen. Man kann nur noch ins Schwärmen, angesichts dieses Idylls, geraten.

Der große Offenwasserbereich ist das Zuhause für vielerlei Enten- und Gänsearten, ihren Nachwuchs hinter sich herziehend. Mit weitem Anlauf starten Wildgänse, heftig mit den Flügeln schlagend, unter lautem Geschnatter zum Flug übers Land ... pure Fülle des Lebens.

In der geschützten Bucht, weit hinten, da, wo das Wasser seichter und wärmer ist, befindet sich zwischen Uferbewuchs und versunkenen Ästen die Kinderstube der Vögel mit Laich- und Brutplätzen ... ein Ort der Verheißung.

In der Seemitte ruht eine begrünte Insel, Rastplatz auch für Zugvögel ... ein ständiges Kommen und Weiterziehen. Und wenn der Morgendunst wie ein silberner Schleier auf dem Regium liegt, ist die Bilderbuchlandschaft perfekt.

Utopie? Weltflucht? Realitätsverlust?

Nun, angesichts der tagtäglich auf uns einströmenden Wogen von Wut, Hass, Fake News, Drohungen und Katastrophenmeldungen muss man auch mal abtauchen können, um nicht irre zu werden. So ist der Waldsee geradezu ein Gegengewicht zu dem Gezappel da draußen.

Allerdings fragt man sich, warum den Bürgern der Blick auf das Naturparadies allein durch die engen Maschen eines Käfigs erlaubt wird. Mehr Spielraum würde doch die wechselseitige Beziehung von Mensch und Natur ermöglichen. Nicht nur Naturliebhaber, die statt mit der Angel mit Fernglas und Kamera auf Jagd gehen, dürften die Gitterstäbe des Käfigs stören. Dem Pächter, einem Angelverein, der seinen Herrschaftsbereich mit martialischen Verbotsschildern markiert, sei ja sein Freizeitbereich gegönnt, aber doch nicht gleich 16 Hektar mit Wald drumherum.



Der öffentliche Zugang zum Ufer an ausgewählten Stellen und eine Aussichtskanzel, könnten den freien Blick auf das Biotop in seiner Gänze ermöglichen, sodass weder seine Funktion als Lebensraum für eine reichhaltige Tier- und Pflanzenwelt, noch der Sport der Angler beeinträchtigt würde.

Bei aller Abwägung von Gemeinwohl und Selbstverwirklichung: Naturerlebnis und Naturschutz könnte sogar das Seererlebnis seine Abrundung durch einen Rundwanderweg erfahren. Dazu sollte eine naturverträgliche Verbindung zwischen dem Neersener und dem Clörather Weg gefunden werden.

Ach ja, wie war das mit der schlafenden Schönheit „Dornröschen“? Wurde sie nicht durch die Liebe eines mutigen Prinzen aus ihren Zwängen befreit? Na denn, liebe Stadtväter, nur zu! Dem Rahser, ganz Viersen würde ein möglichst offener Glanzpunkt dieser Art gut anstehen.

Text und Zeichnung W.H.

Zur schlafenden Schönheit: Ein zweiter Blick

Zwischen Zaun und Zauber

Der Beitrag „Viersens schlafende Schönheit“ entfaltet eine große Kraft: Bilder, die wirken, eine Sprache, die trägt. Man sieht den See förmlich vor sich, hört das Schnattern, spürt die Ruhe. Genau das ist gelungen.

Und doch bleibt nach der Lektüre ein Gedanke zurück, der mich – als Gestalterin dieses Magazins – nicht loslässt.

Die vermeintliche „Isolation“, die der Text beklagt, ist kein Zufall. Sie ist Absicht.

Denn was hier so poetisch beschrieben wird, ist kein unentdecktes Naherholungsgebiet, das darauf wartet, „erlöst“ zu werden. Es ist ein Naturschutzraum. Ein Ort, der genau deshalb so reich, so lebendig, so „märchenhaft“ ist, weil er nicht frei zugänglich ist.

Die im Text beschriebene Fülle des Lebens existiert nicht trotz des Zauns – sondern wegen ihm.

Die Vorstellung, man könne durch „mehr Spielraum“ eine bessere Beziehung zwischen Mensch und Natur schaffen, klingt zunächst plausibel. Die Realität sieht oft anders aus. Wo Wege entstehen, entstehen Abkürzungen. Wo Zugänge geschaffen werden, wird genutzt, was möglich ist: Menschen

gehen näher ans Wasser, Hunde laufen frei, es wird gebadet, gelärmt, gefeiert. Nicht aus böser Absicht – sondern weil es menschlich ist.

Für sensible Lebensräume ist genau das das Problem.

Ein Schild allein reicht nicht. Erfahrungsgemäß wird es ignoriert oder übersehen. Der Zaun ist deshalb kein Ausdruck von Besitzdenken oder „martialischer“ Abgrenzung, sondern ein pragmatisches Instrument, um genau das zu verhindern, was den beschriebenen Zauber zerstören würde.

Die eigentliche Frage ist also nicht: Warum dürfen wir nicht hinein? Sondern: Was bleibt, wenn wir es tun?

Vielleicht braucht es an dieser Stelle eine andere Form von „Liebe zur Natur“, als sie im Text beschworen wird. Eine, die nicht im Erleben besteht, sondern im Aushalten. Im Respekt vor Grenzen. Im bewussten Nicht-Betreteten.

Nicht jeder schöne Ort ist dafür gemacht, erlebt zu werden.

Manche sind dafür da, dass sie existieren dürfen.

Und vielleicht liegt genau darin – jenseits aller Romantik – der eigentliche Wert dieses Ortes.

Susanne Polzin



GUTES
WOHNEN
GARANTIERT



Ihre GWG – aktiv
im Kreis Viersen,
in Krefeld
und Meerbusch.



02162
5780-0

Unser Wohnungsbestand

in der Stadt Viersen umfasst 779 Wohnungen – modernisiert, renoviert und preiswert.

Wir kümmern uns um bezahlbaren
Wohnraum,
vor allem für Senioren und junge Familien.

Willy-Brandt-Ring 17
41747 Viersen
info@gwg-kreis-viersen.de
www.gwg-kreis-viersen.de

Der neue Fernseher



Katharina stand am Samstagabend am Fenster ihrer Wohnung und beobachtete den Verkehr. Als der Mercedes vor dem Haus hielt, lief sie aufgeregt zur Tür.

„Dass Sie heute noch gekommen sind“, rief sie und ließ die beiden Männer Peter, den älteren Herrn mit dem grauen Arbeitskittel und Dieter, den jüngeren Burschen mit dem rötlichen Haar, ein. Peter ging schnurstracks auf den kleinen Tisch mit dem hohen, altmodischen Schwarzweißfernseher zu. Ein Druck auf den Schalter und ein gleichmäßiges Brummen erfüllte den Raum. Er wischte sich den Schweiß ab. „Mann, ist das ein altertümliches Ding. So etwas gibt es ja schon fast gar nicht mehr. Ein Wunder, dass es überhaupt noch läuft.“

Katharina meinte: „Ach, wissen Sie, ich habe diesen Fernsehapparat schon so lange, schon von damals, als mein Mann noch lebte. Nie ist etwas damit gewesen. Doch gerade jetzt, da will die Technik auf einmal nicht mehr.“ Sie setzte die Kaffeemaschine in Gang. „Ich mache Ihnen schnell eine Tasse Kaffee. Sie sind sicher müde und abgearbeitet.“ Dieter löste die Rückwand vom Gerät und reichte sie Peter. „Meine Nachbarin war so freundlich und hat bei Ihrer Firma angerufen“, fuhr Katharina fort, „mein Telefon ist gestört und ich kann leider nicht mehr aus dem Haus. Die Beine, wissen Sie, die wollen nicht mehr so richtig.“ Peter nickte zerstreut.

Katharina redete weiter: „Früher, da gingen wir ja ab und zu ins Theater und zur Oper, mein Mann Albert und ich. Aber jetzt reicht mein finanzielles Budget vorne und hin-

ten nicht.“ Peter setzte die Rückwand wieder ein. Er zuckte die Schultern: „Tut mir leid, zwei Elementarteile sind hin. Die gibt es schon seit Jahren nicht mehr. Da ist nichts zu machen. Selbst wenn es noch welche gäbe, das würde Wochen dauern. Es lohnt sich einfach nicht mehr.“

Katharina sah die beiden Männer an: „Jetzt trinken Sie erst einmal einen Schluck.“ Peter warf Schraubenzieher und Zange in die Werkzeugtasche und schüttelte bedauernd den Kopf. „Vielen Dank, aber wir haben wirklich keine Zeit mehr. Es ist schon eine Stunde nach Feierabend und im Betrieb ist eine kleine Feier geplant.“

Katharina sah ihnen nach, bis die Türe ins Schloss fiel. Regungslos stand sie im Zimmer, während draußen der Motor des Werkstattwagens verklang. Sie erschrak, als es 5 Minuten später an der Türe klopfte. Sie öffnete.

Peter im grauen Arbeitskittel und Dieter standen vor der Türe. Dieter hielt einen Karton im Arm, hinter dem er fast verschwand. Peter lächelte und sah gar nicht mehr so müde aus: „Wir bringen Ihnen etwas, und zwar einen Farbfernseher, mit einem schönen Gruß von unserem Chef. Er möchte Ihnen eine Freude machen.“

Viele Leute kaufen sich einen ganz modernen und technisch versierten Farbfernseher. Die sind dann direkt froh, wenn der Händler das alte Gerät zurück nimmt. Der Apparat ist noch prima in Ordnung, das können Sie mir glauben.“ Fassungslos vor Freude schlug Katharina die Hände zusammen. Die Tränen konnte sie nicht zurückhalten.

Hans Josef Lammertz

Daniel Richter, der Maler eine Reise zu ihm

Nicht jedem ist Daniel Richter bekannt. Mir ging es auch so. Aber die Medien bieten unglaublich viele Möglichkeiten, genau das zu ändern. Ich habe sie ergriffen und war (und bin) ziemlich begeistert.

Daniel Richter ist ein international renommierter Künstler, Jahrgang 1962. Die ausgestellten Bilder sind in den letzten 10 Jahren entstanden und ihre abstrakte Bildsprache verbindet sich mit figürlichen Darstellungen in extrem leuchtenden Farben, starken Kontrasten und gefühlsmäßiger Tiefe.

Die Ausstellung befand sich auf der Museumsinsel Gottorf in Schleswig. Sie war der Anlass für eine Freundin und mich Anfang Februar den Weg in Richtung Norden zu nehmen, für eine knappe Woche.

Um es nicht bei der Ausstellung alleine belassen zu müssen, nahmen wir Hamburg als Aufenthaltsort. Diese maritime und kosmopolitische Stadt ist wirklich eine Reise wert, auch ohne Ausstellung in Schleswig.

Aber mit: einzigartig und unübertroffen! So gestaltete sich Daniel Richter zum Kontrapunkt des Nordens.

Uschi Siebert-Hüsken



Hauptstraße 94b · 41747 Viersen

Telefon: 02162 / 13 18 7

kontakt@adler-apotheke-viersen.de

www.adler-apotheke-viersen.de

IHR PARTNER IN SACHEN GESUNDHEIT!

Ihre Adler Apotheke in Viersen ist für Sie da und bietet Seniorinnen und Senioren umfangreiche Leistungen:

- Lieferservice
- Vorbestellservice
- Blutdruckmessung
- Pflegemittel-Beratung
- Diabetes-Beratung
- Inkontinenz-Beratung

und vieles mehr.

SPRECHEN SIE UNS AN!

Jetzt anrufen unter 02162 / 13 18 7
oder besuchen Sie uns in unserer Apotheke.



**Nutzen
Sie unseren
Botendienst
gratis!**

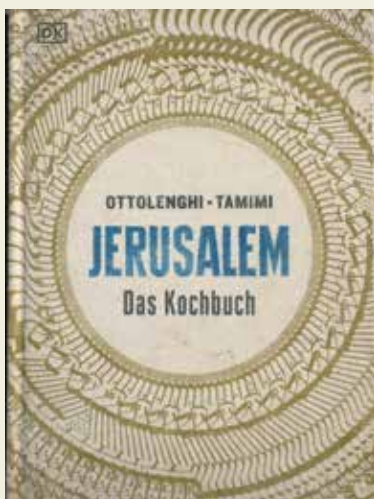
Auftakt: Kochbuchsüchtig – Folge 1

Ab dieser Ausgabe nehme ich Sie mit in meine Welt der Kochbücher – zwischen Lieblingsrezepten, überraschenden Kombinationen und echten Entdeckungen.

Ich freue mich, wenn Sie mich dabei begleiten.



Jerusalem.
Das Kochbuch
Ottolenghi & Tamimi
DK Verlag
ISBN 978-3-8310-2333-2
319 Seiten



Ich gestehe: Ich bin kochbuchsüchtig.

Nicht im Sinne von „Ich probiere jedes Wochenende drei neue Rezepte aus“. Sondern so: Ich lese Kochbücher wie andere Menschen Romane. Und inzwischen reicht oft schon ein Rezept – manchmal nur die Zutatenliste – und ich kann es schmecken.

Mit dieser Kolumne möchte ich meine Lieblingsbücher vorstellen. Bekannte und unbekannte. Große Namen und kleine Entdeckungen.

Den Anfang macht jemand, der vielen ein Begriff ist: Yotam Ottolenghi. (Oder wie viele ihn im schnellen Sprechen gern nennen: Otto Lenghi. Klingt doch wie Vor- und Familienname.) Gemeinsam mit Sami Tamimi hat er das wunderbare Buch Jerusalem geschrieben. Für mich ist es weniger ein Kochbuch als eine kulinarische Reise. Gewürze, Kräuter, Säure, Süße – alles darf nebeneinander stehen. Genau darin liegt die Magie.

Und noch etwas gefällt mir: Neben Fleischgerichten gibt es viele vegetarische und auch vegane Rezepte. Die Vielfalt der Küche Jerusalems spiegelt sich ganz selbstverständlich wider – ohne Dogma, ohne Belehrung.

Am Ende finden sich zudem kleine Extras – knappe Hinweise, Variationen oder Ergänzungen. Nicht ausufernd erklärt, sondern auf den Punkt erklärt. Genau so, wie man es im Alltag braucht.

Meine kleine Geschichte zu diesem Buch:

Ich war einmal bei Freunden zum Abendessen eingeladen. Ziemlich hungrig, um ehrlich zu sein. Vorab zeigten sie mir das Rezept, ich überflog die Zutaten: Pasta, Schafskäse, Pinienkerne, Basilikum, Olivenöl, Chili – klang solide. Rheinländisch kompatibel.

Und dann: eine ordentliche Portion Joghurt. Unter die Pasta. Ich dachte nur: Um Gottes willen. Wo bekomme ich hier gleich noch etwas Essbares her?

Was soll ich sagen? Es war sensationell. Frisch, cremig, salzig, kräutrig – vollkommen stimmig. Am nächsten Tag habe ich mir das Buch gekauft.

Ottolenghi schafft etwas, das ich liebe: Er führt an ungewohnte Kombinationen heran, ohne zu überfordern. Sumach, Granatapfel oder Tahin mögen zunächst exotisch klingen – am Tisch sind alle Zweifel schnell verschwunden.

Wenn ich heute daraus koche, kommt fast immer erstauntes Lob. Nicht, weil es spektakulär inszeniert ist. Sondern weil es geschmacklich überrascht. Weil es Horizonte erweitert. Und genau darum soll es in dieser Kolumne gehen: um Bücher, die Türen öffnen.

Falls ich Ihre Neugier geweckt habe, kaufen Sie das Buch bitte in einer lokalen Buchhandlung. Gute Kochbücher brauchen gute Orte.

Susanne Polzin

Spinatsalat mit Datteln & Mandeln

Dieser Salat überrascht – und zwar mit jedem Bissen: knackige Mandeln, knusprig geröstetes Brot, dazu die süß-säuerliche Tiefe von eingelegten Datteln und Zwiebeln. Warm und frisch zugleich, leicht und doch sättigend – ein Spiel aus Texturen und Aromen, das über einen klassischen Salat hinausgeht.

Zutaten für vier Personen

2 Esslöffel Weißweinessig
1/2 mittelgroße rote Zwiebel, in feine Ringe geschnitten
100g Medjoul-Datteln, entsteint, der Länge nach geviertelt
30g Butter
2 Esslöffel Olivenöl
2 kleine Pitabrote (etwa 100g),
in 4 cm große Stücke geschnitten
75 g Mandeln, grob gehackt
2 Teelöffel Sumach
1/2 Teelöffel Chiliflocken
150g junger Spinat
2 Esslöffel Zitronensaft
Salz

Anleitung

Essig, Zwiebel, Datteln und eine Prise Salz in einer kleinen Schüssel mit den Händen vermengen. Etwa 20 Minuten ziehen lassen, dann in ein Sieb geben und die Flüssigkeit abtropfen lassen.

Inzwischen Butter und die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen. Pitabrot und Mandeln zugeben und bei mittlerer Hitze 4–6 Minuten rösten, bis alles goldbraun und knusprig ist. Vom Herd ziehen, Sumach, Chiliflocken und 1/4 Teelöffel Salz untermischen.

Kurz vor dem Servieren den Spinat in eine große Schüssel geben. Dattel-Zwiebel-Mischung, Pita-Mandeln-Mischung, restliches Öl und Zitronensaft hinzufügen, alles locker vermengen. Mit Salz abschmecken und sofort servieren.



Nachhaltiger gedacht

Wer den Salat regionaler denken möchte, kann gut variieren: Statt Datteln passen getrocknete Pflaumen oder Birnen (am besten aus der Region).

Die Mandeln lassen sich durch geröstete Hasel- oder Walnüsse ersetzen.

Auch beim Spinat lohnt ein Blick auf die Saison: Im Frühjahr ideal – außerhalb der Saison kann Feldsalat oder Mangold eine gute Alternative sein.

Das Ergebnis bleibt spannend: süß, nussig, frisch – nur ein Stück näher an dem, was hier wächst.

KÜCHENCHECK

Schwierigkeit: einfach

Vorkenntnisse: Grundkenntnisse

Zutaten: mittel (regional gut ersetzbar)

Zeit: 30 Minuten

Hardware: Holzbrett, Messer, Pfanne



DieRegalista: Handgefertigtes in der Viersener Innenstadt

Mein Laden in der Hauptstraße 17 ist nun seit Ende November geöffnet. Die ersten Schritte sind geglückt, und das Konzept, Kunsthandwerkern und kleinen Manufakturen einen unkomplizierten Verkaufsraum zu bieten, ist nun ein etablierter Bestandteil der Viersener Innenstadt.

Stöbern, entdecken und plaudern



Wer hierherkommt, findet vor allem eines: Vielfalt. Mein Ziel ist es, einen zentralen Anlaufpunkt für einzigartige, mit Leidenschaft gefertigte Handwerkskunst zu schaffen. Das Sortiment umfasst Produkte von lokalen Kunsthandwerkern rund um Viersen aber auch von kreativen Köpfen aus weiter entfernten Gegenden. Die Auswahl wird regelmäßig durch neue kleine Manufakturen ergänzt, was für Abwechslung sorgt. Es gibt also bei jedem Besuch etwas Neues zu entdecken und garantiert nichts von der Stange. Ein besonderer Teil meiner Arbeit ist die Vermittlung und Umsetzung von individuellen Ideen. Das geschieht bei mir häufig ganz unkompliziert auf Zuruf:

Wir haben schon oft Produkte in Form, Farbe, Größe oder mit persönlichen Texten angepasst. Einiges davon individualisiere ich selbst direkt vor Ort, bei anderen Dingen stimme ich mich eng mit den jeweiligen Ausstellern ab.

Aber auch Heimatschopper werden hier fündig. Wer seine Verbundenheit zur Region zeigen oder verschenken möchte, findet bei mir unter anderem Kerzen, Schriftzüge oder Schlüsselanhänger mit direktem Bezug zu Viersen, Dülken oder Süchteln... So bringen wir ein Stück Heimat in den Alltag – handgemacht und mit Charakter.

Mein Modell für Kreative



Die Idee dahinter ist simpel. Jeder, der ein kleines Gewerbe betreibt, kann bei mir gegen eine feste Gebühr Regalfläche mieten. Der Vorteil dabei ist, dass man Zugang zu einer physischen Verkaufsfläche erhält, ohne sich um Personal oder die Miete für ein eigenes Geschäft kümmern

zu müssen. So bleibt mehr Zeit für die eigentliche Produktion, während ich mich vor Ort um die professionelle Präsentation und die zwischenmenschlichen Aspekte kümmere.

Über mich: Der Schritt in die Selbstständigkeit



Mein Name ist Natascha Fußangel. Nach meiner Ausbildung und langjähriger Tätigkeit habe ich mich entschlossen, den Schritt in die Selbstständigkeit zu wagen. Warum? Weil ich davon überzeugt bin, dass man im Leben Raum für Neues und vor allem eine gesunde Portion Humor braucht.

Mit DieRegalista schaffe ich mir diesen Raum und möchte gleichzeitig andere kreative Menschen unterstützen. Mir ist es ein persönliches Anliegen, einen bewussten Gegenpol zur anonymen Massenware zu setzen. Ich möchte dazu beitragen, dass handgefertigte Dinge wieder mehr wertgeschätzt werden – Produkte, in denen Zeit, Können und eine eigene Geschichte stecken.

Ausblick: Workshops und Austausch



Der Laden soll mehr sein als nur ein Verkaufsraum. Ich arbeite derzeit daran, das Angebot um praktische Workshops und Kurse zu erweitern. Mir ist wichtig, dass dies ein Ort wird, an dem Techniken vermittelt werden und an dem Menschen in einer entspannten Atmosphäre zusammenkommen können. Ich möchte kleinen Labels den Zugang zum Einzelhandel so einfach wie möglich halten und gleichzeitig einen Raum für Menschen schaffen, die echte Handwerkskunst schätzen.

Besuchen

Sie mich gerne zu meinen Öffnungszeiten. Diese sind Montag und Dienstag von 11:00 bis 17:00 Uhr. Mittwoch ist Ruhetag. Donnerstag und Freitag bin ich von 11:00 bis 17:00 Uhr und Samstag von 10:00 bis 14:00 Uhr für Sie da.

Standort:

Hauptstraße 17,

41747 Viersen Kontakt:

Natascha Fußangel E-Mail:

info@dieregalista.de

Einblicke:

Instagram @dieregalista

Ernährung in der Krise



Wenn wir uns in unserem Umfeld über Ernährung unterhalten, geht es oft um die Themen Genuss, Gesundheit, Bio, Preis, Herkunft, Verarbeitung usw. Und ein bewusster Umgang mit dem Thema Ernährung ist auch gut. Das Angebot an Nahrungsmitteln aus aller Herrenländer ist groß und wir haben eher die Qual der Wahl. Die Wege zu den Lebensmittelhändlern sind in der Regel kurz. Sicher, nicht alle können sich alles leisten, was man gerne hätte. Aber die Allermeisten von uns brauchen sich nicht sorgen, ob es überhaupt etwas zu Essen oder zu Trinken gibt. Und wenn, dann eher aus finanziellen Gründen und nicht, weil es nichts gäbe.

Was ist aber, wenn dem Sprichwort „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“ mal die Grundlage entzogen wird und die Verfügbarkeit von Nahrung keine Selbstverständlichkeit mehr ist? Bisher denken wir da eher an Hungersnöte in fernen Ländern oder auch in Kriegs- und Krisengebiete weit weg von unserer Haustüre. Doch zeigen uns die Auswirkungen der Corona-Pandemie, Naturkatastrophen wie im Ahrtal und die näher an unsere Grenzen heranrückenden Kriegsgeschehen, dass man die Frage auch hier bei uns nicht mehr ganz ignorieren sollte. Aber auch weniger dramatische Gescheh-

nisse wie der unlängst durch einen Anschlag verursachte mehrtägige Stromausfall in Berlin können dazu führen, dass es sehr plötzlich zu Versorgungsengpässen kommen kann. Und ob Toilettenpapier dann zu den wichtigsten Dingen gehört, das man bevorraten muss, sei mal dahingestellt. Viel wichtiger ist es in solchen Krisensituationen doch, „Leib und Seele zusammenzuhalten“ – für sich und für andere.

Hand aufs Herz: Wer von uns hat sich wirklich darauf vorbereitet, sich und seine Familie auch mal ein paar Tage ohne Einkaufen, ohne Strom, ohne Leitungswasser und auf sich allein gestellt mit den richtigen Nahrungsmitteln und Getränken versorgen zu können? Damit ist nicht eine übertriebene Form gemeint, bei der Menschen in Bunkern unter der Erde selbst Gemüse anbauen oder sich Wasseraufbereitungsanlagen installieren. Es geht um ein vertretbares Maß an haltbaren Lebensmitteln und Getränken, die man jederzeit für sich verfügbar hat und wie man sie auch zubereiten und genießen kann.

Oma hat damals nach dem Krieg aus der Not heraus noch vieles eingekocht oder fermentiert. Die meisten von uns haben Omas Rezepte aber nicht mehr. Brauchen wir auch nicht. Es gibt ja im-

mer alles frisch von der Gemüsetheke oder vom Hofladen nebenan. Noch!

Für die „Vorsorge für Krisen und Katastrophen“ gibt es in einer kostenlos erhältlichen Broschüre wertvolle Hinweise inklusive Checklisten des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe (BBK). https://www.bbk.bund.de/DE/Home/home_node.html

Auch der Ernährungsrat des Kreises Viersen hat das Thema aufgegriffen und sich zur Aufgabe gestellt, hierfür hilfreiche Tipps zusammenzustellen. Dabei geht es nicht nur um das reine Sattwerden. Wichtig ist auch, Nahrungsmittel mit den für den Körper wichtigen Nährstoffen zu berücksichtigen und wie man sie ggf. so kombinieren kann, dass es trotz der Krisensituation auch Genussmomente gibt. Dazu werden wir immer wieder mal Beiträge auf unsere Homepage www.ernaehrungsrat-kreis-viersen.de veröffentlichen.

Wir hoffen sicher alle, dass wir nicht in solche Situationen geraten. Aber wenn, dann wäre es besser, vorbereitet zu sein.

Text und Foto: Ernährungsrat Kreis Viersen

Tipps der Polizei

Vorsicht am Telefon:

Betrüger nutzen perfide Tricks – so schützen Sie sich
Telefonbetrüger schaffen es immer wieder, Bürgerinnen und Bürger um große Geldbeträge oder Wertgegenstände zu bringen. Sie geben sich oft als Polizistinnen, Polizisten, Staatsanwältinnen, Staatsanwälte, Bankangestellte oder sogar Verwandte aus. Ziel ist es, Angst und Druck zu erzeugen, damit die Betroffenen unüberlegt handeln. Die Polizei warnt eindringlich vor diesen Maschen und bittet um erhöhte Wachsamkeit.

Typische Betrugsmaschen der Täter:

Der falsche Polizist oder Staatsanwalt

Betrüger melden sich telefonisch und behaupten, es habe Einbrüche in der Nachbarschaft gegeben oder das Vermögen sei auf der Bank nicht mehr sicher. Sie fordern die Opfer auf, Bargeld, Schmuck oder Wertgegenstände auszuhändigen – angeblich, um diese zu schützen.

Wichtig: Polizei und Staatsanwaltschaft fordern niemals Bargeld oder Schmuck von Bürgerinnen und Bürgern!

Die angebliche Bank oder Sparkasse

Hierbei geben sich die Täter als Mitarbeiter von Kreditinstituten aus. Sie warnen vor angeblichen Hackerangriffen oder Sicherheitslücken und drängen die Angerufenen dazu, ihre PIN, Kontonummer oder Online-Banking-Daten preiszugeben.

Wichtig: Banken fragen niemals telefonisch nach vertraulichen Zugangsdaten oder fordern zur Herausgabe von PIN und TAN auf!

Der „Enkeltrick“ oder „Verwandtentrick“

Die Täter rufen an und geben sich als Enkelkind, Neffe oder andere nahe Verwandte aus. Mit einer angeblichen Notlage – beispielsweise ein Unfall, eine dringende Operation oder eine sofort fällige Rechnung – versuchen sie, Mitgefühl zu wecken. Anschließend fordern sie Geld, das meist von einem angeblichen „Boten“ abgeholt wird.

Wichtig: Bleiben Sie misstrauisch, wenn ein Anruf plötzlich Geldforderungen enthält, auch wenn die Stimme oder die Geschichte glaubwürdig klingt.

So schützen Sie sich vor Telefonbetrügern

- Gespräch abbrechen: Wenn Sie misstrauisch werden, legen Sie sofort auf.
- Keine sensiblen Daten preisgeben: Geben Sie niemals PINs, TANs oder Kontodaten am Telefon weiter.
- Offizielle Rücksprache halten: Rufen Sie im Zweifel selbstständig bei Ihrer Bank, bei Verwandten oder direkt bei der Polizei an – nutzen Sie dazu die Ihnen bekannten Rufnummern, nicht die vom Anrufer genannten.
- Keine Übergabe von Wertsachen: Übergeben Sie niemals Bargeld oder Schmuck an Fremde. Polizei und Behörden holen niemals Wertgegenstände bei Ihnen ab.
- Verwandte kontaktieren: Falls jemand aus der Familie angeblich in Not ist, rufen Sie diese Person direkt zurück oder kontaktieren Sie andere Angehörige.

Sicher unterwegs mit dem E-Bike:

Kostenlose Seminare der Polizei Viersen

Die elektrische Unterstützung macht längere Fahrten leichter und bietet Freiheit an der frischen Luft. Gleichzeitig bringen die elektrischen Räder, die schneller und schwerer sind als klassische Fahrräder, besondere Herausforderungen mit sich.

Deshalb bieten die Kreispolizeibehörde Viersen und die Kreisvolkshochschule Viersen ein Seminar für Seniorinnen und Senioren an. In diesem Angebot lernen Teilnehmende sowohl in der Theorie als auch bei praktischen Übungen, wie sie sicherer mit ihrem E-Bike unterwegs sind. Dabei ist es vollkommen egal, ob Sie das Pedelec als neues, aktives Fortbewegungsmittel für sich gerade erst entdeckt haben, oder schon längere Zeit damit unterwegs sind. Sie werden in diesem Training gewiss etwas für sich mitnehmen können.

Der Kurs besteht aus zwei Hauptteilen: Zunächst gibt es einen theoretischen Abschnitt, in dem wichtige Inhalte rund um neue Verkehrsregeln und die typischen Gefahren des Pedelec Fahrens vermittelt werden. Danach folgt der praktische Teil, bei dem Sie mit Ihrem eigenen E-Bike gemeinsam mit Verkehrssicherheitsberaterinnen und -beratern der Polizei verschiedene Übungen im Schonraum durchfahren können. Sie bekommen wertvolle Tipps u. A. zum Bremsen, zur richtigen Einstellung der Unterstützungsstufen und zum sicheren Kurven fahren.

Termine und Anmeldung

Die nächsten Seminare finden in Viersen, Nettetal-Lobberich und Niederkrüchten statt. Die Teilnahme ist wie immer kostenfrei. Eine Anmeldung ist ganz einfach über die Website der Volkshochschule Viersen möglich – geben Sie dort das Stichwort „Pedelec“ ein, um sich anzumelden und alle Termine angezeigt zu bekommen (<https://www.kreis-viersen-vhs.de>).

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Rollator statt Zweirad?

Sie sind nicht mehr mit dem Fahrrad oder dem Pedelec unterwegs, sondern wünschen als Fußgänger*in Beratung rund um Rollatoren? Kein Problem, fragen Sie uns gerne als Gruppe über die örtlichen Vereine, Seniorenstifte oder Altenheime an!

Der Landrat als Kreispolizeibehörde Viersen
Lindenstraße 50, 41747 Viersen
Telefon: 02162-377-0
E-Mail: poststelle.viersen@polizei.nrw.de



Elsa
&

der Sport

Neulich kam meine Schwester zu Besuch und fragte als erstes, ob ich nicht mit ihr zum Sport wolle. „Sport ist Mord“, erwiderte ich ihr darauf. Sie fand die Antwort gar nicht lustig und erklärte mir, wie wichtig Bewegung im Alter sei. Ich gab ihr recht denn ich hatte auch schon mal daran gedacht - kam allerdings nie so recht in die Puschen.

„Sport macht Spaß“, erklärte mir eine Freundin kurz darauf ebenfalls. Was bitte war mit denen los? Was fanden sie spaßig daran, atemlos durch eine Halle zu hopsen - wenn möglich noch bis an ihr Limit? Wo bitte sollte ich meines finden?

Ich finde es vollkommen ausreichend, jeden Tag an der frischen Luft ein bisschen zu gehen. Worüber meine Schwester nur lachen konnte, weil sie wusste, dass ich anschließend bei Kaffee und Kuchen anzutreffen bin. Das fand ich nun wirklich nicht lustig, machte ich doch jeden Morgen einige Übungen um fit zu bleiben. Dabei wurde ich nicht atemlos und ins Schwitzen kam ich auch nicht.

Natürlich war ich schon mal fitter, allerdings auch zehn Jahre jünger. Heute tut mir beim Sport einiges weh. Meine Knochen sind eben auch nicht mehr die jüngsten und die Lust zur Bewegung hält sich in Grenzen.

Das alles waren natürlich keine wirklich guten Ausreden, gerade wegen dieser steifen Knochen. Sollte ich mich vielleicht auf dieses Abenteuer einlassen? Mein Rentnerindasein sollte nicht ausschließlich auf dem Sofa stattfinden. Wenn das Wetter besser wird, werde ich meinen Hintern endlich vom Sofa erheben und mir einen geeigneten Sport suchen - natürlich etwas, das zu mir und meiner Einstellung zum Sport passt.

Beim Wandern und Joggen werden wir uns sicher nicht treffen, aber vielleicht beim Rad fahren oder im Fitnessstudio. Versprochen, liebe Schwester !!!

Eure Elsa

Freiwilliges Engagement als Chance im demografischen Wandel

Am 5. Dezember ist Tag des Ehrenamts: Die Freiwilligenagenturen und das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Niederrhein möchten das Engagement in unserer Gesellschaft würdigen. Der demografische Wandel ist in aller Munde. Doch was bedeutet er konkret für die Versorgung älterer und pflegebedürftiger Menschen sowie ihrer Angehörigen am Niederrhein und welche Möglichkeiten ergeben sich daraus?

Ende 2023 lebten 1,39 Millionen Menschen mit Pflegebedarf in Nordrhein-Westfalen – das entspricht 7,6 Prozent der Bevölkerung. Bis 2050 wird die Zahl voraussichtlich auf etwa 1,6 Millionen Menschen ansteigen. Diese Entwicklung stellt Versorgungssysteme, Kommunen und Familien vor große Herausforderungen.

Freiwilliges Engagement ist eine nicht wegzudenkende Ergänzung im System, um diese Herausforderung zu tragen: **„Freiwilliges Engagement ist ein zentraler Baustein für eine funktionierende Gesellschaft und ihren Zusammenhalt.“**, weiß Claudia Derksen-Beyer der Freiwilligen-Zentrale Viersen. Das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Niederrhein hebt hervor: „Es trägt maßgeblich zur Entlastung, Teilhabe und Lebensqualität pflegebedürftiger Menschen und ihren An- und Zugehörigen bei.“

Auch Melina Friedrich des Freiwilligen-Zentrums Willich unterstreicht die doppelte Wirkung: **„Ehrenamt ist eine echte Win-Win-Situation für alle Beteiligten.** Neben dem gesellschaftlichen Beitrag und der Unterstützung des Systems bietet es den Engagierten selbst eine sinnstiftende Aufgabe. Dank neuer Kontakte und Tätigkeiten fühlen sich viele weniger einsam – das wirkt sozialer Isolation und damit auch gesundheitlichen Risiken entgegen.“

Gerade im Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand bietet freiwilliges Engagement Chancen: Es ermöglicht, Erfahrungen einzubringen und dadurch das Gefühl von Selbstwirksamkeit und Zufriedenheit zu bewahren. Dies betrifft insbesondere die sogenannte Babyboomer-Generation. Sie sollte dabei nicht nur als Herausforderung für das System gesehen werden, sondern vielmehr als wertvolles Potenzial für die Gesellschaft.

Eine Studie der Körber-Stiftung zeigt, dass sich 2024 bereits rund 30 % der 55- bis 65-Jährigen freiwillig engagie-

ren. Gleichzeitig können sich 48 % dieser Altersgruppe vorstellen, künftig ein Ehrenamt zu übernehmen. **Die Erfahrungen der Freiwilligenagenturen bestätigen, dass gerade diese Generation besonders motiviert ist, Verantwortung zu übernehmen und sich aktiv und langfristig einzubringen.**

Die Möglichkeiten, sich für Menschen mit Unterstützungs- oder Pflegebedarf zu engagieren, sind sehr vielfältig. Das Regionalbüro, in Trägerschaft des Caritasverbandes für die Dekanate Dinslaken und Wesel, zeigt auf: Freiwillig Engagierte können Begegnung und Gemeinschaft fördern, Menschen im Alltag begleiten, gemeinsame Freizeitaktivitäten gestalten oder wertvolle Gesellschaft leisten. Zum Beispiel bieten Einsätze in Betreuungsgruppen, Tagespflegen oder stationären Einrichtungen zahlreiche Optionen – von individueller Einzelbegleitung über Gruppenangebote bis hin zum Mitwirken bei Ausflügen oder Festen. Darüber hinaus gibt es Engagementformen wie die Begleitung von Urlaubsreisen oder die Unterstützung in Selbsthilfegruppen. Alternativ eröffnet die Mitarbeit im Seniorenrat verschiedene Aufgabenfelder, beispielsweise die Organisation eines Gesundheitstags oder anderer öffentlichkeitswirksamer Aktionen. Um diese individuell passende Tätigkeit zu finden, fungieren Freiwilligenagenturen, -zentralen und -zentren als lokale Vermittlungsstellen. Ansprechpersonen vor Ort* finden Interessierte unter www.lagfa-nrw.de oder direkt über die jeweilige Kommune.

Sie begleiten Interessierte Schritt für Schritt in ein passgenaues Freiwilliges Engagement: **In einem persönlichen Beratungsgespräch werden Potentiale, Interessen und Wünsche der Person ermittelt.** Mögliche Rahmenbedingungen, wie zeitliche und örtliche Verfügbarkeiten, werden geklärt. Anschließend nimmt die Freiwilligenagentur Kontakt zu einer passenden Organisation auf und vermittelt bei Bedarf den Kontakt zwischen Person und Angebot. **„Wir filtern gezielt konkrete Angebote, die zu den Wünschen der Person passen, und begleiten die Kontaktaufnahme zur Organisation“**, erläutert Frau Friedrich. Anke Stark der Freiwilligenagentur KALI AKTIV der Stadt Kamp-Lintfort betont zusätzlich die Bedeutung einer fortlaufenden Evaluation und nachhaltigen Begleitung: „Nach der Vermittlung halten wir weiter Kontakt zu den Ehrenamtlichen und bleiben mit ihnen im stetigen Austausch.“



FZ FREIWILLIGEN-ZENTRALE VIERSEN

Interessierte brauchen sich keine Sorgen machen, dass sie für ein Engagement mit Menschen mit Pflegebedarf nicht geeignet sind. Die Mitarbeiter:innen in den Freiwilligenzentralen sind sich einig: Das Wichtigste für ein Ehrenamt sind Offenheit, Empathie und Freude an der Arbeit mit Menschen.

Das Regionalbüro appelliert: „Seien Sie mutig, sich für Menschen mit Unterstützungsbedarf einzusetzen und sich über Möglichkeiten des Engagements vor Ort zu informieren.“

Kontakt:

Ansprechpartner in Viersen:

Freiwilligen-Zentrale Viersen
 Claudia Derksen-Beyer
 Hauptstraße 120 – 41747 Viersen
 Tel. 0 21 62 / 81 78 714
 Mail: info@freiwilligen-zentrale-viersen.de
www.freiwilligen.zentrale-viersen.de

Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Niederrhein
 Hannah Ochmann und Pia Breulmann
 Tel.: 02064 477 11 55
 Mail: rb-niederrhein@caritas-wesel.de
www.alter-pflege-demenz-nrw.de

Tradition, Leidenschaft und Qualität rund ums Dach seit Generationen.

Mit 25 Jahren Erfahrung im Dachdeckerhandwerk und 15 Jahren Spezialisierung auf Dachbeschichtungen stehen wir für Qualität, Zuverlässigkeit und nachhaltige Lösungen rund um ihr Dach und Ihre Fassade.



Vorher: Unbehandelte Dachfläche



Nachher: Fertig beschichtet in Anthrazit

Wir nehmen uns Zeit für Ihr Anliegen und beraten Sie direkt vor Ort. Die Preise für eine Dachbeschichtung oder Sanierung richten sich nach Fläche, Neigung und Aufwand. Nach der Besichtigung erhalten Sie ein unverbindliches Angebot.

Lassen Sie Ihr Dach in neuem Glanz erstrahlen – wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

Kontaktieren Sie uns gerne per Telefon, WhatsApp oder E-Mail.



Unsere Leistungen im Überblick

- Neueindeckung von Ziegeldächern
- Flachdach- und Balkonabdichtung
- Dachdämmung für mehr Energieeffizienz
- Schieferarbeiten und Blechverkleidungen
- Einbau von Dachfenstern und Flachdachkuppeln
- Dachreinigung und Dachbeschichtung
- Solarpanelreinigung für maximale Energieeffizienz
- Drohneninspektionen für eine präzise Schadensanalyse
- Sturm- und Hagelschaden-Beseitigung
- Mauerwerk-Trockenlegung

Gruppe	Ansprechpartner/in	Kontakt
Doppelkopf	Albertz, Elsbeth	0151 / 28 89 38 12
Skat	Syben, Werner-Paul	0160 / 2171944
Canasta	Westerschulte, Hannemarie	0172 / 2 63 80 48
Digitale Fotografie	Argus, Manfred	02162 / 2 03 94
Computer	Schroeder, Helmut	02162 / 35 00 15
Smartphone	Krause, Karl-Heinz	0175 / 9 32 55 29
Yoga	Ciernioch, Brigitte	02162 / 141 80
Meditation	Mainz, Manfred	02162 / 35 29 65
Niederländisch	Esser, Truus	02162 / 91 43 91
Englisch	Fenner, Herr	0176 / 66 65 70 05
Französisch	Odenthal, Dr. Werner	02162 / 20 505
Spanisch, Gruppenname „Flamenco“	Jansen, Norbert	0151 / 421 916 24
Vierscher Platt	Henk, Bernd	02162 / 35 12 16
Mittwochsradler, Radfahren 30-50 KM	Schlüter, Christa & Schmoll, Bernd	02162 / 8 90 29 20 0152 / 34 35 5 222
Radwandern + Meditation	Mainz, Manfred	02162 / 35 29 65
Wandern 2-3 Std.	Rennertz, Christiane	02162 / 10 25 69 4
Wandern 2-4 Std.	Renate Strerath-Wilbertz	02162 / 299 36
Walking Team 1	Voßen, Rosi	02162 / 2 46 82
Nordic walking 2	Justen, Dieter	02162 / 1 66 88
Wandern bis 4 Stunden	Schneider, Reinhold	02162 / 260 21
Heimattwandern	Rogoll, Doris	02162 / 10 66 60 8
Kegeln, Spätlese	Monschang, Raimund	0151 / 12 30 64 73
Kegeln – Genial daneben 0916	Hover, Hans	02162 / 2 37 23
Boule	Schneckenberg, Hermann	02162 / 1 42 82*
Internationaler Tanz	Siemes, Christa	02162 / 3 25 21*
Kreatives Gestalten	Neber, Margarete	02162 / 2 00 12*
Strickcafe	Plum, Claudia	0160 / 93 23 85 55
Töpfern	Rennen, Monika	02162 / 2 06 24
Aquarellmalen, Aquarellzeichnen	Ramakers, Sabine	02162 / 1 66 63*
Aquarell und Maltechniken	Plum, Claudia	0160 / 93 23 85 55
Altenheimbewohnern helfen	Genenger, Ursula	02162 / 2 54 89
Repaircafe	Gillissen, Willi	02162 / 2 93 40
Stammtisch	Leonards, Anne	02162 / 12364
Ausstellungen/ Museen 1	Siebert-Hüsken, Ursula	02162 / 1 87 55
Sprecherrat	Kröger-Tiemann, Heide Siebert-Hüsken, Ursula Lammertz, Beate Plum, Claudia Grab, Lilli Nazemi-Bogda, Manuela	 02162 / 1 87 55 b-lammertz@web.de 0160 / 93 23 85 55 02162 / 255 88 02162 / 9 38 93-560
Redaktion	Lammertz, Beate Siebert-Hüsken, Ursula Leonards, Anne	b-lammertz@web.de 02162 / 1 87 55 02162 / 12364



Fahrradtour nach Venray

Da ich immer auf der Suche nach interessanten Fahrradtouren bin, hat mich ein Artikel in der Herbst-Winterausrüstung von Miteinander-Füreinander dazu angeregt, den Saint Odapark in Venray zu besuchen.

Ich setzte mich umgehend an meinen PC um herauszufinden, wie viele Kilometer Venray von Viersen entfernt ist. Gerne möchte ich eine Fahrradtour dorthin machen. Die Hin- und Rücktour wäre 113 km lang und würde 6 ¼ Std. dauern.

Für unsere Fahrradgruppe, selbst für eine Tages-tour im Frühjahr, zu lang. Schließlich müssten auch noch Pausen unterwegs

geplant werden, und den Park möchte man natürlich auch gerne besichtigen. Das war schließlich der Grund für diese Idee.

Folglich habe ich überlegt, die Tour alleine zu fahren und bis Venlo den Zug zu nehmen. Damit wären schon mal gute 20 km und eine gute Stunde eingespart.

Da die Hin- und Rücktour über Venlo führt, wäre zu überlegen, ob ich den Rückweg genauso plane.

Um Zeit und Kilometer zu sparen, bietet es sich an, die Rücktour mit dem Zug über Venlo zu nehmen. Das würde 40 Kilometer und 2 Stunden sparen. Diese Zeit könnte dann für Pausen genutzt werden.

Ich werde die Idee mal in der Gruppe der Mittwochsfahrer ansprechen und se-

hen, wie sie ankommt.

Wir fahren, wie der Name schon sagt, mittwochs um 13 Uhr ab Remigiuskirche, machen Touren zwischen 30 und ca. 50 km, sowie zwei Tagestouren bis ca. 90 km.

Für mich steht fest, dass ich diese Tour im Frühjahr oder Sommer in jedem Fall machen werde.

C.S.



Unser Stammtisch

Kaum zu glauben: Unseren Stammtisch gibt es nun schon fast ein Jahr!

Wir sind insgesamt zehn alleinstehende Frauen - wobei selten alle gleichzeitig auftauchen. Aber genau das macht es spannend: Bei jedem Treffen gibt es neue Geschichten zu er-

zählen.

Bevor Sie jetzt denken, wir wären eine reine Frauenbastion: Zwei Männer haben sich uns kurzfristig angeschlossen! Leider sind sie nicht geblieben - vielleicht waren es einfach nicht ihre Themen.

Unser fester Termin, an dem wir uns treffen, ist jeden dritten Freitag im Monat um 17 Uhr im Café Melin Hauptstraße 123 in Viersen.

Und weil wir im Sommer gerne draußen sitzen, starten wir ab Mai für die Sommermonate bis September um 18 Uhr im Rossini Hauptstraße 34 in Viersen.

Obwohl wir uns schon fast ein Jahr treffen, sind wir immer noch in der Kennenlernphase.



Bestattungshaus

Weuthen

Ihr Partner im Trauerfall

Als traditionelles Bestattungsunternehmen in Viersen verfügen wir über Kompetenz und langjährige Erfahrung. Persönliche Betreuung wird bei uns großgeschrieben.

- Durchführung aller Bestattungsarten
- Erledigung aller Formalitäten
- Eigene Sargausstellung
- Eigene Verabschiedungsräume
- Beratung zur Bestattungsvorsorge
- Mitglied im Deutschen Bestatterverbands
- Partner der deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG

41747 Viersen, Remigiusplatz 3, Telefon 02162- 23434, www.bestattungen-weuthen.de

Gelacht wird bei jedem Treffen und der Gesprächsstoff geht uns auch nie aus. Unser Plan: Wir wollen mehr sein, als nur eine Gruppe beim Plausch am Kaffeetisch.

Vielleicht mal kleine Hilfen im Alltag, gemeinsame Ausflüge, oder ins Theater, ins Kino und vieles mehr. Alles, was man alleine nicht machen würde.

Die Ideen sind da, jetzt müssen wir sie nur noch in die Tat umsetzen.

Rom wurde schließlich auch nicht an einem Tag erbaut!

Sie haben Lust auf nette Gesellschaft, gute Gespräche und das ein oder andere Lachen? Dann schauen Sie doch einfach mal rein - wir freuen uns über jedes neue Gesicht!

Anne Leonards



Weihnachtsessen von Sprecherinnenrat und MGH

Der Sprecherinnenrat und das Mehrgenerationshaus hatten die Idee nachzufragen, ob Interesse an einem Weihnachtsessen am 22.12.25 besteht. Ca. 20 Leute konnten gegen einen kleinen Obolus bewirtet werden, und das Interesse war da!

Das Menü wurde zusammengestellt und die Arbeiten im Vorfeld verteilt. So konnten wir starten. Es flogen die WhatsApp-Nachrichten mit Auszügen zum Einkaufszettel hin und her. Am Morgen des 22.12. ging es dann erst mal zum Einkaufen. Es war die Hölle. 20 Minuten Parkplatzsuche und dann das Gedränge im Großmarkt in Mönchengladbach.

Als das endlich geschafft und alles im Kofferraum verstaut war, ging es zurück nach Viersen und als alle Einkäufe rein getragen waren, machte jede von uns sich an ihre Arbeit. Das war ein Schnibbeln, Schneiden, Braten und Kochen.

Die Zeit lief uns fast weg, denn die Küche war nicht so einsatzbereit und ausgestattet, wie erhofft. Nun noch schnell die Tische vorbereiten und eindecken. Oje, jetzt sind die Gäste schon da. Viel zu früh! Und sie klopfen schon ans Fenster!

Aber um 18.00 Uhr, wie erhofft, war alles fertig und es konnte losgehen. Unser Essen kam sehr gut an, und unser Vorsatz zu kochen wie unsere Mütter, wurde mehrfach lobend bestätigt.

Dann ging es an die Aufräumarbeiten, denn wir

mussten alles so hinterlassen, wie vorgefunden. Und das mit einer Spülmaschine, die ihre eigene Vorstellung auslebte! So wurde sie wieder ausgeräumt und alles von Hand gespült.



Ruck zuck waren 12 Stunden um und um 22.30 Uhr hatten dann auch die Damen vom Sprecherinnenrat Frau Plum, Frau Grab, und meine Person, sowie Frau Nazemi-Bogda, für Sprecherinnenrat und MGH, müde, aber froh, Feierabend.

Beate Lammertz



Imkervortrag

Am 10. April wurde im Bistro der CARITAS Viersen ein Experte begrüßt, der den Zuhörenden einen interessanten Einblick in die faszinierende Welt der Bienen gab.

Herr Krahn ist nicht nur Imker, sondern auch ein Hobbyist mit dem Ziel, die Natur zu bewahren und ein Hüter der wichtigen Bestäuber zu sein.

Er vermittelte die Bedeutung der Bienenhaltung, in dem er einen Einblick in ihr Leben und ihre Arbeit gab. Ferner gab er den Anwesenden einige wichtige Tipps, wie sie selber Bienen unterstützen können und machte die grundlegenden Regeln des Bienenschutzes noch einmal deutlich.



Zum Ausklang reichte Herr Krahn noch Kostproben: Brot mit Honig direkt vom Imker. Das war gleichzeitig auch noch eine Gelegenheit zum geselligen Austausch.

Uschi Siebert-Hüsken

DIE SKAT-GRUPPE SUCHT NEUE MITGLIEDER.



Syben, Werner-Paul
0160 / 2171944



Ein sehr altes Bild

Die grüne Landschaft liegt im Sonnenschein
Schilf und Rohr möchten kühlend an ihrer Seite sein
Wundersam spielt das Knäblein Sündelos
Auf Mama Jungfraus einladendem Schoß
Und dort am Weinberg wonnesam
Grünet schon des Kreuzes Stamm.

Edy Möry



Zusammen anpacken.

Gemeinsam geht Großes.

Eine starke Gemeinschaft kümmert sich um alle ihre Mitglieder – damit sie auch stark bleibt. Darum unterstützt die Sparkassen-Finanzgruppe gemeinnützige Vorhaben im Sozial- und Bildungsbereich. Mehr auf [sparkasse.de/mehralsgeld](https://www.sparkasse.de/mehralsgeld)

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Krefeld**

Mein Gott, es ist nur ein Vogel!

Mit einem lauten „Klong“ flog ich gegen die Scheibe und fiel zu Boden. Es war die Scheibe eines Bürofensters. Die Frau, die mit dem Rücken dazu saß und telefonierte, drehte sich erschrocken um. Als sie das Telefonat beendet hatte, öffnete sie das Fenster und sah mich auf dem Rücken liegen. Sie dachte, ich sei tot.

„Oh nein!“, entfuhr es ihr. „Du armes Vögelchen!“ Dann sah sie, dass meine Brust sich hob und senkte. Ein weiteres Telefonat erforderte ihre Aufmerksamkeit, aber das Fenster ließ sie offen. Nach dem Telefonat hatte ich mich in eine sitzende Position gebracht, rührte mich aber nicht weiter. Ich war sehr benommen.

Vor dem Fenster war ein Flachdach mit Kieselsteinen, und so kletterte die Frau zu mir nach draußen. Sie hockte sich hin und fuhr mit einem Finger ganz vorsichtig über mein Gefieder. „Was mach ich denn jetzt mit dir?“, fragte sie. „Bist du verletzt?“ Ich wusste es nicht. Sie streichelte mich weiter, das tat gut. „Wenn mich jetzt jemand hier oben auf dem Dach hocken sieht, halten die mich alle für bescheuert“, murmelte sie. Das Telefon klingelte erneut. Die Frau stieg ins Büro, doch es schien eine Freundin zu sein, denn die Frau erzählte meine Geschichte.

„Was mach ich denn nun? Ich kann ihn doch nicht einfach da sitzen lassen, wenn er verletzt ist!“ Offenbar wollte die Frau mir unbedingt helfen. „Mein Gott, es ist doch nur ein Vogel!“, tönte es durch die Leitung. Ich sah den angewiderten und wütenden Gesichtsausdruck der Frau. Nur ein Vogel... Das war das erste Mal, dass sie sich fragte, ob sie mit so jemandem wirklich befreundet sein wollte.

Später kam sie wieder heraus zu mir, redete leise mit mir und streichelte mein Gefieder. „Nur ein Vogel, hast Du das gehört? Dieses blöde Weib! Tier ist Tier, das macht doch keinen Unterschied!“

Immer wieder zwischen der Arbeit stieg die Frau zu mir aufs Dach und kümmerte sich um mich, doch auf einmal war ich weg! Die Benommenheit war gewichen, und ich fühlte mich wieder gut. So flog ich nach einem letzten Blick auf die Frau davon. Und wie war sie glücklich, als sie sah, dass mein Platz leer war und ich doch wieder fliegen konnte!

Jack Schneider

VITA - Viersener Taschengeldbörse startet in die Gartensaison

Die Temperaturen steigen und die Tage werden länger. Die ersten Sonnenstrahlen fallen und holen den Garten aus seinem Winterschlaf. Nach der kalten Jahreszeit ist die Nachfrage nach Unterstützung im Garten enorm, denn es gibt viel zu tun, um den Garten auf die Saison vorzubereiten und durch den Sommer zu bringen. Laubarbeiten, Unkraut jäten, Heckenschnitt oder Rasenmähen sind nur einige der vielen Tätigkeiten. Älteren Menschen fällt die Gartenarbeit mit zunehmendem Alter immer schwerer und sie wünschen sich gelegentlich eine helfende Hand. Hier kann die VITA, die Viersener Taschengeldbörse, die ein Projekt des Mehrgenerationenhauses der Caritas Viersen ist, weiterhelfen. Bereits seit über 10 Jahren vermittelt die VITA Jugendliche, im Alter von 14 bis 17 Jahren, für kleine, ungefährliche Jobs an Seniorinnen und Senioren. Es handelt sich dabei um ein soziales Projekt, das Miteinander von Jung und Alt zu fördern und dient als Brücke zwischen den Generationen.

Die VITA vermittelt seit über 10 Jahren engagierte Jugendliche an Menschen, die für ein kleines Taschengeld von zur Zeit 9 Euro, Unterstützung im Alltag wünschen.

Dabei entwickeln die Jugendlichen soziale Kompetenzen und Fähigkeiten und die persönliche Begegnung kann bei den Jobgebern, neben der Erledigung der Aufgaben, der Einsamkeit im Alter entgegenwirken. Neben den aktuell anstehenden Arbeiten rund um Haus und Garten werden auch weitere Hilfen z.B. beim Einkaufen, Hund ausführen, Einrichten des neuen Handys, Spazierengehen, Kartenspielen, Vorlesen oder Sperrmüll raus stellen, angeboten.

Kurz alles, wofür Handwerker und Dienstleister wegen des geringen Umfangs in der Regel nicht zur Verfügung stehen. Die kostenlose Vermittlung findet dienstags in der Zeit von 15.00 bis 17.00 Uhr im Büroraum der VITA, im Gebäude der Caritas Viersen statt. Nach einem schriftlichen Antrag und einem persönlichen Informationsgespräch erfolgt die Aufnahme der Seniorinnen und Senioren, sowie der Schülerinnen und Schüler in der Vermittlungsdatei. Danach werden alle Vermittlungswünsche und Anfragen in der Regel telefonisch gestellt und bearbeitet.

Nähere Informationen zu diesem Angebot bei der vita@caritas-viersen.de, Tel. 02162-93893-583 oder manuela.nazemi@caritas-viersen.de

NEW'



Gemeinsam mit Leidenschaft.

Die NEW ist eng mit der Region verbunden und ist seit vielen Jahren als Sponsor aktiv. Egal ob Sport, Brauchtum, Kunst & Kultur, Bildung oder Soziales: das Wir-Gefühl wird gestärkt.

new.de/sponsoring



Die Vermüllung
der Innenstadt



Mit dem Thema bleibe ich in Viersen, obwohl viele Städte mit diesem Problem zu kämpfen haben. Die Frage stellt sich, woran es liegt.

Sehr einfach wäre es, behaupten zu können, dass zu wenige Müllentsorgungsmöglichkeiten im städtischen Gebiet sind. Nach meiner Beobachtung ist es das aber nicht. Genügend Müllbehälter stehen oder hängen nicht nur irgendwo, sondern in regelmäßigen Abständen. Trotzdem werfen einige Menschen ihren Müll einfach auf die Straße und ignorieren den absonderlichen Eindruck, den sie dadurch hinterlassen.



Dass die Stadt mit der Reinigung der dadurch entstehenden Halden nicht hinterher kommt, mag möglich sein, ist für meine Begriffe aber nicht das eigentliche Problem. Hier geht es um Bildung und Aufklärung.

Die Menschen sollten über die Bedeutung der Sauberkeit und die negativen Auswirkungen der Vermüllung aufgeklärt werden. Reicht das nicht aus, sehe ich kaum eine andere Möglichkeit als Strafen einzuführen, die davon abhalten, die Stadt und Umgebung mit ihren Abfällen zu verunreinigen.

Uschi Siebert-Hüsken



Was Oma und Opa noch wussten

Heute geht es um das Thema Tulpen!

Es gibt sie in wunderschönen Sorten und Farben. Sobald sie in der Blumenvase stehen, wollen sie wachsen. Manchmal ist das gewollt, aber in gebundenen Sträußen sieht das manchmal etwas komisch aus.

Vorweg: Tulpen brauchen nur ca. 2 Zentimeter Wasser in der Vase, sonst saugen sie sich zu voll, wachsen sehr schnell und lassen dann die Köpfe hängen. Wenn das dann doch passiert ist, werden die Tulpen wieder gerade, wenn sie eine Nacht, in Zeitungspapier gewickelt, schlafen gehen dürfen.

Damit die tollen Frühblüher gar nicht erst im Gebinde wachsen, kann der Stängel, direkt unterhalb der Blüte, mit einem Messer etwas eingeritzt werden. So präpariert wenden sich die Köpfchen zwar zum Licht, bleiben aber in der gewünschten Länge.

Viel Spaß beim Ausprobieren!

Beate Lammertz



August **Nilles**
Bestattungshaus in Familienbesitz seit 1911

- Fachgeprüfte und ausgebildete Bestatter
- Persönliche Beratung und Hilfe im Trauerfall
- Erledigung aller Formalitäten
- Hauseigene Druckerei
- Sarg-, Urnen- und Bestattungswäsche Ausstellung
- Grabkreuze, Grabvasen, Grablampen, Grabkerzen
- Kostenlose Beratung zur Bestattungsvorsorge & zu den verschiedenen finanziellen Absicherungsmöglichkeiten
- Mitglied im Fachverband Deutsche Bestatter e.V.
- Partner der Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG
- zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008
- 24-Stunden-Rufbereitschaft



Gladbacher Straße 12 - 14 • 41747 Viersen
Telefon: 02162 265999 • 02162 55613
nilles@august-nilles.de • www.august-nilles.de

Nachfolger von **Beckers**
Bestattungshaus

Seit fünf Generationen sind wir ein traditionsreiches und familiengeführtes Unternehmen. Wir begleiten Menschen in Zeiten der Trauer und des Abschieds mit persönlicher, einfühlsamer und fachkundiger Beratung sowie verlässlicher Unterstützung.

Mit einer Bestattungsvorsorge haben Sie die Möglichkeit, Ihre eigene Bestattung bereits zu Lebzeiten nach Ihren Wünschen festzulegen und individuell zu gestalten. Gleichzeitig können Sie dafür sorgen, dass die Bestattungskosten finanziell abgesichert sind. So entlasten Sie Ihre Angehörigen im Trauerfall, sowohl organisatorisch als auch finanziell und schaffen Klarheit und Sicherheit über Ihre Vorstellungen. Gerne stehen wir Ihnen für ein unverbindliches und kostenloses Beratungsgespräch zur Verfügung. Vereinbaren Sie einfach einen Termin – wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen und beraten Sie umfassend und persönlich.



Herausgeber:

Caritasverband für die Region Kempen-Viersen e.V.
Heierstraße 17, 41747 Viersen

Anschrift Redaktion:

Redaktion miteinander-füreinander, Heierstraße 17,
41747 Viersen, Mail: redaktion@viersen-miteinander.de

Homepage: www.viersen-miteinander.de

Redaktion: Beate Lammertz, Anneliese Leonards,
Ursula Siebert-Hüsken

Weitere Autor*innen dieser Ausgabe:

Beatrix Wolters, Lisa Davidson, Jack Schneider, Anne
Gottschlich, C.S., Ernährungsrat Kreis Viersen, H.W.,
Brigitte Schneider, Claudia Derksen-Beyer,
Hans Josef Lammertz, W.H.,

Titelfoto: Förderverein Festhalle

Layout: Susanne Polzin

Druck: Schubert Druck, Hochstraße 68, 41749 Viersen

Auflage: 2.000

”miteinander-füreinander” erscheint halbjährlich im
Mai und November. Redaktionsschluss für die nächste
Ausgabe ist Oktober.

Die Redaktion behält sich vor, Beiträge und Leserbriefe
sinnwährend zu kürzen.

Unsere Zeitung erhalten Sie unter anderem hier:

Adler Apotheke, Albert Vigoleis-Thelen Stadtbibliothek,
Caritas Mehrgenerationshaus, Delphin Apotheke,
Stadthaus Rathausmarkt Infothek

NACHLESE

Liebe Viersener*innen.

Das war`s dann leider schon.....

....aber nur für diese Ausgabe.

Hat Ihnen unsere „kleine Auszeit“ gefallen?

Werden Sie ein paar Tipps und Anregungen umsetzen?

Vielleicht eine nette Tour machen, oder ein völlig

neues Rezept probieren? Schreiben Sie uns doch Ihre
Erfahrungen!

Sepp Herberger sagte damals: „Nach dem Spiel ist vor
dem Spiel“. Und genau so denken wir auch.

Deshalb sind wir jetzt schon wieder fleißig auf der Suche
nach neuen Ideen, Interessantem und Wissenswertem,
was Sie, liebe Leserinnen und Leser interessieren könnte.

Ich muss jetzt leider weg, hab einen Termin zur Recherche
für einen tollen Artikel für die nächste Ausgabe.

Bis dahin, tschüss und bleiben Sie gesund.

Beate Lammertz

Ein großes

Dankeschön

an unsere Sponsoren, die es
uns ermöglichen die vorliegende
Zeitung erstellen zu lassen.

Ihre Redaktion
miteinander-füreinander.

Boule spielen, fotografieren,
iPad-Treff, Kartenspielen,
Meditation, Museumsbesuche,
Radfahren, Sprachen lernen,
tanzen, töpfern, Vierscher Platt,
Videobearbeitung, wandern,
und, und, und ...

Viersen miteinander - füreinander.



**Unsere Kunden sind
unsere Nachbarn und
so beraten wir sie auch.**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Genossenschaftliche Finanzberatung heißt: erst zuhören und dann beraten. Und das machen wir transparent und ehrlich, denn für uns sind Kunden keine anonymen Nummern, sondern Menschen, denen wir auch in 20 Jahren noch in die Augen schauen wollen.

**Volksbank
Viersen eG**

