

# Älterwerden

**in TönisVorst**



Foto: Elke Schwetlik

*Informationen - Berichte - Termine - Wissenswertes*



**Alter-nativen**  
Seniorenbüro Tönisvorst e.V.



**VR ImmoFlex**  
Immobilienvermögen  
nutzbar machen –  
ohne Teilverkauf

# Clever investieren und das Zuhause bewahren.

**Morgen  
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

In neue Werte investieren, energetisch sanieren und mehr Rente zur Verfügung haben – im Alter lassen Wünsche nicht nach. Wenn Ihr Vermögen in Ihrer Immobilie steckt, haben wir die clevere Lösung.

**Sie bleiben zu 100 % Eigentümer (kein Teilverkauf).  
Flexible Auszahlung: Einmalbetrag oder monatliche Rente.  
Auf Wunsch zahlen Sie nur die Zinsen.**

[vbkrefeld.de/immoflex](http://vbkrefeld.de/immoflex)



Jetzt informieren!

# Inhaltsverzeichnis

Grußwort	3
Strandbad Tacksee	4
Leckere Desserts	6
Richtigstellung	7
Wechsel	7
Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung	8
Alles wird teurer	9
Alles nur noch digital?	10
Was von gestern übrig blieb	11
Die Schlossgärten von Arcen	12
Majoran	13
Det on dat on anger Denge	14
Unsere Hilfsbörse, der Besuchsdienst	16
Das Angebot der Zukunftswerkstatt	17
Wöchentliche Veranstaltungen	18
Wir wandern wieder!	19
Veranstaltungen im Café	20
Treffpunkt Alte Post	24
Adressen für Senioren	27
In eigener Sache	31
Impressum	31



## Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung war angeregt worden, den Namen unseres Vereins aus bestimmten Gründen zu ändern.

In einer außerordentlichen Mitgliederversammlung am 28.08.2024 hat eine  $\frac{3}{4}$  Mehrheit der anwesenden Mitglieder beschlossen, das Wort „Alter-nativen“ aus dem Namen zu streichen und durch „Treffpunkt“ zu ersetzen.

In der vorausgehenden Diskussion wurde deutlich, dass eine Vielzahl der Mitglieder sich durch das Wort „Alter-nativen“ zu sehr in die Nähe der AfD gerückt fühlt und sich auch im Alltag mit Unverständnis im Bekanntenkreis konfrontiert sieht und nicht immer wieder erklären will, dass man trotz der Namensgleichheit damit nichts zu tun habe.

Der Vorstand hat umgehend die erforderliche Satzungsänderung und die weiteren, damit verbundenen Veränderungen in Angriff genommen. Die Namensänderung wird wirksam, wenn die geänderte Satzung genehmigt ist. Das kann einige Monate dauern.

Bis dahin begrüßen wir Sie auch weiterhin gerne im Café der „Alter-nativen“.

In diesem Sinne mit besten Grüßen

Ihr

Peter Pliester



Pastorswall 11  
47918 Tönisvorst

Telefon: 02151-994865  
E-Mail: [info@seniorenbuero-tv.de](mailto:info@seniorenbuero-tv.de)  
[www.seniorenbuero-tv.de](http://www.seniorenbuero-tv.de)

## Strandbad Tacksee

von unserem Gastautor Thomas Börger

Nur die Älteren erinnern sich noch daran, was sich einst auf der Fläche des Gewerbegebiet Tacksee und anstelle des Globus befand. Für die jüngeren Bürgerinnen und Bürger von Tönisvorst ist kaum vorstellbar, dass sich hier früher ein idyllisches Naherholungsgebiet befand – Das Strandbad Tacksee.

Bevor das Gebiet zum Paradies für Badende wurde, nutzten die umliegenden Orte es lange Zeit zum Abbau von Lehm und Kies für die Region. So entstand der Name Lehmheide, den die Fläche bis in das Jahr 1610 trug. Ein kurioser Verwaltungsstreit zwischen der Stadt Krefeld und dem Amt Kempen sorgte für eine Namensänderung. Aus der Lehmheide wurde fortan die Tackheide (Tack = altdeutsch für Streit).

Bis in die Mitte der 1920er Jahre wurden an der Tackheide Ziegel durch die Firma Schlungs



gebrannt. Kies und Lehm stammten aus der direkt neben dem Werk gelegenen Wassergrube, der Schlungs Kull (Kull = altdeutsch für Grube). Schon früh im 20. Jahrhundert fand die „Kull“ auch anderweitige Verwendung. Um 1905 fand darin, umringt von vielen Zuschauern, ein Wasserballspiel statt. Zu Gast war der Crefelder Schwimmverein Neptun.



Nach Aufgabe des Geschäftsbetriebs der Ziegel Schlungs und des Verkaufs der Fläche an die Gemeinden St. Tönis und Vorst sollte das Areal genutzt werden, um einen Naherholungsbereich für die Bürgerinnen und Bürger beider Gemeinden zu schaffen. Im Juli 1926 erfolgte auf Beschluss des Gemeinderates die Umwidmung des ehemaligen Baggerlochs in eine Schwimmanlage. 40 Erwerbslose wurden angeheuert, um in kürzester Zeit aus der Kull ein vorzeigbares Freibad zu gestalten.

Quelle der historischen Bilder: Heimatbund St. Tönis 1952 e.V.

Am 19. Mai 1927 war es dann endlich soweit. Das Strandbad Tacksee öffnete erstmals seine Tore und viele Gäste strömten dem Badespaß entgegen. Entsprechend der Badesitten der Weimarer Republik, gab es für Männer und Frauen unterschiedliche Badezeiten. Einige Jahre später verlief eine große Bretterwand durch den See, um die Trennung der Geschlechter zu garantieren. Zeitzeugen berichteten jedoch, dass sie unter der Wand hindurch getaucht seien, um mit den badenden Frauen ins Gespräch zu kommen.

Der Badespaß währte jedoch nicht lang. Als 1943 ein mit Bomben beladenes britisches Flugzeug durch die deutsche Luftabwehr über der Stadt abgeschossen wurde, stürzte es über der Tackheide ab. Die Explosion verursachte erhebliche Schäden am Strandbad. In den Wirren der Endphase des zweiten Weltkrieges wurde das Bad nicht wieder aufgebaut und der Betrieb schließlich eingestellt.

Doch selbst ein Zaun und gelegentliche Besuche der hiesigen Polizei konnten die Bewohner der Gemeinden nicht davon abhalten, weiterhin in ihrer „Schlungs Kull“, wie das Bad über all die Zeit



liebepoll genannt wurde, zu baden. Wildes Baden war bis weit in die 1960er angesagt. Viele von Ihnen werden sich sicher an den ein oder anderen schönen Sommerabend dort erinnern, an die erste Feier ohne Eltern oder gar den ersten Kuss.

Heute ist von all dem nichts mehr übrig. Allein die Vorster Straße erinnert an den alten Zaunverlauf und kaum einer kann sich vorstellen, dass sich einst unter der versiegelten Fläche eine bewegte Geschichte und das einzige Freibad unserer Stadtgeschichte befand.



Foto von Thomas Börger

Unser Gastautor:  
**Thomas Börger**

1992 geboren, aufgewachsen in Tönisvorst. Studium der Geschichte an der Universität Siegen mit Spezialgebiet Römische Antike. Wer mehr über die Geschichte des Niederrheins erfahren will, findet spannende Anekdoten und schöne Geschichten auf Instagram und Facebook unter „Niederrhein Damals“.

# Leckere Desserts

zur Advents- und Weihnachtszeit

## Bratapfel-Tiramisu

### Zutaten:

250 g Löffelbiskuits  
250 g Sahnequark  
250 g Mascarpone  
100 g brauner Zucker  
200 ml kalter Espresso  
1 TL Zimt  
1 TL Kakaopulver  
2 EL Puderzucker  
1 EL Butter

### Zubereitung:

Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden. In einer Pfanne mit der Butter anbraten, den braunen Zucker zufügen und mit etwas Wasser oder Weißwein weich dünsten. Dann erkalten lassen.

Eine Auflaufform mit den Löffelbiskuits auslegen und mit dem Espresso tränken. Dann zuerst die Äpfel darauf verteilen und dann die mit Puderzucker verrührte Mascarpone/ Quarkmasse ein schichten. Zuletzt den Kakao darüber sieben. Einige Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen.



Bild KI generiert von T-Anweiler mit ideogram.ai

## Weihnachtseis

### Zutaten:

1 Dose gezuckerte Kondensmilch,  
z.B. von Milchmädchen  
400 g Sahne  
100 g Spekulatius  
100 g Zartbitter Schokolade  
1 Prise Zimt

### Zubereitung:

Die Sahne schlagen und mit der Kondensmilch verrühren. Die Schokolade klein hacken und den Spekulatius zerbröseln. Beides vorsichtig unter die Sahnemischung heben. Eine kleine Springform mit Klarsichtfolie auslegen und alles behutsam hinein füllen. In der Gefriertruhe für mindestens einen Tag fest werden lassen. (RP)

## Richtigstellung

(PP) In der letzten Ausgabe dieser Zeitung hat sich in den Artikel „Die Zukunft der Gesundheitsversorgung in Tönisvorst“ von unserer Gastautorin Frau Dr. Gabriele Köwing leider ein Druckfehler eingeschlichen.

Auf Seite 5 in der linken Spalte muss es im dritten Absatz richtig heißen:

*„In Deutschland gab es Ende 2022 pro 100.000 Einwohner 21,4 Apotheken.“*

Für dieses Versehen entschuldigen wir uns.

## Wechsel im Vorstand unseres Vereins



(PP) Über 15 Jahre lang hat Ingrid Lünger im Vorstand unseres Vereins das Amt der Kassiererin bekleidet. Im Laufe dieser langen Zeit hat es sich zwangsläufig ergeben, dass

sie auch andere Aufgaben dazu übernommen hat, die mit der eigentlichen Tätigkeit als Kassiererin nichts zu tun hatten. Sie hat immer zugepackt und stand jederzeit für unterschiedlichste Aufgaben zur Verfügung, bei denen ihr Mann „Schorsch“ sie häufig tatkräftig unterstützt hat. Jetzt hat sie sich dazu entschlossen, etwas kürzer zu treten. In unserer letzten Jahreshauptversammlung ist sie nicht mehr zur Wahl als Kassiererin angetreten. Die Versammlung hat sie mit dem Dank für ihre jahrelange Tätigkeit verabschiedet.

*Wir wünschen ihr und ihren Lieben alles Gute für die Zukunft.*



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

## DRK-Seniorenreisen

- **Deutschland-Reisen**
- **Flugreisen**
- **Tagesfahrten**

*Reisen Sie sorglos -  
wir reisen mit Ihnen!*

**DRK-Kreisverband Viersen e.V.**

Telefon 02162 9303-0

E-Mail [service@drk-kv-viersen.de](mailto:service@drk-kv-viersen.de)

[www.drk-kv-viersen.de](http://www.drk-kv-viersen.de)

# Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

## Teil III Patientenverfügung (2)

(PP) Im letzten Beitrag wurde beispielhaft aufgezählt, welche Verfügungen Sie im Rahmen einer Patientenverfügung treffen können, damit Sie gemäß Ihren Vorstellungen im Falle eines Falles versorgt werden.

Darüber hinaus können Sie bestimmen, ob Sie einer Wiederbelebung, künstlicher Beatmung, Dialyse o.ä. zustimmen.

Sollten Sie nicht im Besitz eines Organspendeausweises sein, können Sie in Ihrer Patientenverfügung bestimmen, ob Sie ggf. einer Organspende zustimmen oder nicht.

Sie können in Ihrer Patientenverfügung eine Aussage darüber treffen, ob Sie vielleicht zu Hause oder in einem Hospiz sterben möchten. Diese Wünsche können Sie äußern; ob sie später tatsächlich realisiert werden können, hängt von den Umständen im Einzelfall ab.

Mit der Aufstellung einer derartigen Patientenverfügung allein ist es allerdings noch nicht getan. Wichtig ist ja noch die Frage, wer denn diese Verfügung präsentieren und ggf. gegenüber Ärzten und Krankenhäusern durchsetzen soll.

Zunächst einmal ist dazu zu bemerken, dass Ehegatten auch ohne Patientenverfügung für die Dauer eines halben Jahres im Rahmen des sog. Notvertretungsrechts die Rechte von Patientinnen und Patienten vertreten dürfen. Gibt es keinen Ehegatten oder ist das halbe Jahr vorbei, ist eine Vertretung nicht möglich. Hier wird die Notwendigkeit einer Patientenverfügung deutlich.

Die Person, die Ihre Patientenverfügung präsentieren soll und damit Ihre Wünsche und Rechte gegenüber Ihren Behandlern durchsetzen soll, sollte natürlich eine Person Ihres absoluten Vertrauens sein, zum Beispiel Ehegatte, Kinder oder (sehr) gute Freunde. Außerdem sollte eine „Ersatzperson“ benannt werden für den Fall, dass der benannte Beistand nicht in der Lage sein sollte, seine Aufgaben zu erfüllen. Diese Personen sind in der Patientenverfügung ausdrücklich zu benennen. Sie sollten auch durch ihre Unterschrift ihr Einverständnis bekunden.

Sofern Sie diese Patientenverfügung mit einem Arzt Ihres Vertrauens vorbesprochen haben, sollten Sie dies ebenfalls festhalten.

Wenn Sie noch weitere Verfügungen erlassen haben (Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung), verweisen Sie bitte unbedingt auf diese Verfügungen.

Abschließend sollte Ihre Patientenverfügung unbedingt die Entbindung des medizinischen Personals von der Schweigepflicht gegenüber den von Ihnen benannten Personen beinhalten. Nur so kann sichergestellt werden, dass sie auch die Auskünfte erhalten, die für die Vertretung Ihrer Interessen erforderlich sind.



# Alles wird teurer

– leider auch bei uns

(PP) Wir alle merken es beim täglichen Einkauf: alles ist teurer geworden, auch Lebensmittel. Diese Teuerung hat natürlich auch vor unserem Café nicht Halt gemacht.



Bild von Anja Cocoparisienne auf Pixabay

Dazu kommt in unserem speziellen Fall, dass wir im Jahre 2024 nicht mehr unter die „Kleinunternehmer-Regelung“ fallen und daher Mehrwertsteuer erheben müssen. Es sind zwar für Lebensmittel „nur“ sieben Prozent, die sich aber dennoch auswirken.

Natürlich wollen wir Ihnen unser Frühstück, den Kuchen und die Getränke auch weiterhin in der gewohnten Qualität anbieten. Daher sehen wir uns leider gezwungen, ab dem 01.10.2024 unsere Preise im Café anzuheben. Die neuen Preise für Frühstück finden Sie auf Seite 21 in diesem Heft. Die anderen Preise entnehmen Sie bitte unseren Preis-listen im Café.

*Wir hoffen, dass Sie uns trotz der neuen Preise auch weiterhin die Treue halten und freuen uns auf Ihren Besuch.*

## Wir haben noch Kapazitäten!

**Ältere Menschen möchten auch dann in ihren vertrauten vier Wänden bleiben, wenn die Kräfte nachlassen, sie krank oder gar gebrechlich werden.**

Unser ambulanter Pflegedienst „Home Instead - Zuhause umsorgt“ auf der Sittarder Str. 35 10C in Viersen hilft mit Kräften dabei, diesen Wunsch zu erfüllen. Unsere qualifizierten Mitarbeiter stimmen ihren Dienst auf die speziellen Bedürfnisse des Hilfsbedürftigen ab und gehen einfühlsam auf die betroffenen Menschen ein.

Die Unterstützungsangebote sind so vielfältig, wie die Menschen, die sie in Anspruch nehmen. Manche Kunden bedürfen nur einiger Besuche im Monat, um bestimmte pflegerische oder betreuende Leistungen in Anspruch zu nehmen. Andere wiederum werden über Tage oder Wochen sehr intensiv umsorgt. Das Spektrum reicht von der Grundversorgung über Begleitung bei Behörden- oder Spaziergängen bis zur Grundpflege.

Aber auch die Familienhilfe im Haushalt, insbesondere bei Schwangerschaften, gehört zu den nachdrücklichen Leistungen unseres Pflegedienstes.

Nicht zuletzt die Betreuung von Demenzkranken, und sei es „nur“ durch eine regelmäßige Spielstunde, hat schon vielen Menschen sehr geholfen.



Betreuung sichern, wenn die Pflegekraft ausfällt



Rufen Sie uns an und wir helfen Ihnen weiter  
Tel: 0 21 62 / 9 18 00-0

# Alles nur noch digital???

## Von den Rabattmarken zur App



Bild von Photo Mix auf Pixabay

(EB) Die Älteren unter uns werden sich bestimmt noch daran erinnern. Bis vor etlichen Jahren sammelten wir sie mehr oder weniger leidenschaftlich: Rabattmarken. Geschäfte verteilten Heftchen an ihre Kunden, in die säuberlich eingeteilte Kästchen gedruckt waren. In diese Kästchen klebten wir dann Märkchen, die wir nach unserem Einkauf vom Geschäft/Händler erhielten. Je nach Kaufsumme waren es mal mehr mal weniger Marken. War das Heft voll, brachten wir es ins Geschäft zurück und bekamen eine Art „Prämie“ für unsere treuen Einkäufe.

Jahre später gab es dann keine Rabattmarken mehr. Das lästige Kleben entfiel. Die „Ablösung“ hieß „Kundenkarte“. Diese wurde nach dem Einkauf an der Kasse vorgezeigt, dort gescannt, und der Kunde bekam Punkte auf seiner Kundenkarte gutgeschrieben. Hatte er genug Punkte gesammelt, konnte er sich diese beim Einkauf verrechnen lassen oder sich Geschenke im Internet aussuchen.

In letzter Zeit werden allerdings auch diese Kundenkarten immer uninteressanter: 1 Cent Gutschrift pro 2 Euro Einkauf - lohnt es sich, dafür die Karte aus der Tasche zu holen? Extra-Punkte, Bonus-Punkte und ähnliche Anreize gibt es kaum noch. Dafür locken bei allen Sonderangeboten die Preisvorteile, die der Kunde mit der App hat. Einfach herunterladen, und schon gibt es suuuper günstige Angebote mit der App.

Aber möchten wir das? Alles nur noch digital?

Die Werbung verspricht uns nicht nur finanzielle Vorteile, sondern auch mehr Bequemlichkeit. Nie mehr Pakete zur Post bringen oder auf den Paketboten warten: Einfach die DHL-App herunterladen und Tag und Nacht Zugang zur

DHL-Packstation haben.

Auch die Deutsche Bahn hat sich bereits (fast) von den praktischen Plastikkärtchen zurückgezogen: Lediglich die Bahncard 100 gibt es noch in Plastik – alles andere digital – sprich „Mit der App“. Altbekannte Fahrkarten aus Papier gibt es allerdings noch in den Service Centern. Doch wo sind die geblieben? In Krefeld gibt es schon länger keines mehr. Die nächste Möglichkeit, eine Fahrkarte am Schalter zu kaufen, ist am Duisburger Hauptbahnhof. Doch, wie komme ich ohne App dahin? Vor allem für ältere Bahnreisende, die kein Smartphone haben oder unsicher im Umgang damit sind, wird es kompliziert. Zum Glück gibt es ja noch Fahrkarten-Automaten, die für Ungeübte allerdings auch nicht ganz einfach zu bedienen sind.

Fazit: Wer unsicher oder ängstlich im Umgang mit seinem Smartphone ist, ist weiterhin auf Hilfe von Kindern, Enkeln oder geduldigen Verwandten oder Bekannten angewiesen. Sonst hat er Pech gehabt – ist leider so!

Ein kleiner Trost: Unsere EC-Karten im gewohnten Format werden uns wohl noch eine Weile erhalten bleiben. Banken und Sparkassen haben uns in den vergangenen Jahren ja bereits bestens „trainiert“: Geld abheben, Kontoauszüge ziehen: Geht doch mittlerweile ganz locker am Automaten ohne Personal. Apps von den Banken sind ja mittlerweile weit verbreitet und für viele Bankgeschäfte sehr praktisch. Aber mit der App Geld vom Automaten abheben oder Kontoauszüge ziehen? Ich weiß es nicht – muss nicht sein.

Vielleicht kriegen wir das mit den anderen Apps ja noch hin. Aber wollen wir das???



Foto von Kasia Derenda auf Unsplash

Was von gestern übrig blieb:

## Toskanische Brotsuppe

(EA) Leider kommt es bei mir immer wieder vor, dass einige Scheiben meines Brotes etwas altbacken oder trocken werden. Einige Rezepte habe ich bereits ausprobiert, aber auch da gibt es immer etwas Neues zu entdecken, so zum Beispiel die Toskanische Brotsuppe:

### Zutaten:

ca. 100 g altbackenes gewürfeltes Weißbrot  
 5 EL Olivenöl  
 ca. 500 g reife Tomaten  
 2 Knoblauchzehen  
 1 Zwiebel  
 ca. 150g Gemüsebrühe,  
 Salz, Pfeffer  
 1 geh. EL Rosmarin  
 zerkleinertes Basilikum  
 1 Stück Parmesan, ca. 50 g

### Zubereitung:

Das Brot wird in 2 EL Öl geröstet in die Tomaten geschält und gewürfelt. Die zerkleinerten Zwiebeln und Knoblauchzehen werden in dem verbleibenden Öl gedünstet. Danach die Tomaten und die Brühe dazugegeben und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Nun alles ca. 10 Minuten köcheln lassen. Rosmarin und die Hälfte des Basilikums dazu weitere 10 Minuten garen. Die gerösteten Brotwürfel in die Teller geben und mit der Suppe begießen. Mit dem restlichen Basilikum und Käse bestreuen.

*Guten Appetit!*



Ostring 12  
 47918 Tönisvorst  
 Fon 02151 537 49 - 0  
 Fax 02151 537 49 20  
 Mail info@ekaris.de  
 Internet www.ekaris.de

**Heribert Krins**  
 Geschäftsführer · Steuerberater



Mühlenstraße 45, 47918 Tönisvorst  
 Tel. 02151 796107 oder 0170 49 87026  
 www.icrnet.de

**Verkaufen! Vermieten!**  
 Von sehr günstigen Konditionen profitieren!

Optimaler Service vor Ort  
 Seit 20 Jahren Ihr lokaler Immobilienexperte.

Nutzen Sie meinen kompetenten Service  
 für den Verkauf oder Vermietung Ihrer Immobilie.



# Die Schlossgärten von Arcen

ein Reisebericht von unserem Beisitzer Wolf-Hubertus Bohns

Mit dem Auto ist man in gut 30 Minuten an den Schlossgärten Arcen.

Unsere Fahrt ging über die Landstraße durch den Niederrhein, eine schöne Fahrt.

Der Weg ist gut ausgeschildert. Es gibt genügend Parkplätze.

Der Zugang zur Parkanlage von gut 32 ha führt über eine steinerne Brücke über den sehr breiten Wassergraben, der die Anlage und das Schloss, in früheren Jahren schützte.

Vom Eingang aus steht auf der linken Seite das Schloss, auch wieder mit einer Brücke über den Schlossgraben mit dem Park verbunden.

Im Schloss finden Sonderausstellungen statt. Jetzt im Juni war es die Rosenschau. Herrliche Arrangements mit Rosen und anderen Blumen schmücken die Räume, die mit stilvollen Möbeln ausgestattet sind.

Zurück über die Brücke, vorbei an der ersten Gastronomie und dem Rosen Shop geht es in den Rosengarten.

Hier sehen wir ein wunderbares Rosarium. Eine Augenweide, nicht nur für Rosenfreunde.

Der Blick weitet sich, am Ende des Weges steht ein gigantischer Teich mit einer großen Wasserefontäne. Rechts und links sind in Sternform bunte Blumenbeete angelegt. Geht man um den Teich herum, gelangt man zu einem Wasserfall, der sich aus einer Form einer offenen Muschel in den See ergießt. Der Weg führt uns unter dem Wasserfall her auf die Anhöhe, um dann über

eine Brücke auf einen großen Skulpturengarten zu schauen.



Bild von Marja Blom (CC-BY-NC-SA 4.0)

Es ertönt Musik von einer Insel, die aus Nebelschwaden auftaucht (künstlicher Nebel). Hier ist ein Ort, wo man die Seele baumeln lässt. Bänke stehen bereit. Auf der gegenüberliegenden Seite hat ein Schwan sein Nest gebaut. Natur erleben pur. Das trifft auch auf unseren nächsten Abschnitt zu. Die Wasserwelten. Unzählige kleine Bachläufe gurgeln unter den Brücken. Der dichte Baumbestand gibt Kühlung. Überall stehen Bänke zum Verweilen, Romantik pur mitten in der Natur. Weiter geht es am Tiergehege vorbei zu weiteren Seen und einem großen Spielplatz. Hier endet der erste Besuch. Bei dem nächsten Mal steht die Pfaueninsel an.

Jeder Besuch lohnt sich. Fahren Sie doch mal hin. Der Park ist in jeder Jahreszeit anders.

# Majoran

(*origanum majorana*)

(EA) Der Majoran, auch häufig das Wurstkraut genannt, ist nun in der kühleren Jahreszeit ein sehr beliebtes Würzkräut. Ohne seinen herzhaften, würzigen Geschmack sind sehr viele Wurstsorten und kräftige Eintopfgerichte kaum vorstellbar. Auch vegetarischen Gerichten und Würsten gibt er seinen typischen Geschmack. Er würzt diese Speisen nicht nur, seine



Heilkräfte bewirken auch die Bekömmlichkeit dieser Nahrungsmittel. Er besitzt eine schleimlösende, magenstärkende und beruhigende Wirkung auf Magen und Darm. Allerdings sollte er nicht in zu großen Mengen ans Essen gegeben werden, da der Geschmack des Gerichtes zu streng werden kann.

Bild von GingerMarie12 auf Pixabay

**NEW'**

**Wir kümmern uns!**  
www.new.de

**Dry aged Beef**

Schlesische Wurstspezialitäten

**Landfleischerei**

**Helbig**

Eichenstr.5 47918 Tönisvorst-Vorst Tel.:02156-8208

# Det on dat on anger Denge

op Platt vertällt

## Dä Schwaatlapp

Hä hätt alles jesi´ehn,  
wett alles et bääs;  
kömmste ut de Urlaub,  
dann woar hä doa all lang jewäs.  
En de Betrieb kann de Meester  
von öhm noch en joanz Deel liere;  
op de Fußballplatz ös hä all  
von wittsem tu hüre.  
Henger et Bierjlas mäkt hä  
joanz jruet en Politik;  
hä wett genau wie et löppt,  
hä kennt jedde Trick.  
Hä bruckt all die moderne Wört,  
wie „super“, „Spitze“ on „wonderfull“ -  
mar wat hä sieker hätt,  
dat ös en schändlich jruete Mull.

(WaLeVo=Walter Lehnen, Vorst, 1982)

## Der Schwätzer

Er hat bereits alles gesehen,  
weiß alles besser;  
kommst du aus dem Urlaub,  
ist er schon lange vor dir dort gewesen.  
Im Betrieb kann der Meister  
noch viel von ihm lernen;  
auf dem Fußballplatz ist er  
schon von weitem zu hören.  
Hinter einem Glas Bier macht er  
ganz große Politik;  
er weiß genau, wie es läuft,  
er kennt jeden Trick.  
Er verwendet oft Wörter  
wie cool, abgefahren, mega und geil...!  
Er ist und bleibt  
...ein Schwätzer!

(Freie Übersetzung, MLB)



## Redensarten auf Platt

wörtlich und sinngemäß übersetzt

*Dä hät Buckping en de kleene Ti'en.*  
Der hat Bauchschmerzen im kleinen Zeh.  
Er ist ein eingebildeter Kranker.

*Dä löppt erömm wie falsch Jeld.*  
Der läuft herum wie falsches Geld.  
Er hat ein schlechtes Gewissen.

*Ech legg dämm jett oppe Trepp.*  
Ich lege dem etwas auf die Treppe.  
Ich werde ihm Schwierigkeiten machen.

## Unsere Hilfsbörse, der Besuchsdienst

### Haben Sie etwas Zeit zu verschenken?



Bild von Mohamed Hassan auf Pixabay

Zur Verstärkung für unsere Hilfsbörse/ Besuchsdienst suchen wir noch ehrenamtliche Damen und Herren.

Schon mit einer Stunde in der Woche können Sie einem einsamen Senior oder einer Seniorin etwas Freude schenken und den Alltag durchbrechen.

Nähere Einzelheiten können Sie auch unserer Homepage entnehmen unter

[www.seniorenbuero-tv.de](http://www.seniorenbuero-tv.de)

Für den Erstkontakt erreichen Sie Wolf Bohns unter den Telefonnummern 0157 / 56130387 oder 02151 / 701390.

Gerne können wir uns dann in unserem Café, am Pastorswall 11, zu einem Kaffee oder Tee treffen und alles weiter besprechen.

**Schenken Sie uns etwas Zeit.**



**Seniorengerechte Einzel- und Gruppenkurse für Computer, Tablet und Smartphone**

Ab 39,90€ pro Unterrichtseinheit

Wir unterstützen Senior\*innen beim **Einstieg in die digitale Welt** und helfen Ihnen sich im Dschungel von Geräten, Konten, Apps und Co. zurechtzufinden.

Fortgeschrittenen bieten wir **individuelle Schulungen** an, um Ihre Kenntnisse zu vertiefen oder zu erweitern.



Mit eigenem Gerät oder Leihgerät.



Weitere Informationen unter:

[www.piticom.de](http://www.piticom.de) 02156 57 84 526  
[info@piticom.de](mailto:info@piticom.de) 0176 721 57 483

# Das Angebot der Zukunftswerkstatt

## Zeichnen

Ute Güssen 02151/799263

## Computerclub 55+

Die PC-Gruppe besteht seit 2005. Seit 2014 hat sich daraus ein Computer-Club gebildet. Dort beschäftigt man sich mit Laptops, Handys und Tablets. Softwaremäßig hauptsächlich mit Windows, aber auch mit Linux, iOS und macOS (Apple). Gäste sind herzlich willkommen (auch mit eigenen (Problem-) Geräten) !

*Für detaillierte Fragen und Informationen kontaktieren Sie uns bitte.*

Hans Jakob Christ 02151 / 798611

## Gesellschaftsspiele

### Canasta

Elke Amelung 02151 / 399377

### Doppelkopf

Renate Pierburg 02156 / 7564

Sigrid Jäger 01512 / 3300735

### Kegeln

Irmgard Tittel 02151 / 793117

## Holzbearbeitung/ Schiffmodellbau

Herbert Brauers 02151 / 797460

## Hilfsbörse

Wolf Bohns 02151 / 701390  
0157 / 56130387

## Radfahren

Armin Rentmeister 02151 / 794780

## Hospizgruppe/Trauertreff

Marie-Hanne Brauers 02151 / 790477  
Gabi Wenders 02151 / 796534

## Sprachen

### Englisch 1

Silvia Altmeier 02151 / 796403

### Englisch 2

Werner Schnell 02151 / 798438

### Englisch Konversation 1

Helga Menzinger 02151 / 796876

### Englisch Konversation 2

Ralph Gross 02151 / 797010

### Französisch

Karl-Heinz Katzer 02151 / 794353

## Wandern

### leicht und anspruchsvoll

Heribert Krins 02151 / 795486

Armin Rentmeister 02151 / 794780



**Haben Sie Interesse,  
bei der Gestaltung dieser Zeitung mitzuwirken?**

Unser Redaktionsteam würde sich über Verstärkung freuen.

Wenn Sie gerne schreiben oder fotografieren,  
melden Sie sich einfach bei Herrn Peter Pliester

**02151 / 797035**

Bild von Gerd Altmann auf Pixabay

# Wöchentliche Veranstaltungen

der Zukunftswerkstatt

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Englisch 1</b> 10.00 - 11.00 Uhr	<b>Englisch 2</b> 10.00 - 11.30 Uhr			
<b>Französisch</b> 11.15 - 12.15 Uhr	<b>Zeichnen</b> 15.00 - 18.00 Uhr	<b>Schach</b> 14.00 - 17.00 Uhr		<b>Englisch</b> Konversation 1 11.15 - 12.15 Uhr
<b>Computerclub 55+</b> 14.00 - 16.00 Uhr <i>Gäste sind willkommen!</i>	<b>Englisch</b> Konversation 2 16.00 - 17.30 Uhr		<b>Skat</b> 14.00 Uhr	<b>Trauertreff</b> jeden 3. Freitag im Monat 14.00 - 16.00 Uhr
	<b>Hospizgruppe</b> jeden 4. Dienstag im Monat 18.00 - 20.00 Uhr			
	<b>Schiffsmodell- bau</b> jeden 1. Dienstag im Monat 19.00 - 21.00 Uhr			

Alle Veranstaltungen finden im Café der Alter-nativen statt, falls nichts anderes angegeben ist.

## Lust auf Schach?

Unsere Schachgruppe kann noch Verstärkung gebrauchen!

Interessierte treffen sich mittwochs von 14 Uhr bis 17 Uhr in unserem Café.

Bitte vorher von Montag bis Freitag anmelden unter **0173-6916759** oder **02151-994865**

## Gruppensprecher gesucht

Wir suchen **dringend**

Ehrenamtler,

die Interesse daran haben, eine Gruppe für Englisch, Italienisch, gerne aber auch für eine andere Sprache zu übernehmen.

**02151/ 994865** oder

**02151/ 797035**



Aus der Zukunftswerkstatt

Neues von der Wandergruppe

# Wir wandern wieder!

Aus organisatorischen Gründen vorübergehend nicht nach festem Streckenplan!

Bis Ende 2024 finden unsere Wanderungen an den folgenden Sonntagen statt:

**13. Oktober**

**27. Oktober**

**10. November**

**24. November**

**8. Dezember**

**5. Januar 2025**

Die Ziele werden ca. 1 Woche vor der jeweiligen Wanderung bekannt gegeben.

Treffpunkt ist jeweils um 10.00 Uhr auf dem Parkplatz Willicher Str./ Ecke Benrader Str.

Bis zum Donnerstag vor den Wanderungen ist eine Anmeldung per Telefon oder Mail erforderlich.

## **Teilnahmebedingungen:**

Die Teilnahme an unseren Wanderungen erfolgt auf eigenes Risiko und auf eigene Gefahr.

Der Verein „Alter-nativen Seniorenbüro Tönisvorst e.V.“ übernimmt keinerlei Haftung.

Mit der Teilnahme wird dies anerkannt.

## **Kontakt :**

Armin Rentmeister Tel. 02151/ 79 47 80  
armin.rentmeister@gmx.de

Heribert Krins Tel. 02151/ 79 54 86  
heribert.krins@ekaris.de



Foto von Thomas Söllner auf Adobe Stock

## Veranstaltungen

im Café der Alter-nativen

### Regelmäßige Veranstaltungen

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Gedächtnis-training</b> 10.00 - 11.15 Uhr		<b>Kreativangebot</b> am 1. und 3. Mittwoch i. M. 10.00 -12.00 Uhr	<b>Marktfrühstück</b> 9.00 - 11.30 Uhr	
		<b>Singen</b> am 2. und 4. Mittwoch i. M. 11.00 - 12.00 Uhr		
<b>Sprechzeit</b> 11.30 - 12.30 Uhr		<b>Sprechzeit</b> 11.30 - 13.30 Uhr	.	<b>Mittagessen</b> einmal im Monat 12.30 Uhr
<b>Nachmittagscafé</b> 13.30 - 17.00 Uhr		<b>Nachmittagscafé</b> 13.30 - 17.00 Uhr	<b>Nachmittagscafé</b> 13.30 - 17.00 Uhr	
		<b>Shuffleboard</b> 14.00 - 17.00 Uhr		

### Kreativangebote

Eine kleine kreative Gruppe trifft sich (siehe Stundenplan) und häkelt, strickt oder bastelt gemeinsam und in Absprache. Einige der entstandenen "Werke" können in der Auslage im Café bestaunt und auch gegen eine Spende erworben werden.

Wir freuen uns über Interessierte und deren kreativen Input!

### Singgruppe

In der Singgruppe schwingt Gabriele Monreal nun schon eine Weile ehrenamtlich den Taktstock und freut sich über jeden, der Freude am Gesang mitbringt. Talent ist keine Voraussetzung! Schauen Sie doch einfach mittwochs (siehe Stundenplan) mal rein. Ansprechpartnerin ist Frau Gabriele Monreal, Tel. 0177/8518354

## Frühstück

Das "Marktfrühstück" findet jeden Donnerstag in der Zeit von 9-11.30 Uhr im Café statt. Um Reservierung wird dringend gebeten!

Großes Frühstück 8,50 € ( 2 Brötchen, verschiedene Brotsorten, Marmelade, Quark, Aufschnitte, Käse, Ei, Saft )

Kleines Frühstück 4,30 / 4,80 € ( 1 Brötchen mit Belag)

Zu allen Varianten reichen wir Kaffee oder Tee und Tomaten, Gurke, Weintrauben o. ä.

Auf besondere Wünsche gehen wir nach Möglichkeit ein. Sprechen Sie uns gerne bei der Reservierung darauf an.



## Mittagessen

Einmal monatlich freitags kochen wir für etwa 25 Personen ein Mittagessen mit Dessert und essen dann gemeinsam. In netter Gesellschaft isst es sich besser!

Die Termine entnehmen Sie bitte den Aushängen im Café.

Persönliche Anmeldung wird mit der Bezahlung verbindlich.

## Nachmittagscafé

An drei Nachmittagen in der Woche haben wir das Café für Sie geöffnet. Bei selbstgebackenem Kuchen, Kaffee, Kakao oder vielen anderen Getränken können Sie in netter Gesellschaft ein paar schöne Stunden genießen. Wer an Gesellschaftsspielen teilnehmen möchte oder auch nur ein bisschen Unterhaltung sucht, ist bei uns herzlich willkommen. Stöbern Sie in der Bücherecke oder nutzen Sie unser WLAN! Unsere Mitarbeiterinnen haben immer ein offenes Ohr für jedes Ihrer Anliegen.



Einmal im Monat gibt es selbst gebackene Waffeln mit wahlweise heißen Kirschen, Vanilleeis, Sahne und oder Eierlikör!

## Besondere Veranstaltungen

### Das Café macht Pause!

ab Montag, dem 30.09.2024 geschlossen.  
Auch das Gedächtnistraining und das Treffen der Kreativgruppe fallen in dieser Woche aus. Die anderen Gruppen können sich wie gewohnt treffen.

Am 7.10.2024 haben wir wieder geöffnet

### Shuffleboard

Beim Shuffleboard, einem alten holländischen Brettspiel, stehen den SpielerInnen 30 Holzscheiben (Pucks) zur Verfügung, die man durch 4 Törchen in verschiedene Fächer mit unterschiedlicher Punktzahl schieben, schießen, shuffeln oder schubbeln soll. Es kann in mehreren Durchgängen gespielt werden. Wer die höchste Punktzahl erreicht hat, gewinnt.



Wir haben bereits in einer kleinen Gruppe jede Menge Spaß gehabt und freuen uns über jeden, dessen Interesse geweckt worden ist! Unverbindlich zuschauen oder mitspielen und im besten Fall, wiederkommen! (Siehe Stundenplan)

### Lesung

Am Freitag, den 25.10.2024 findet abends um 18 Uhr eine Lesung von Martha Küsters im Café statt.

Ihr neues Buch heißt "Der Knoten im Taschentuch"



*"Mit rheinischem Humor beschreibe ich in Gedichten und Zeichnungen meine Beobachtungen von Welt und Menschen. Ich beziehe mich dabei auf unterschiedliche Themen, wie Jahreszeiten, Lebensweisheiten, Kulturen und Charaktere."* ( die Autorin )

Einlass 17.30 Uhr , Eintritt 5 € .

Bitte melden Sie sich bis spätestens 17.10.2024 während der Öffnungszeiten des Cafés (Mo, Mi, Do 13.30 -17 Uhr) verbindlich an.

Persönlich oder telefonisch  
(Tel 02151-994865).

## Püfferkes zu St Martin

Es ist inzwischen Tradition, dass im Café das Warten auf den Martinszug (Montag, 11.11.2024) mit leckeren Püfferkes und Glühwein versüßt wird.

Das Café öffnet an diesem Montag erst um 14.30 Uhr und bleibt morgens geschlossen! Um Anmeldung wird gebeten, bis Donnerstag, den 07.11.2024 persönlich oder telefonisch zu den Öffnungszeiten des Cafés.



## Advent Advent und Sonntagscafé

Am Sonntag, dem 20.10.2024 ist das Café geöffnet und zum letzten Mal in diesem Jahr öffnen wir das Café am Sonntag, den 01.12.2024, ab 14.30 Uhr.

Bitte melden Sie sich rechtzeitig an.

In diesem Jahr haben wir vom 1. Advent bis zur Weihnachtsfeier eine durchgehende Adventsausstellung unserer im Kreativkurs entstandenen Produkte. Schauen Sie sich im Café um, und vielleicht finden Sie ja etwas, das Sie gerne erwerben möchten.

## Weihnachtsfeier

Am Donnerstag, dem 12.12.2024 findet im Café die alljährliche Weihnachtsfeier statt. Von 14.00 bis 17.00 Uhr möchten wir das Jahr in festlicher Atmosphäre gemeinsam mit unseren treuesten Besuchern ausklingen lassen. Wir bitten um persönliche Anmeldung!

*Das Team wünscht allen Besuchern und Lesern besinnliche Weihnachten und einen unbeschadeten Rutsch ins Neue Jahr!*

*Wir sehen uns am Montag, den 06.01.2025 wieder.*



## Treffpunkt Alte Post

Vorst, Markt 3

### Wochenübersicht

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Sitzgymnastik</b> 9.30 – 10.15 Uhr <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429	<b>Seniorenberatung</b> 8.30 – 10.30 Uhr wöchentlich <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429	<b>Frühstück</b> ab 9.30 Uhr wöchentlich <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429		<b>Wohnberatung in Vorst</b> 9.00 - 11.00 Uhr <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429
<b>Gedächtnistraining</b> 10.15 – 11.00 Uhr wöchentlich <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429	<b>Sitzgymnastik</b> 10.30 – 11.30 Uhr <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429		<b>Senioren Online</b> 10.00 – 12.00 Uhr wöchentlich	
<b>Wohnberatung in Vorst</b> 14.00 - 16.00 Uhr <i>nach vorheriger Terminvereinbarung</i> Tel:02156-495429	<b>Spiel- &amp; Singgruppe</b> 14.00 Uhr		<b>Offenes Café</b> 14.00 – 17.00 Uhr	
	<b>MGV Cäcilia Vorst</b> 19.00 – 21.00 Uhr			

**Alle weiteren Termine sowie eventuelle Änderungen entnehmen Sie bitte unseren Aushängen!**

Zur Anmeldung an unseren Sonderveranstaltungen können Sie sich in unserer Einrichtung in die Listen eintragen, telefonisch oder per Mail.

**Telefon: 02156 /495429      Mail: peter.weinstock@toenisvorst.de**



**Ihr Ansprechpartner  
in Willich und Tönisvorst:**  
**Sascha Metzler**

Tel. 0 21 54 - 94 68 73 58  
Mobil 01 72 - 7 45 11 63  
E-Mail: sascha.metzler@  
sparkasse-krefeld.de

## Wir finden den richtigen Käufer für Ihre Immobilie.

**Immobilienverkauf – schnell und sicher. Mit Kompetenz  
von der Preisfindung bis zum Vertragsabschluss.**

### Wir finden den richtigen Käufer

Die Sparkasse ist Marktführer und hat somit nicht nur das größte Kundenpotenzial in der Region, sondern kann auch für Sie passende Käufer auswählen.

### Wir erzielen einen attraktiven Verkaufspreis

Mit unserer Kenntnis des regionalen Marktes verschaffen wir Ihnen eine starke Verhandlungsposition.

### Wir bieten Ihnen Top-Vermarktungs-Chancen

Nutzen Sie unser kundenorientiertes Netzwerk – unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter – in unseren Filialen und Centern für die persönliche Vermarktung Ihrer Immobilie.

[sparkasse-krefeld.de/immobilien](http://sparkasse-krefeld.de/immobilien) 

## Veranstaltungen und Termine

### „Treffpunkt Alte Post“ Frühstück

Sie haben die Möglichkeit, aus einem reichhaltigen Buffet Ihr persönliches Frühstück zusammenzustellen. Dazu gibt es Kaffee, Tee und Saft, so viel Sie mögen.

Auch Sonderwünsche werden berücksichtigt.

Kosten: 7,20 Euro

Jeden Mittwoch ab 09.30 Uhr

*Bitte melden Sie sich bis montags 12.00 Uhr an!*

Tel.: 02156 / 49 54 29

### Offenes Café

Hier können Sie Kaffee trinken und gemeinsam ein paar schöne Stunden verbringen.

Donnerstags, von 14.00 – 17.00 Uhr

Ihr  
**GOLD**  
SCHMUCK MÜNZEN ZAHNGOLD  
**ANKAUF**

  
**Schatzinsel**

HOCHSTR.16 ST.TÖNIS

Montag-Freitag 10 – 13 Uhr oder nach Vereinbarung  
Inh. Guido Krölls info@schmuck-gold-ankauf.de  
02151-76 74 999 [www.Schmuck-Gold-Ankauf.de](http://www.Schmuck-Gold-Ankauf.de)

www.engelimeinsatz.de



**Engel im Einsatz**  
Ambulante Kranken- und Altenpflege GmbH


Ihr **NR.1** Pflegedienst in  
**Tönisvorst - Kempen - Forstwald**



Grundpflege (nach SGB XI) - Behandlungspflege nach (SGB V) -  
Beratungseinsätze (§37 Abs. 3 SGB XI)  
und vieles mehr!



Engel im Einsatz  
Ambulante Kranken- und  
Altenpflege GmbH  
Maysweg 10  
47918 Tönisvorst

 Tel: 02151 - 36 11 016  
Fax: 02151 - 36 11 017  
 info@engelimeinsatz.de  
www.engelimeinsatz.de

## Von Menschen für Menschen - Wir sind für Sie da

Der Mensch steht im Mittelpunkt unserer Arbeit! Wir, die Engel im Einsatz ambulante Kranken- und Altenpflege GmbH sind ein Dienstleister in der ambulanten Kranken- und Altenpflege. Wir arbeiten mit sehr viel Freude, Respekt, Wertschätzung und versuchen, die individuellen Bedürfnisse unserer Patienten in die Pflege zu integrieren. Unser Ziel ist es unseren Patienten Ihr Zuhause und Umfeld zu erhalten und mit qualitativ hochwertiger Pflege Ihre Freiheiten und eigenständige Lebensplanung zu gewähren. Unser Handeln ist geprägt von der Aufrechterhaltung der menschlichen Würde. Wir sind kompetente und qualifizierte Ansprechpartner für alle Fragen rund um Pflege und Betreuung. Unsere Mitarbeiter werden zur Förderung ihrer beruflichen Kompetenz in Bezug auf ihren Aufgabenbereich und Ihre Qualifikationen kontinuierlich intern und extern weitergebildet. Alle Pflegehandlungen werden daher sach- und fachgerecht ausgeführt.

Die Schaffung eines möglichst stressfreien und angenehmen Arbeitsklimas für alle unsere Mitarbeiter unseres Pflegedienstes ermöglicht es, Zufriedenheit und Erfüllung in der Ausübung des Dienstes zu finden. Damit kommen wir den Wünschen der pflegebedürftigen Menschen und Ihren Angehörigen entgegen und vermeiden eine hohe Fluktuation im Pflegeteam. Engel im Einsatz ist für uns nicht nur ein Name, sondern hat für unser Team eine große Bedeutung. Jeder Mensch hat einen Engel verdient, der sich liebevoll um einen kümmert. Durch die tägliche Tourenplanung wird eine kontinuierliche Betreuung durch bestimmte Pflegekräfte realisiert. Es ist uns ein großes Anliegen, jedem Patienten eine feste Pflegeperson zur Seite zu stellen. Dies ermöglicht den Aufbau eines Vertrauensverhältnisses zwischen Patient und Pflegekraft und trägt zu einer zufriedenstellenden Pflegesituation bei.

Ihr Pflegedienst – Team Engel im Einsatz

# Adressen für Senioren –

## wichtige und interessante Adressen für Sie

### Altenbegegnung

Café der Alter-nativen Seniorenbüro Tönisvorst e.V.,  
Pastorswall 11, St.Tönis, Tel. 02151 / 994865  
Mo., Mi., Do., 13.30 bis 17.00 Uhr  
Büro: Mo.+ Mi., 12.00 bis 13.30 Uhr  
[www.seniorenbuero-tv.de](http://www.seniorenbuero-tv.de)  
[info@seniorenbuero-tv.de](mailto:info@seniorenbuero-tv.de)

Alte Post, Markt 3, Vorst  
Tel. 02156 / 495429  
Mo. - Fr., 14.00 bis 18.00 Uhr  
[www.toenisvorst.de](http://www.toenisvorst.de)

Auch Kirchengemeinden und Wohlfahrtsverbände bieten Begegnungsangebote für Ältere an.

### Alten- und Pflegeheime, Kurzzeitpflege

Seniorenhaus St.Tönis der Alexianer Tönisvorst GmbH  
Gelderner Str. 34, St.Tönis  
Tel. 02151 / 991500

Seniorenhaus Kandergarten Vorst der Alexianer  
Tönisvorst GmbH  
Anrather Str. 16-20, Vorst  
Tel. 02156 / 49651-0

Kurzzeitpflege  
Gelderner Str. 34, St.Tönis  
Tel. 02151 / 992588 oder 992590

Für beide Häuser:  
Aufnahmemanagement  
Tel. 02151 / 992791  
[www.alexianer-toenisvorst.de](http://www.alexianer-toenisvorst.de)

### Betreutes Wohnen

Lebenshilfe Kreis Viersen e.V.  
Residenz am Stadtgarten,  
Kniebeler Str. 25-43, Vorst  
Frau Deeken Tel. 02156 / 496961-0  
Herr Kurzweg Tel. 02156 / 972920

### Betreuungscafé für Menschen mit Demenz

Evang. Kirchengemeinde St.Tönis,  
Hülser Str. 57  
Tel. 02151 / 791888  
[www.ev-kirchengemeinde-st-toenis.de](http://www.ev-kirchengemeinde-st-toenis.de)

Altenbegegnungsstätte „Alte Post“  
Markt 3, Vorst, Stadt Tönisvorst  
Tel. 02151 / 999-113 /-109

### Bildungsangebote

Vierteljährlicher Veranstaltungskalender „Älterwerden  
in Tönisvorst“ des Seniorenbüros  
Tel. 02151 / 994865

Semester-Arbeitsplan und Seniorenprogramm der  
Kreis-VHS Viersen  
Tel. 02162 / 9348-0  
[www.kreis-viersen-vhs.de](http://www.kreis-viersen-vhs.de)

### Bürgerschaftliches Engagement

Rollstuhlgruppe im Seniorenhaus St.Tönis  
Ansprechpartnerin: Ute Runge  
Tel. 02151 / 3618528, Mobil: 01578 / 1698017  
Ehrenamtler sind herzlich willkommen!

Vorster Seniorenhilfe e.V.,  
Hecke 8, Tel. 02156 / 80161

Zukunftswerkstatt Alter-nativen  
Seniorenbüro, Pastorswall 11,  
St.Tönis, Tel. 02151 / 994865  
[www.seniorenbuero-tv.de](http://www.seniorenbuero-tv.de)  
[info@seniorenbuero-tv.de](mailto:info@seniorenbuero-tv.de)

### Essen auf Rädern

Mahlzeitendienst der Caritas-Pflegestation  
Tel. 02151 / 639555

### Hausnotruf

Alle Pflegedienste bieten die Einrichtung oder  
Vermittlung eines Hausnotrufsystems an.

### Hauswirtschaftliche Hilfe & Betreuung

DRK Nordrhein Soziale Dienste gGmbH  
Hauptstraße 133  
41747 Viersen  
Tel. 02162 / 361 30 32

### Ehrenamtliche Hilfsdienste – Besuchsdienste

Hilfsbörse der Alter-nativen  
Seniorenbüro Tönisvorst e.V.  
Wolf Bohns Tel.02151 / 701390 und 0157 / 56130387  
[www.seniorenbuero-tv.de](http://www.seniorenbuero-tv.de)  
[info@seniorenbuero-tv.de](mailto:info@seniorenbuero-tv.de)

DRK Nordrhein Soziale Dienste gGmbH  
Hauptstraße 133  
41747 Viersen  
Tel. 02162-361 30 35

# GUTE PFLEGE HAT EINEN NAMEN



Wenn es um Pflege geht, vertrauen immer mehr Menschen in Tönisvorst dem Caritasverband. Sie erfahren jeden Tag, wie liebevoll und kompetent wir sie betreuen – ob durch unsere Caritas-Pflegestation oder in unserer Tagespflege in Kempen. Gute Pflege hat einen Namen: Caritas.

Mehr Informationen über unser Angebot finden Sie im Internet: [www.caritas-viersen.de](http://www.caritas-viersen.de)

# caritas

Caritasverband  
für die Region  
Kempen-Viersen e.V.



### Caritas-Pflegestation Tönisvorst

Nordring 3, 47918 Tönisvorst, Tel. 02151 / 993611,  
[cps-toenisvorst@caritas-viersen.de](mailto:cps-toenisvorst@caritas-viersen.de)

### Tagespflege Kempen

Wiesenstraße 59, 47906 Kempen, Tel. 02152 / 2618,  
[tagespflege-kempen@caritas-viersen.de](mailto:tagespflege-kempen@caritas-viersen.de)

### Caritasverband

#### für die Region Kempen-Viersen e.V.

Heierstraße 17, 41747 Viersen, Tel. 02162 / 93893 - 0,  
[info@caritas-viersen.de](mailto:info@caritas-viersen.de)



Join us on Facebook  
[facebook.com/Caritas.KempenViersen](https://facebook.com/Caritas.KempenViersen)

### Hospiz

(Sterbe- und Trauerbegleitung, Palliativberatung)  
Hospizinitiative Kreis Viersen,  
Hildegardisweg 3, 41747 Viersen  
Tel. 02162 / 29050  
Kontakt in Tönisvorst:  
Frau Brauers Tel. 02151 / 790477  
Frau Wenders Tel. 02151 / 796534  
[www.hospizviersen.de](http://www.hospizviersen.de)

### Kirchen

Evangelische Kirchengemeinde St.Tönis,  
Hülser Str. 57 a  
Seniorenarbeit Tel. 02151 / 791888  
[www.ev-kirchengemeinde-st-toenis.de](http://www.ev-kirchengemeinde-st-toenis.de)

Evangelische Kirchengemeinde,  
Anrath-Vorst, Lutherstr. 2 c  
Seniorenarbeit  
Tel. 02156 / 41826  
[www.ev-kirche-anrath-vorst.de](http://www.ev-kirche-anrath-vorst.de)

Katholische Kirchengemeinden  
St. Cornelius, St. Tönis, Kirchplatz 17  
Tel. 02151 / 790350  
[www.gdg-kempen-tonisvorst.de](http://www.gdg-kempen-tonisvorst.de)

St. Godehard, Vorst, Kuhstr. 11  
Tel. 02156 / 978570  
[www.gdg-kempen-tonisvorst.de](http://www.gdg-kempen-tonisvorst.de)

### Mobilität

Bürgerbus Tönisvorst e.V.  
Horst Dicken  
Hülser Str. 65, St. Tönis  
Tel. 02151 / 794747  
[www.bb-toenisvorst.de](http://www.bb-toenisvorst.de), [info@bb-toenisvorst.de](mailto:info@bb-toenisvorst.de)

### Pflegedienste

Caritas-Pflegestation Tönisvorst,  
Nordring 3, St. Tönis  
Tel. 02151 / 993611  
[www.caritas-viersen.de](http://www.caritas-viersen.de)

DRK Nordrhein Soziale Dienste gGmbH  
Jakob-Krebs-Straße 37  
47877 Willich  
Tel. 02154-109 28 27

Engel im Einsatz  
Ambulante Kranken- und Altenpflege GmbH  
Maysweg 10  
47918 Tönisvorst  
Tel: 02151 - 36 11 016  
[info@engelimeinsatz.de](mailto:info@engelimeinsatz.de)  
[www.engelimeinsatz.de](http://www.engelimeinsatz.de)

Florence-Hilfe,  
Laschenhütte 21, St.Tönis  
Tel. 02151 / 795528  
[www.florence-hilfe.de](http://www.florence-hilfe.de)

Häusliche Kranken- und Seniorenpflege Maria Richter,  
 Marktstr. 21, St.Tönis  
 Tel. 02151 / 994940  
[www.pflegedienst-richter-toenisvorst.de](http://www.pflegedienst-richter-toenisvorst.de)

Rundum-Pflege und mehr,  
 Friedensstr. 8, St.Tönis  
 Tel. 02151 / 5309500

Home Instead,  
 Sittarder Straße 35 – C10, 41748 Viersen  
 Tel. 02162 918000  
[www.homeinstead.de](http://www.homeinstead.de)

### Pflegende Angehörige

Die Seniorenberatung, die Pflegedienste und das Seniorenbüro informieren über entsprechende Angebote.

### Rehabilitation

Rehabilitationsklinik für Geriatrie der Alexianer Tönisvorst GmbH,  
 Hospitalstr. 2, St.Tönis  
 Tel. 02151 / 991300  
[www.alexianer-toenisvorst.de](http://www.alexianer-toenisvorst.de)

Rehabilitations- und Behindertensportgemeinschaft,  
 Corneliusplatz 30, St.Tönis  
 Tel. 02151 / 799634  
[www.rbsg-toenisvorst.de](http://www.rbsg-toenisvorst.de)

### Rentenangelegenheiten

Abteilung Soziales und Wohnen  
 Bahnstr. 15, St.Tönis  
 Mo.- Mi., 8.30- 12.30 Uhr  
 Fr., 8.30- 12.00 Uhr und nach Vereinbarung  
 Tel. 02151 / 999105

### Schwerbehinderung

Abteilung Soziales und Wohnen  
 Bahnstr. 15, St.Tönis  
 Mo. u. Mi. 8.30-12.30 Uhr, Do. 14.00-18.00 Uhr  
 Tel. 02151 / 999-109 oder -113 oder -108

Sonderparkplätze für Schwerbehinderte,  
 Ordnungsamt,  
 Bahnstr. 15, St.Tönis  
 Tel. 02151 / 999142 oder 02151 / 999133  
[www.toenisvorst.de](http://www.toenisvorst.de)

### Selbsthilfe

Gesprächskreis Krebsnachsorge,  
 DRK Tönisvorst,  
 Tel. 02156 / 8683 oder 02156 / 7191

### Seniorenberatung / Pflegestützpunkt

Abteilung Soziales und Wohnen  
 Bahnstr. 15, St.Tönis  
 Mo. u. Mi. 8.30-12.30 Uhr, Do. 14.00-18.00 Uhr  
 Tel. 02151 / 999-109 oder -113 oder -108

Alte Post  
 Markt 3, Vorst, Tel. 02156 / 495429  
 Di., 8.30 - 10.30 Uhr

Maria Richter  
 Seit 1990



HÄUSLICHE  
 KRANKEN-U.  
 SENIORENPFLEGE

Inhaberin  
 Susanne Vercoulen



Marktstraße 21 · 47918 Tönisvorst  
[kontakt@pflegedienst-richter-toenisvorst.de](mailto:kontakt@pflegedienst-richter-toenisvorst.de)  
[www.pflegedienst-richter-toenisvorst.de](http://www.pflegedienst-richter-toenisvorst.de)

Tel. 02151/99 49 40

„Am Tag gut versorgt und abends zu Hause“



Pflege und Betreuung in Gemeinschaft  
 Beratung und Hilfe für pflegende Angehörige

**Tagespflege Haferkamp**  
 Eine gute Idee!

 **DER PARITÄTISCHE**  
 PariMobil Krefeld

Haferkamp 29 · 47918 Tönisvorst · St.Tönis  
 Telefon 02151-9315830 · [www.pariMobil.de](http://www.pariMobil.de) · [tagespflege@parimobil.de](mailto:tagespflege@parimobil.de)

Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialdienste mbH

## Seniorenbüro

(Begegnung, Bildung, soziales Engagement)  
Alter-nativen Seniorenbüro Tönisvorst e.V.,  
Pastorswall 11, St.Tönis  
Tel. 02151 / 994865

## Sozialpsychiatrische Beratung

(für psychisch Kranke und ihre Angehörigen)  
Kreis Viersen – Gesundheitsamt,  
Rathausmarkt 3, 41747 Viersen  
Tel. 02162 / 391505 oder 391508  
[www.kreis-viersen.de](http://www.kreis-viersen.de)

## Sport

Interessengemeinschaft Altensport e.V. Tönisvorst  
Fred Schwirtz, Hospitalstr. 26, 47918 Tönisvorst  
[www.ig-altensport.de](http://www.ig-altensport.de), [info@iga-toenisvorst.de](mailto:info@iga-toenisvorst.de)  
Tel. 02151 / 797957

Turnerschaft St.Tönis 1861 e.V.  
Rehasportkurse für Menschen mit Demenzdiagnose  
Dehnung und Kräftigung der Muskulatur, aber auch  
Koordinationsübungen, sind fester Bestandteil der  
Sportstunde, immer den Fähigkeiten der Teilnehmer  
angepasst. Durch den Einsatz von Musik und Spielen  
kommen Spaß und Unterhaltung nicht zu kurz.  
Der Reha-Sportkurs wird vom Arzt oder Neurologen  
verordnet, so übernimmt die Krankenkasse die Kosten.  
Auch Selbstzahler können mitmachen.  
Näheres: Martina Langer Tel. 02151 / 799471  
E-Mail: [tinalanger11@gmail.com](mailto:tinalanger11@gmail.com)

Herzsportgruppe der Turnerschaft, St.Tönis,  
Tel. 02151 / 799471  
[www.turnerschaft1861.de](http://www.turnerschaft1861.de)

Auch andere Sportvereine haben Angebote für Ältere.

## Tagespflege

Tagespflege Haferkamp,  
Haferkamp 29, St.Tönis  
Tel. 02151 / 9315830/31  
[www.parimobil.de](http://www.parimobil.de)

## Trauertreff

Jeden 3. Freitag im Café der Alter-nativen,  
Pastorswall 11, St. Tönis.  
Anmeldung erwünscht:  
Marie-Hanne Brauers Tel. 02151/790477  
Gabi Wenders Tel. 02151/796534

## Wohnberatung

Abteilung Soziales und Wohnen  
Mo., 14- 16 Uhr und n. V., Bahnstr. 15, St.Tönis,  
Tel. 02151 / 999114  
Fr., 9- 11 Uhr in der Alten Post, Markt 3, Vorst  
Tel. 02156 / 495429

## Notrufnummern

Polizei Tel. 110  
Feuerwehr/Rettungswagen Tel. 112  
Bereitschaftsdienst Ordnungsamt Tel. 02151 / 999-135  
Kreisleitstelle Tel. 02162 / 8195100

## Wir empfehlen: Gesunde Menüs, täglich frisch!



**Der Fahrbare Mittagstisch der Caritas.**  
Vitaminreiche, ausgewogene Mahlzeiten gehören zum gesunden Leben. Wir bieten Ihnen täglich eine frische Auswahl aus mehreren Menüs, darunter cholesterinarme, Diabetiker- und Vegetarier-Menüs.

# caritas

Caritasverband  
für die Region  
Kempen-Viersen e.V.



Hier bestellen Sie:

**02151 / 63 95 55**

für Tönisvorst und Krefeld

**Caritasverband für die Region Krefeld e.V.**

Hansa-Haus, Am Hauptbahnhof 2, 47798 Krefeld,  
[mittagstisch-krefeld@caritas-krefeld.de](mailto:mittagstisch-krefeld@caritas-krefeld.de), [www.caritas-krefeld.de](http://www.caritas-krefeld.de)

Das Angebot besteht in Kooperation mit

**Caritasverband für die Region Kempen-Viersen e.V.**

Heierstraße 17, 41747 Viersen,  
[info@caritas-viersen.de](mailto:info@caritas-viersen.de), [www.caritas-viersen.de](http://www.caritas-viersen.de)



Zertifiziert nach  
DIN EN ISO 9001 : 2008

# In eigener Sache

(PP) Am 18.06.2024 fand im Café der Alternativen die Jahreshauptversammlung 2024 statt. An dieser Versammlung nahmen 41 Mitglieder teil. Nach der Begrüßung und dem Gedenken an verstorbene Mitglieder, stellte der Vorsitzende, Herr Peter Pliester, den Tätigkeitsbericht für das abgelaufene Jahr vor. Ingrid Lünger stellte den Kassenbericht zur Verfügung und die Kassenprüfer informierten die Teilnehmer über die stattgefundene Kassenprüfung; sie konnten der Versammlung empfehlen, dem Vorstand Entlastung zu erteilen. Dies erfolgte einstimmig bei vier Enthaltungen der Mitglieder des Vorstandes. Es standen turnusgemäß Wahlen an, und zwar zum stellvertretenden Vorsitzenden und zum Kassierer/ zur Kassiererin. Herr Helmut Klingebiel, der bereits seit zwei Jahren als stellvertretender Vorsitzender fungiert, stellte sich erneut zur Wahl. Er wurde, bei zwei Enthaltungen, für weitere zwei Jahre, gewählt.

Frau Ingrid Lünger stellte sich nicht mehr der Wahl zur Kassiererin (siehe auch auf Seite 7 in dieser Zeitung).

Als Nachfolger wurde Herr Heribert Krins vorgeschlagen, der, mit einer Enthaltung, zum neuen Kassierer gewählt wurde. Die Amtsdauer beträgt ebenfalls zwei Jahre.

Da ein Mitglied des Vorstandes (Beisitzerin) ihren Rücktritt erklärt hatte, war auch hier ein Nachfolger/ eine Nachfolgerin zu wählen.

Aus formalen Gründen war das nicht in der Jahreshauptversammlung möglich, sondern nur in einer außerordentlichen Mitgliederversammlung, die unmittelbar im Anschluss stattfand.

Zur neuen Beisitzerin wurde, bei einer Enthaltung, Frau Sabine Martini gewählt. Die Amtszeit beträgt, in diesem Falle, nur ein Jahr, da in der nächsten Jahreshauptversammlung turnusgemäß auch neue Beisitzer/ Beisitzerinnen zu wählen sind.

## Impressum

### Herausgeber:

Alter-nativen Seniorenbüro Tönisvorst e.V.  
Pastorswall 11, 47918 Tönisvorst  
Tel. 02151 - 99 48 65, Fax 02151 - 70 54 73  
Email: info@seniorenbuero-TV.de  
www.seniorenbuero-tv.de

### verantwortlich für Inhalte und Redaktion:

Erika Ahrweiler (EA), Eva Brandts (EB), Brigitte Klee (BK), Margrit Lehnen-Brixius (MLB), Renate Pierburg (RP), Elke Schwetlik (ES)

### Sprecher des Redaktionsteams:

Peter Pliester (PP) Tel.: 02151 - 797035

### Anzeigen:

Peter Pliester (PP) Tel.: 02151 - 797035

### Bildnachweis:

Wenn unter dem Bild nicht anders angegeben: Bilder der Redaktion

### Layout:



Telse Ahrweiler Kunst + Design,  
Ludwig-Jahn-Str. 90, 47918 Tönisvorst,  
Tel. 02151 - 7833731,  
mail@telse-ahrweiler.de, www.telse-ahrweiler.de

### Druck:



Druckhaus Bextermöller GmbH  
Siemensring 21A, 47877 Willich  
Tel. 02154 - 9536051  
bextermoeller@druckhaus-bextermoeller.de

### Erscheinungsweise:

4 x im Jahr  
Redaktions- und Anzeigenschluss für die nächste Ausgabe: 20.11.2024  
Auflage: Je Ausgabe 1.000 Exemplare



# Investieren Sie doch mal in die Zukunft unseres Planeten.

**Jetzt zu nachhaltigen  
Finanzen beraten lassen –  
von Ihrer Sparkasse.**

Mehr auf [sparkasse.de/mehralsgeld](https://www.sparkasse.de/mehralsgeld)

**Weil's um mehr als Geld geht.**



**Sparkasse  
Krefeld**