

Älterwerden

in TönisVorst



Foto: Elke Schwetik

Informationen - Berichte - Termine - Wissenswertes

Goldgeschäfte sind Vertrauenssache.

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Gold ist eine Sache des Vertrauens.
Unsere Kunden vertrauen uns seit
mehr als 130 Jahren.

Sprechen Sie uns gerne an.



Volksbank
Krefeld eG



Inhaltsverzeichnis

Grußwort	3
Das bisschen Haushalt	4
Kartoffeln mal anders	6
Sommerfest	7
Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung	8
Was von gestern übrig blieb	10
Sauerampfer	11
Umzug im Alter	12
Det on dat on anger Dinge	13
Beitrittserklärung	14
Aus unserer Malgruppe	15
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
Zum Schmunzeln	31
Impressum	31



Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

schon ist wieder Frühling. Die kalte Jahreszeit ist vorüber und wir freuen uns wieder über grüne und blühende Natur.

So aufregend das vergangene Jahr für den Treffpunkt war, und zwar durch die Namensänderung und die mehrfachen Wechsel im Vorstand, umso spannender wird dieses Jahr, bedingt durch Neuerungen und Veränderungen. Allerdings gehen wir davon aus, dass das Jahr 2025 alles in allem bei allen Veränderungen etwas mehr Ruhe bringt, damit wir alle die Zeit genießen können.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Café. Verbringen Sie schöne Stunden in netter Gesellschaft.

Mit besten Grüßen

Ihr

Peter Pliester



Pastorswall 11
47918 Tönisvorst

Telefon: 02151-994865
E-mail: info@seniorenbuero-TV.de
www.seniorenbuero-toenisvorst.de

Das bisschen Haushalt...

... war es nie

(EB) Das bisschen Haushalt macht sich von allein“ sagt mein Mann“:“ An das Lied aus dem Jahr 1977 von Johanna von Koczian können sich sicher noch viele von Ihnen erinnern. Daran, dass sich „das bisschen Haushalt“ jemals von allein gemacht hat, kann ich mich allerdings nicht erinnern. Auch fünfzig Jahre später und mit Hilfe aller möglichen Geräte ist Hausarbeit nach wie vor eine ziemlich zeitaufwendige Angelegenheit.

Vor 50 Jahren war in den meisten Familien die „Hausfrauenehe“ der Normalfall: Der Mann ging arbeiten, die Frau blieb im Haus, um sich um Haushalt, Kinder und Familie zu kümmern. Noch bis 1977 durfte eine Frau nur berufstätig sein, wenn es sich „mit ihren Pflichten in Ehe und Familie vereinbaren,“ ließ.

Etliche Frauen besserten unter diesen Voraussetzungen die Familienkasse durch diverse Heimarbeiten auf. Viele der Frauen konnten gut nähen

und nahmen Näharbeiten an, setzten Kugelschreiber oder andere Teile zusammen und sorgten damit für einen Zuverdienst. Andere fanden Arbeit in der Industrie, wurden jedoch meist nach den sogenannten „Leichtlohngruppen“ bezahlt. Bei gleicher Arbeit wie ein Mann bekamen sie dafür weniger Geld.

In den 70er Jahren waren etwa 30 % aller Frauen berufstätig. Im Laufe der Jahre stieg der Anteil erwerbstätiger Frauen gewaltig: Heute sind es etwa 75 %. Dafür mag es die verschiedensten Ursachen geben: Zusätzliches Einkommen, bessere Ausbildung, immer mehr Teilzeitarbeit, großer Bedarf im Dienstleistungssektor und nicht zuletzt erweiterte Öffnungszeiten für Kindergärten und die Einrichtung von Krippen, Kitas und Offenen Ganztagschulen (OGS).

Doch zurück zum leidigen Thema Haushalt: Selbst wenn unsere Väter keine Pascha-Allüren

hatten – Hausarbeit war nicht ihre Abteilung. Das war eindeutig Aufgabe der Frauen. In der nächsten Generation unserer Männer hatte sich erfreulicherweise schon viel verändert: Männer griffen nicht selten zum Staubsauger, kochten leckeres Essen, gingen einkaufen, brachten den Müll raus, wickelten die Babys, etc.

Hinzu kam eine tech-



nische Entwicklung, die die Vorstellung unserer Eltern übertroffen hätte:

Akkusauger, Saugroboter, Dampfreiniger, Dampfstrahler/Hochdruckreiniger, Rasenroboter, Wärmepumpe, Wärmepumpentrockner, Microwelle oder Thermomix mit digitalen Rezepten. Auch Spülmaschine oder Wäschetrockner gehörten vor einem halben Jahrhundert auch nicht unbedingt zur Standardausstattung der Haushalte.

Mittlerweile haben wir so viele Hilfen und dadurch Erleichterung in Haushalt, aber von alleine macht er sich leider nimmer noch nicht.

Denken wir nur an Betten beziehen, Fliesen in Küche/Bad oder Dusche reinigen, Fenster/Toilette/Waschbecken putzen, Wäsche bügeln/zusammenlegen – nach wie vor reine Handarbeit.

Doch nicht nur auf der Seite der Frauen hat sich in den vergangenen Jahren viel verändert: Heute ist es (fast) Standard, dass sich bei einem berufstätigen Paar auch Männer immer mehr in Haushalt und Kinderbetreuung einbringen.

Auch wenn die Elternzeit grundsätzlich eher von Frauen genommen wird: Auch Männern steht sie gesetzlich zu und einige von ihnen nehmen sie. Ein Mann als Hausmann? Früher undenkbar – heute: Warum nicht?

Zurück zu dem „bisschen Haushalt“: Dass Frauen nach wie vor die Hauptarbeit im Haushalt erledigen, wird sich wohl niemals ändern (warum auch immer). Aber eine Verbesserung gegenüber der Vergangenheit ist es immerhin, dass Hausarbeit nicht mehr grundsätzlich als Frauenarbeit gesehen wird, sondern auch Männer es immer mehr selbstverständlich finden, ihren Beitrag dazu zu leisten.



**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

www.drk-kv-viersen.de



Bild von congedesign auf Unsplash

Kartoffeln

...mal anders

Zutaten für 4 Portionen:

12 mittelgroße Kartoffeln
125 g Katenschinken, gewürfelt
125 g Käse, (Gouda oder Bergkäse)
Ca. 2 EL Olivenöl

Zubereitung:

Die Kartoffeln entweder schälen oder auch ungeschält wie gewohnt in Salzwasser kochen.
Dann die Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Blech nebeneinanderlegen und mit einem Pfannenwender leicht plattdrücken.
Die Kartoffeln mit dem Olivenöl beträufeln und dann nacheinander zuerst mit dem gewürfelten Schinken und dann mit dem geriebenen Käse bestreuen.
Im Backofen bei ca. 200 Grad Umluft bis zur gewünschten Bräunung auf der mittleren Schiene brutzeln. (RP)

Sommerfest

der Pfarrcaritas St. Cornelius St. Tönis

(EA) In diesem Jahr findet das Sommerfest der Pfarrcaritas auf Wunsch vieler bereits vor den Sommerferien statt. Am 08.07.2025 und am 09.07.2025 wie immer im Marienheim, Friedensstr. / Ecke Rue de Sees, St. Tönis. Hierzu sind Jung und Alt herzlich eingeladen. Der Einlass ist um 14.00 Uhr. Zu Beginn des Festes wird Kaffee und Kuchen serviert. Danach unterhält die Theatergruppe der Pfarrcaritas die Gäste mit einem abwechslungsreichen Programm. Zum Abschluss des Festes wird es die



sehr beliebte Tombola, die auch in diesem Jahr wieder viele hochwertigen Preise aufweist, geben. Der Eintrittspreis beträgt € 9,50, darin ist Kaffee und Kuchen enthalten.

Der Verkauf der Karten beginnt am 03.06.2025 in der Kleiderstube, Kirchplatz 15, St. Tönis, dienstags und donnerstags von 14.00 - 17.00 oder bei den ehrenamtlichen Helferinnen. Der Erlös der Veranstaltung kommt der Kleiderstube der Pfarrcaritas zugute, die Bedürftige in St. Tönis unterstützt.

NEW

Wir kümmern uns!
www.new.de

Dry aged Beef

Schlesische Wurstspezialitäten

Landfleischerei

Helbig

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

Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht,

(PP) Mit Ihrer Patientenverfügung und der Vorsorgevollmacht sind Sie eigentlich gut abgesichert, wenn Sie Probleme haben, Ihre Angelegenheiten selbst zu regeln.

Allerdings kann auch eine Situation eintreten, in der Sie in wesentlichen Bereichen Ihrer Lebens-

führung nicht mehr in der Lage sind, selbständig Entscheidungen zu treffen. Dann muss Ihnen jemand zur Seite gestellt werden, der diese Dinge für Sie übernimmt. Das nennt man Betreuung.

Die Entscheidung, ob Sie unter Betreuung gestellt werden müssen, trifft das Betreuungsgericht. Von

dort wird Ihnen jemand als Betreuer zugeteilt. Die Gerichte gehen dabei in einer bestimmten Reihenfolge vor. Zunächst kommen Ehegatte, Eltern, Kinder, Verwandte oder Bekannte als Betreuer in Frage. Sind solche Personen nicht vorhanden oder nicht bereit oder in der Lage, Ihre Betreuung zu übernehmen, wird Ihnen in der Regel ein Berufsbetreuer zugeteilt, der sich um Ihre Angelegenheiten zu kümmern hat. Sie sind einer/ eine von vielen Klienten/ Klientinnen. Das muss nicht schlecht sein, aber möchten Sie, dass sich eine wildfremde Person um Ihre persönlichsten Dinge kümmert? Oder möchten Sie, dass das Gericht jemanden aus Ihrem Umfeld/ Familie gestellt, zu dem Sie kein vertrauensvolles Verhältnis haben?

Wenn nein, dann kann es auch anders gehen. Das Gericht wird nämlich die Person zu Ihrem Betreuer/ Betreuerin bestellen, die Sie in einer sog. Betreuungsverfügung benannt haben. Sofern es keine schwerwiegenden Gründe gibt, die gegen diese Person sprechen, wird das Gericht



Betreuungsverfügung

Teil V Betreuungsverfügung

dieser Person die Betreuung übertragen. Dass Sie hier eine Person benennen sollten, zu der Sie uneingeschränktes Vertrauen haben, versteht sich von selbst. Praktisch wäre es natürlich, in Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung die gleiche Person zu nennen, da sie Ihre Situation am besten kennt und somit Ihre Interessen auch am besten vertreten kann. Wie auch bei den übrigen Verfügungen bzw. Vollmachten sollte Sie auch daran denken, eine weitere Person zu benennen, die die Betreuung übernimmt, wenn die als erstes von Ihnen benannte Person dies nicht mehr leisten kann.

In Ihre Betreuungsverfügung können Sie auch aufnehmen, wen Sie auf keinen Fall als Betreuer/ Betreuerin haben wollen. Das Gericht wird das mit Sicherheit berücksichtigen.

Man ist zwar grundsätzlich verpflichtet, eine Betreuung zu übernehmen, wenn man dafür vorgesehen ist. Niemand möchte aber von einer Person betreut werden, die das gegen ihren Willen und nicht freiwillig macht.

Aus diesem Grunde gilt auch hier, dass Sie mit der von Ihnen zu benennenden Person reden und sie in Ihrer Betreuungsverfügung schriftlich ihr Einverständnis mit der Betreuung erklärt.

Sollten Sie im Besitz von Immobilien sein, ist es zwingend erforderlich, diese Betreuungsverfügung vor einem Notar abzulegen. Ansonsten hat der Betreuer/die Betreuerin nicht das Recht in Ihrem Namen Verfügungen über diesen Immobilienbesitz zu erlassen.

Nähere Angaben entnehmen Sie bitte den Informationen des Bundesministeriums für Justiz, wo Sie auch die Formulare zum Ausfüllen aus dem Internet herunterladen können:

https://www.bmj.de/SharedDocs/Downloads/DE/Formular/Betreuungsverfuegung.pdf?__blob=publicationFile&v=5

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





Foto von movustu auf Chefkoch

Was von gestern übrig blieb:

Eierrösti

(EA) Der Vormittag ging viel zu schnell vorbei, nun heißt es schnell ein Essen zaubern, das schnell und problemlos zu zubereiten ist.

Der Kühlschrank gibt nicht viel her, aber einige Eier und noch da, ein paar Radieschen, etwas Gurke, Tomaten und ein paar Salatblätter sind vorhanden. Ein wenig nachdenken, was ist daraus zu machen? Ein Eierrösti, das ist es doch! Sättigend und schnell gemacht.

Zutaten pro Person :

1-2 Scheiben Toast/ Weißbrot
1-2 Eier, Salz, Pfeffer
etwas Fett für die Pfanne

Zubereitung:

Das Brot in Streifen oder Würfel schneiden, dann in der Pfanne bei mittlerer Hitze vorsichtig rösten. In der Zwischenzeit die Eier verkleppern und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Eiernischung über das geröstete Brot gießen und stocken lassen. Eventuell alles wenden und beide Seiten Farbe nehmen lassen. Aus dem Gemüse einen kleinen Salat bereiten und genießen.

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



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.



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

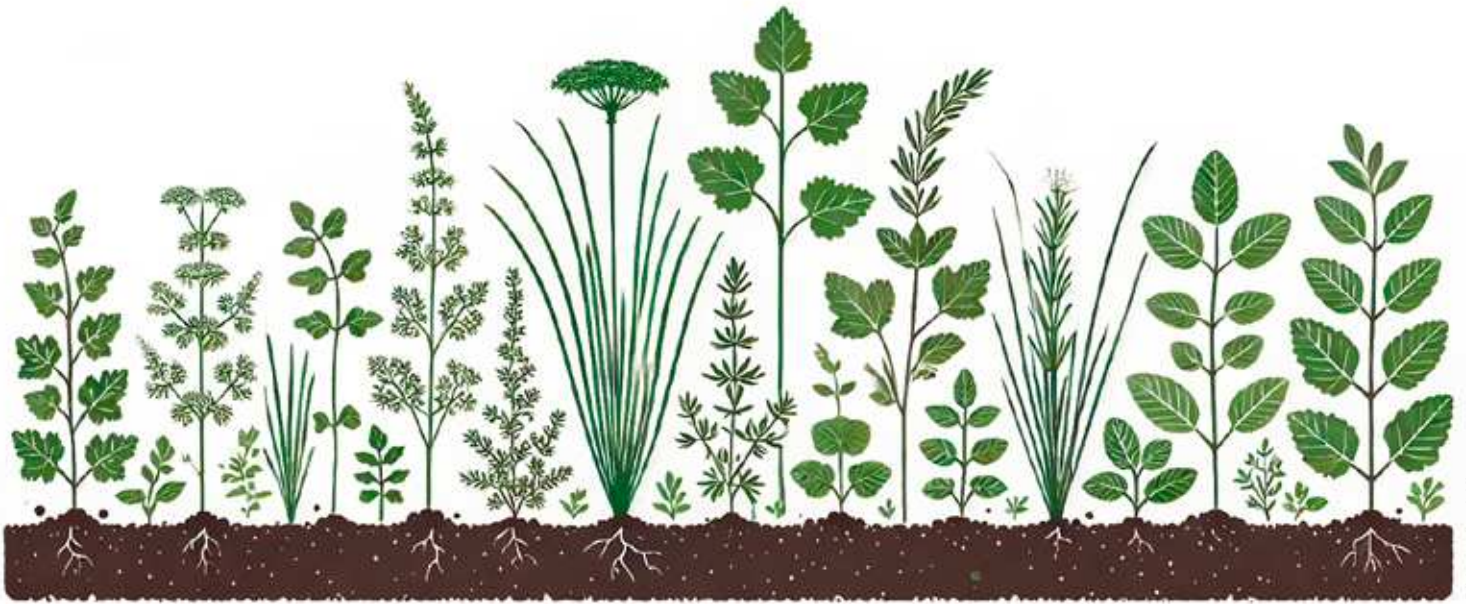


Bild erstellt mit KI

Sauerampfer

rumex acetosa

(EA) Der aus der Familie der Knöterichgewächse stammende Sauerampfer ist eine heimische Wildpflanze. Im zeitigen Frühjahr gehört sie zum ersten Grün, welches man in der freien Natur vorfindet.

Er lässt sich als langjähriges Gewürzkraut sehr leicht im Garten kultivieren. Die frischen, noch kleinen Blätter sind gerade nach der langen Winterzeit ein Frischekick. Die Blätter werden vor der Blüte gepflückt. Man bereitet aus ihnen Sauerampfersuppe, die Gründonnerstagsuppe oder Kräutersoßen.

Das Kraut kann auch in einen Wildkräutersalat gegeben werden oder man verarbeitet es mit im Salatdressing. Da der Sauerampfer reichlich Oxalsäure enthält und bei zu hoher Konzentration die Nieren schädigen kann, sollte er nicht zu häufig verzehrt werden.

Inhaltsstoffe: Vitamin C, Eisen, Kieselsäure, Kalzium und Oxalsäure.



Foto von Filipp Romanovski auf Unsplash

Umzug im Alter

– nicht immer eine gute Idee

(BK) Wir alle sind Gewohnheitsmenschen, die in der vertrauten Umgebung bleiben wollen, ob im Eigenheim mit Garten oder in der schon langjährig bewohnten Wohnung mit Terrasse oder Balkon. Hier wollten wir ewig bleiben. Das war so klar, über eine Veränderung irgendwelcher Art wollten und haben wir nicht nachgedacht. Warum auch? Wir waren jung, fit und gut beweglich und super vernetzt in unserer Umgebung und beruflich engagiert. Viele Treppen rauf und runter zu laufen – kein Problem. Den Garten zu pflegen und top zu halten auch nicht. Die Wohnung zu pflegen und zu putzen viel uns leicht und auf eine Leiter zu steigen um an das obere Fenster zu kommen auch. Wir haben Kinder groß gezogen und so gut es ging unterstützt und gefördert in allen Lebenslagen bis zum Auszug. Damals benötigten wir noch viel Platz. Das sieht heute ganz anders aus. Wir bewohnen große Wohnungen für uns alleine. Haben alle Zimmer möbliert und jeden Stauraum ausgefüllt mit den Dingen, die wir eigentlich schon lange nicht mehr angeschaut haben und nicht mehr brauchen, aber wir können uns nicht von den Dingen trennen – wir haben ja Platz satt!

Etwas hat sich im Laufe der vielen Jahre geändert. Wir haben mit zunehmendem Alter kleine oder größere körperliche Probleme bekommen mit unserer Gesundheit und Fitness. Mal hier eine Schmerztherapie oder Untersuchungen und OPs z.B. an Hüfte und Knie, Grauem Star oder auch noch ernsthafteren Dingen, die uns getroffen haben. Das Autofahren fällt manchen schwer und das lange Gehen strengt uns an. Anstehende Arbeiten im Haushalt dauern länger und sind nicht mehr so leicht zu bewältigen. Noch mehr zu

schaffen macht uns der Verlust an Geselligkeit.

Die Kinder arbeiten und kommen nicht mehr so häufig und so manche Freunde haben wir schon verloren. Einsamkeit ist ein großes Thema für viele im Alter. Sich zu entscheiden und Veränderung zuzulassen ist die erste Hürde und eine passende Bleibe zu suchen und zu finden ist schwer und oft zu teuer. Aber mit ein bisschen Glück und Hilfe kann es doch gelingen eine schöne kleinere und bezahlbare Wohnung zu finden.

Die Vorstellung umzuziehen, alles zu räumen und zu verpacken und vor allem zu entsorgen ist zunächst ein Horror und für viele undenkbar. Aber es geht. Wer kann helfen und wie teuer ist das wohl alles?

Tatsächlich gibt es *Seniorenumzüge* wie z.B. die Vebö in Krefeld. Die kommen zu Ihnen nach Hause und machen einen Kostenvoranschlag und sind dann beim Umzug mit vielen helfenden Händen da, packen ein was mitgenommen werden soll und sorgen für alles bis Haus oder Wohnung leer sind. Vielleicht ist es die Anregung auf die Sie gewartet haben...



Foto von Erda Estremera auf Unsplash

Dä Wenkvurel

Twie Lättsches, jett Kord,
Kleister on bongt Papier,
sue stell ech mech be öch
als Wenkvurel vür.

De Jeersch ös enjefahre,
de Felder send free
en betsche Wenk
on dann: Juchhe!

Ech steich enne Loot,
möt angerte ömme Wett,
enns kieke, wä tuirsch
enne Wolke steht.

Onger mich die Mensche,
Hüser jruet on kleen
Böösch on Felder
körrt be-eneen.

Ech flech on schweäv
en de Sonneschien -
ös dat neet schuen,
Enns Wenkvurel tu siehn?

(WaLeVo = Walter Lehnen, Vorst 1985)

Der Windvogel

Zwei kleine Hölzer, ein Stück Kordel,
Kleber und buntes Papier,
so stelle ich mich euch
als Windvogel vor.

Die Gerste wurde eingefahren,
die Felder sind frei,
ein wenig Wind noch
und dann...juchhei!

Ich steige mit den anderen
um die Wette in die Luft,
mal schauen, wer zuerst
in den Wolken ist.

Tief unter mir sehe ich Menschen,
Häuser, große und kleine,
Wälder und Felder -
alles nah beieinander.

Ich fliege und schwebe
im Sonnenschein -
ist es nicht schön,
einmal ein Windvogel zu sein?

Freie Übersetzung (MLB)

Det on dat on anger Denge

op Platt vertällt



Pastorswall 11
47918 Tönisvorst
Tel. 02151 - 994865

Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt in den Verein „Treffpunkt Seniorenbüro Tönisvorst e.V.“

zum

Name, Vornamegeb. am

Anschrift

Telefon

Falls vorhanden: E-Mail

- Ich erkläre mich ausdrücklich damit einverstanden, Vereinspost, wie z.B. Einladungen zu den Versammlungen ausschließlich per E-Mail zu erhalten.

Datum

Unterschrift.....

- Ich beauftrage den Verein Treffpunkt Seniorenbüro Tönisvorst e.V. den Jahresbeitrag 12,00 EUR* von meinem Konto abzubuchen:

- Ich beauftrage den Verein Treffpunkt Seniorenbüro Tönisvorst e.V. einen Jahresbeitrag in Höhe von _____EUR von meinem Konto abzubuchen:

IBAN

Datum.....

Unterschrift.....

Ich erkläre mich ausdrücklich damit einverstanden, dass der Verein Treffpunkt Seniorenbüro Tönisvorst e.V. die oben erhobenen Daten zum Zwecke der Mitgliederverwaltung erhebt, speichert und verarbeitet. Sofern ich einen Auftrag zur Abbuchung des Beitrages erteilt habe, erkläre ich mich auch ausdrücklich einverstanden mit der Weitergabe dieser Daten an Geldinstitute zum Zwecke der Beitragserhebung.

Datum.....

Unterschrift.....

* Der Jahresbeitrag beträgt für natürliche Personen 12 €, für juristische Personen 70 €

Aus unserer Malgruppe

Mein Name ist Uschi Elven und ich wohne in der Laschenhütte. Seit etwa einem Jahr bin ich über eine Nachbarin Mitglied der Dienstags-Malerinnen. Schon als Kind habe ich meine Liebe zur Malerei und zur Kunst entdeckt und male seither in verschiedenen Techniken. Seit vielen Jahren male ich in diversen Malgruppen und habe nach wie vor großen Spaß daran. Deshalb freue ich mich sehr, hier einen so netten Malclub in einer sehr schönen Umgebung gefunden zu haben. Zur Zeit male ich gerne Portraits in Acryl und denke, dass dieses Bild (Titel „Neuigkeiten“) gut zum „Treffpunkt“ passt.



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

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

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.



Seniorenrechte 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  02156 57 84 526
 info@piticom.de 0176 721 57 483

Das Angebot der Zukunftswerkstatt

Malen

Ute Güssen 02151/799263

Holzbearbeitung/ Schiffmodellbau

Herbert Breuers 02151 / 797460

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

Rommé

Elke Schwetlik 02151 / 994865

Hilfsbörse

Wolf Bohns 02151 / 701390
0157 / 56130387

Hospizgruppe/Trauertreff

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

Radfahren

Armin Rentmeister 02151 / 794780

Wandern

leicht und anspruchsvoll

Heribert Krins 02151 / 795486

Armin Rentmeister 02151 / 794780

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



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

Alle Veranstaltungen finden im Café im Treffpunkt statt, falls nichts anderes angegeben ist.

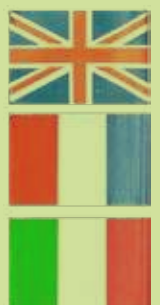
Wir machen Pause!

In der Zeit vom 16.06.2025 bis 20.06.2025
bleibt die Einrichtung geschlossen.
Das gilt auch für alle Gruppen.

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!

13.04.	Reindersmeer - Leukermeer (NL)	ca. 11 km
27.04.	Rheinauen bei Friemersheim	ca. 10 km
11.05.	Aaper Wald ‚D`dorf – Gerresheim	ca. 11 km
25.05.	Erlebnispfad Nord in Wachtendonk	ca. 10 km
08.06.	Rund um Walbeck	ca. 11 km
22.06.	Eilmpter Schwalmbruch	ca. 11 km
06.07.	Rund um Schloss Heltorf	ca. 10 km

Änderungen vorbehalten

Treffpunkt ist jeweils um 10 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 „Treffpunkt 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

Café im Treffpunkt

Regelmäßige Veranstaltungen

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

Voraussetzung! Schauen Sie doch einfach mittwochs (siehe Stundenplan) mal rein. Ansprechpartnerin ist Frau Gabriele Monreal, Tel. 0177/8518354

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



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, Aufschnitt, 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.



Besondere Veranstaltungen

Shuffleboard

Am 6.11.2024 hatten wir Pressebesuch im Café. Wir durften unsere, erst vor einem halben Jahr ins Leben gerufene, Shuffle-Gruppe vorstellen. Leider waren wir an diesem Tag nicht vollzählig. Das tat jedoch der netten Berichterstattung keinen Abbruch.

Der Artikel in der Tageszeitung hat uns sehr gefallen und wir hoffen, auf diesem Wege, vielleicht auch das Interesse Anderer geweckt zu haben, ganz unverbindlich an einem Mittwoch Nachmittag beim Shuffeln mitzumachen.



Sonntagscafé

Das Café wird am Sonntag, dem 06.04.2025, 04.05.2025 und am 01.06.2025 in der Zeit von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr geöffnet sein. Wir bitten um rechtzeitige Reservierung bis spätestens mittwochs zuvor.



Osterfrühstück

Unser diesjähriges Osterfrühstück findet am 17.04.2025 statt. Bitte rechtzeitig reservieren.



Kneipenquiz

Am Freitag, dem 23. Mai werden wieder 6 Runden lang die Köpfe rauchen. Wie bereits beschrieben, lebt das Quiz vom Schwarmwissen der Tischgenossen. Natürlich dürfen Sie sich wieder auf ein Buffet freuen, welches vom gesamten Team mit viel Engagement zusammen- und hergestellt wird. Startgebühr 5,-€ sind zu zahlen bei persönlicher Anmeldung und damit verbindlich. Der Preis für das Buffet beträgt 12€. Die Getränke werden gesondert abgerechnet. Einlass ist um 17.30 Uhr



Aus dem Café



Klappertüüüt und Helau!
Die „Alten“ waren wieder außer Rand und Band



Wir machen Pause!

In der Zeit vom 16.06.2025 bis 20.06.2025 bleibt die Einrichtung geschlossen.
Das gilt auch für alle Gruppen.

Treffpunkt Alte Post

Vorst, Markt 3

Wochenübersicht

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

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: 8 €

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 Ansprechpartner
in Willich und Tönisvorst:
Sascha Metzler**

Tel. 0 21 51 - 68 480 62
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 

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 im Treffpunkt 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
info@seniorenbuero-tv.de

Alte Post, Markt 3, Vorst
Tel. 02156 / 495429
Mo. - Fr., 14.00 bis 18.00 Uhr
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

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

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

Bürgerschaftliches Engagement

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

Zukunftswerkstatt Treffpunkt Seniorenbüro,
Pastorswall 11,
St.Tönis, Tel. 02151 / 994865
www.seniorenbuero-tv.de
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 im Treffpunkt
Seniorenbüro Tönisvorst e.V.
Wolf Bohns Tel.02151 / 701390 und 0157 / 56130387
www.seniorenbuero-tv.de
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

caritas

Caritasverband
für die Region
Kempen-Viersen e.V. 

Caritas-Pflegestation Tönisvorst

Nordring 3, 47918 Tönisvorst, Tel. 02151 / 993611,
cps-toenisvorst@caritas-viersen.de

Tagespflege Kempen

Wiesenstraße 59, 47906 Kempen, Tel. 02152 / 2618,
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



Join us on Facebook
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

Kirchen

Evangelische Kirchengemeinde St.Tönis,
Hülser Str. 57 a
Seniorenarbeit Tel. 02151 / 791888
www.ev-kirchengemeinde-st-toenis.de

Evangelische Kirchengemeinde,
Anrath-Vorst, Lutherstr. 2 c
Seniorenarbeit
Tel. 02156 / 41826
www.ev-kirche-anrath-vorst.de

Katholische Kirchengemeinden
St. Cornelius, St. Tönis, Kirchplatz 17
Tel. 02151 / 790350
www.gdg-kempen-tonisvorst.de

St. Godehard, Vorst, Kuhstr. 11
Tel. 02156 / 978570
www.gdg-kempen-tonisvorst.de

Mobilität

Bürgerbus Tönisvorst e.V.
Horst Dicken
Hülser Str. 65, St. Tönis
Tel. 02151 / 794747
www.bb-toenisvorst.de, info@bb-toenisvorst.de

Pflegedienste

Caritas-Pflegestation Tönisvorst,
Nordring 3, St. Tönis
Tel. 02151 / 993611
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
www.engelimeinsatz.de

Florence-Hilfe,
Laschenhütte 21, St.Tönis
Tel. 02151 / 795528
www.florence-hilfe.de

Häusliche Kranken- und Seniorenpflege Maria Richter,
 Marktstr. 21, St.Tönis
 Tel. 02151 / 994940
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

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

Rehabilitations- und Behindertensportgemeinschaft,
 Corneliusplatz 30, St.Tönis
 Tel. 02151 / 799634
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

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
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 · tagespflege@parimobil.de

Gemeinnützige Gesellschaft für paritätische Sozialdienste mbH

Seniorenbüro

(Begegnung, Bildung, soziales Engagement)
Treffpunkt 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

Sport

Interessengemeinschaft Altensport e.V. Tönisvorst
Fred Schwirtz, Hospitalstr. 26, 47918 Tönisvorst
www.ig-altensport.de, 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

Herzsportgruppe der Turnerschaft, St.Tönis,
Tel. 02151 / 799471
www.turnerschaft1861.de

Auch andere Sportvereine haben Angebote für Ältere.

Tagespflege

Tagespflege Haferkamp,
Haferkamp 29, St.Tönis
Tel. 02151 / 9315830/31
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, 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, www.caritas-viersen.de



Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001 : 2008

Zum Schmunzeln

Er: „Wenn ich morgens in den Spiegel sehe,
denke ich: Was für ein alter Sack schaut dich
denn da an?“

Sie: „Wenn ich morgens in den Spiegel sehe,
denke ich: Sei nett zu ihr!“

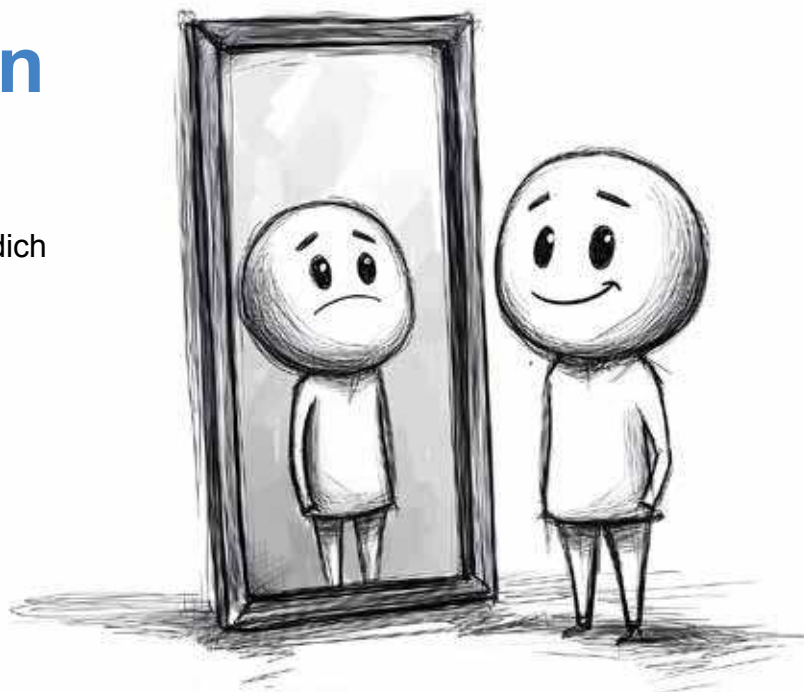


Bild von Vilius Kukanauskas auf Pixabay

Impressum

Herausgeber:

Treffpunkt Seniorenbüro Tönisvorst e.V.
Pastorswall 11, 47918 Tönisvorst
Tel. 02151 - 99 48 65, Fax 02151 - 70 54 73
E-mail: 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,
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: 20.05.2025
Auflage: Je Ausgabe 800 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**