Ausgabe 92 Oktober - Dezember 2026 zum Mitnehmen

Älterwerden

in TönisVorst



Foto von Wolf-Hubertus Bohns

Informationen - Berichte - Termine - Wissenswertes

Treffpunkt
Seniorenbüro Tönisvorst e.V.



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
Unsere Angebote	4
Impressionen aus dem Treffpunkt	6
Aus den Gruppen	7
Wir wandern wieder!	9
Auf einen Blick	10
Ihre Ansprechpartner für die Angebote	12
Unser ehrenamtlicher Besuchsdienst	13
Sind wir schnell genug?	14
In eigener Sache	16
Früher	18
Am Niederrhein op jück	19
Philokartie Teil 4	20
Unser Lieblingsrezept der Saison	23
Treffpunkt Alte Post	24
Adressen für Senioren	27
Markennamen-ABC	31
Impressum	31

Treffpunkt
Seniorenbüro Tönisvorst e.V.

Pastorswall 11
47918 Tönisvorst

Telefon: 02151/ 994865
Mobil: 01514 / 3303322
E-mail: info@seniorenbuero-tv.de
www.seniorenbuero-tv.de



Grußwort

Liebe Leserinnen und Leser,

hinter uns liegen einige Monate, die von Hitze und Trockenheit geprägt waren. Das war auch der Grund, warum wir unser Sommerfest verschoben haben. Bei zu erwartenden 32° bis 36° C erschien es uns unverantwortlich, unsere Gäste, die ja vielleicht auch ausgeblieben wären und unser Team dieser Hitze auszusetzen. Bei dem stattdessen stattfindenden Herbstfest am zweiten Oktober sind derartige Witterungsverhältnisse hoffentlich nicht zu erwarten.

Trotz allem hoffen wir natürlich, dass Sie die Hitze gut überstanden haben und dass der Herbst angenehmere Temperaturen und vor allem den dringend nötigen Regen für uns bereithält.

Wir sehen uns in unserem Café!

In diesem Sinne alles Gute für Sie

Ihr

Peter Pliester

Unsere Angebote

für Sie im Treffpunkt



Sonntagscafé

Am Sonntag, dem 18.10.2026 findet ein Sonntags-Café statt, genauso wie am 15.11.2026, was dann verbunden ist mit einem Adventbasar, den unsere Kreativgruppe vorbereitet hat. Das letzte Sonntagscafé in diesem Jahr findet als „Nikolauscafé“ am 06.12.2026 statt. Geöffnet ist an diesen Tagen jeweils von 14.30 Uhr bis 17.00 Uhr.
Es wird um Voranmeldung bis spätestens dem Mittwoch vorher gebeten.



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 („Auf einen Blick“) mal rein.



St. Martin im Café

Auch in diesem Jahr findet das Warten auf den Martinszug am Mittwoch, dem 11.11.2026 um 15.00 Uhr statt. Wie lange, hängt vom Ende des Martinszuges ab.
Es gibt wieder Glühwein und Martins-Püfferkes. Für den großen Hunger haben wir später Bockwürstchen mit Kartoffelsalat.
(Das Marktfrühstück am nächsten Tag muss leider ausfallen)



Weihnachtsfeier

In diesem Jahr findet unsere Weihnachtsfeier am Donnerstag, dem 17.12.2026 um 14.30 Uhr statt.
Hierzu sind alle herzlich eingeladen.
Wir bitten um Voranmeldung bis zum 04.12.2026.

In der Zeit vom 18.12.2026 bis zum 03.01.2027 ruhen wir uns aus.
Am 04.01.2027 sind wir wieder für Sie da.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Lieben ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Illustrationen von Adobe Stock, sowie KatIllustrationLondon und RosZie auf Pixabay

Frühstück

Das “Marktfrühstück” findet jeden Donnerstag in der Zeit von 9 -11.00 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, normales oder Körnerbrötchen)
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 20 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.

Nachmittagscafé

An drei Nachmittagen in der Woche haben wir das Café für Sie geöffnet.
Bei selbstgebackenem Kuchen, Kaffee, Kakao oder 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.
Gerne können Sie auch in unserer Bücherecke stöbern.
Unsere Mitarbeiterinnen haben stets ein offenes Ohr für Sie.



Impressionen aus dem Treffpunkt

















Fröhliche Weihnachten aus St. Tönis

Zur kommenden Weihnachtszeit hat Martha Küsters liebevoll gestaltete Weihnachtspostkarten herausgebracht. Zu sehen sind vier vertraute Motive aus St. Tönis: die Kirche Sankt Cornelius, das alte Rathaus, die Mühle und der Wasserturm. Die Motive wurden zunächst mit Bleistift skizziert und anschließend mit Buntstiften ausgemalt.

Die Postkarten sind in unserem Café „Treffpunkt“ sowie in der Buchhandlung in St. Tönis erhältlich. Mit einem Teil des Erlöses wird die Jugendhilfsorganisation in Nigeria unterstützt.





Aus unserer Malgruppe

Mein Name ist Gitta Kotira.
Die Liebe zur Malerei begann bei mir schon in jungen Jahren. Ich habe einige Techniken ausprobiert, z.B. Batik, Oel,- Seiden- und Aquarellmalerei, und bei Letzterem bin ich geblieben.

Meine Motive reichen von Landschaften, Blumen, Menschen bis hin zum Abstrakten.
Als Mitglied vom Kreis 80 habe ich regelmäßig an den Ausstellungen teilgenommen, hatte aber auch Einzelausstellungen bei Fa. Kyocera und in der Sparda Bank.

Aus unserer Gedächtnistrainings-Gruppe

(BH) In der vergangenen Ausgabe haben wie Ihnen unser „Schlager“ ABC vorgestellt und Sie zum Mitraten aufgefordert.
Wir durften unser Gedächtnis in der Zwischenzeit mit einem „Markennamen“ - ABC auffrischen.
Haben Sie Lust?

Auf geht´s!

A Almighurt, Aldi, Audi, Aral, Ariel, Armani…..

B BMW, Birkel, Bärenmarke, Blendamed,…

C Coca Cola, Chanel, Colgate,…

Möchten Sie die Liste bis Z ergänzen?

-Auflösung auf der letzten Seite -

Aus den Gruppen



Foto von Bodo Bertuleit auf Pixabay

Die Kreativgruppe ist aus der Sommerpause zurück

(WB) Im Oktober trifft sich die Kreativgruppe immer am 1.und 3. Mittwoch im Monat von 10:00 -12.00 Uhr im Cafe.
Wenn Sie Lust haben mitzumachen und kreative Ideen haben, rufen Sie gerne die Gruppenleitung unter 0163 / 1434486 an.

Die Wandergruppe

Unsere Wandergruppe sucht noch neue Wanderfreunde.

Wer Lust hat mit zu wandern, bekommt weitere Infos von Herbert Krins 02151 / 795486, heribert.krins@ekaris.de und Armin Rentmeister 02151 / 794780, armin.rentmeister@gmx.de.

Die Gruppe trifft sich am 04.10.2026 um 10 Uhr zur Wanderung „Die Erft bei Kapellen“ ca. 11 km.

Alle weiteren Infos auf der nächsten Seite.



Foto von Foto-RaBe auf Pixabay



Foto von bwgroot auf Pixabay

Shuffle Board

Sie kennen das Spiel nicht? Ein Brettspiel.
Kommen Sie vorbei, es ist ganz einfach.
Wir erklären es Ihnen gerne.

Unsere Gruppe trifft sich immer Mittwochnachmittag ab 14:30 bis 16.30 Uhr zu geselligen Spielen im Treffpunkt Seniorenbüro.

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt, Kaffee und Kuchen warten auf Sie in unserem Cafe.
Ansprechpartner: W.-H. Bohns 0157 / 56130387.

Skip-Bo – ein Kartenspiel

Die neue Gruppe trifft sich Montagsnachmittag von 14:00-16.30 Uhr zum gemeinsamen Spiel bei Kaffee und Kuchen.

Interesse?
Kommen Sie gerne dazu!
Ansprechpartner: W.H. Bohns 0157 / 56130387



Foto von Hoyrica CC BY-SA 4.0auf Wikipedia

Wir wandern wieder!

Neues von der Wandergruppe

04.10.2026	**Die Erft bei Kapellen**	**ca. 8 km**
18.10.2026	**Rund um Wachtendonk**	**ca. 8 km**
01.11.2026	**Huilbeek & Maas**	**ca. 11 km**
15.11.2026	**Lank - Kaiserswerth**	**ca. 9 km**
29.11.2026	**Tackenbendener Runde**	**ca. 9 km**
13.12.2026	**„Auf und ab“ Süchtelner Höhen**	**ca. 10 km**
10.01.2027	**Egelsberg - Traar**	**ca. 10 km**

Änderungen vorbehalten

Treffpunkt ist jeweils um 10 Uhr auf dem Parkplatz Willicher Str./Benrader Str.
Bis zum Donnerstag vor den Wanderungen ist eine Anmeldung per Telefon oder Mail erforderlich.

Wie auch auf der vorherigen Seite erwähnt, sucht die Wandergruppe noch Wanderfreunde, die mitmachen. Bei Interesse bitte melden (Kontakte siehe unten).

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

Auf einen Blick

regelmäßige Veranstaltungen im Treffpunkt

Montag	Dienstag	Mittwoch	
Gedächtnistraining 10.00 - 11.00 Uhr **Englisch** 1 10.00 - 11.00 Uhr **Französisch** 11.15 - 12.15 Uhr	**Englisch 2** 10.00 - 11.30 Uhr	**Kreativangebot (*4)** 10.00 -12.00 Uhr **Singen (*5)** 11.00 - 12.00 Uhr	
Nachmittagscafé 14.00 - 16.30 Uhr **Computerclub 55+** 14.00 - 16.00 Uhr **Rommé** 14.00 - 16.30 Uhr **Doppelkopf** 14.00 - 16.30 Uhr	**Malen** 15.00 - 18.00 Uhr	**Nachmittagscafé** 14.00 - 16.30 Uhr **Shuffleboard** 14.00 - 16.30 Uhr **Doppelkopf** 14.00 - 16.30 Uhr **Canasta** 14.00 - 16.30 Uhr **Schach** 14.00 - 16.30 Uhr	
	Englisch Konversation 2 16.00 - 17.30 Uhr		
	Hospizgruppe (*2) 18.00 - 20.00 Uhr		
Chorprobe (*1) 19.45 - 21.30 Uhr	**Schiffsmodellbau (*3)** 19.00 - 21.00 Uhr		
*1: Vocalensemble Li(e)dstrich	*2: jeden 4. Dienstag im Monat *3: jeden 1. Dienstag im Monat	*4: am 1. und 3. Mittwoch im Monat *5: am 2. und 4. Mittwoch im Monat	

Donnerstag	Freitag	Sonntag
Marktfrühstück 9.00 - 11.00 Uhr		
	Englisch Konversation 2 10.30 - 11.45 Uhr	
	Mittagessen (*6) 12.30 Uhr	
Nachmittagscafé 14.00 - 16.30 Uhr **Skat** 14.00 - 16.30 Uhr **Canasta** 14.00 - 16.30 Uhr	**Trauertreff (*7)** 14.00 - 16.00 Uhr	**Sonntagscafé (*8)** 14.30 - 17.00 Uhr
	*6: 1x im Monat, bitte Aushang beachten! *7: jeden 3. Freitag im Monat	*8: 1x im Monat, bitte Aushang beachten!



Ihre Ansprechpartner für die Angebote

Für alle Angelegenheiten des Cafés und alle Bereiche, die hier nicht gesondert aufgeführt sind	Andrea Jacobs 02151 / 994865 oder 01514 / 3303322
Besuchsdienst	Wolf Bohns 02151 / 701390

Singen
Gabriele Monreal 0177 / 8518354

Malen
Ute Güsgen 02151/799263

Schiffsmodellbau
Herbert Breuers 02151 / 797460

Computerclub
Hans Jakob Christ 02151 / 798611

Chorprobe
Manuel Maag 02151 / 4537846

Radfahren
Irmgard Tittel 02151/ 793117

Wandern
Heribert Krins 02151 / 795486
Armin Rentmeister 02151 / 794780

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

Gesellschaftsspiele
Canasta
Elke Amelung 02151 / 399377
Doppelkopf
Renate Pierburg 02156 / 7564
Sigrid Jäger 01512 / 3300735
Kegeln
Irmgard Tittel 02151 / 793117
Rommé
Roswitha Pasch 02151 / 775820
0176 / 60814712

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

Die Teilnahme an unseren Angeboten und Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr.

Programmänderungen behalten wir uns vor.

Mit der Teilnahme erklären Sie sich damit einverstanden, dass Bilder in dieser Zeitung oder auf unserer Website veröffentlicht werden.

Unser ehrenamtlicher Besuchsdienst

Wir nehmen uns Zeit für Sie



(WB) Der Besuchsdienst für Senioren versteht sich nur als Gesprächsangebot, Beratung in der eigenen Häuslichkeit.

Darüber hinaus bieten wir in unseren Vereinsräumen im Treffpunkt Senioren Café, Pastorswall 11 (Mertenshof) ein reichhaltiges Angebot an Veranstaltungen an.

Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie gerne an.

Für den Erstkontakt erreichen Sie Wolf Bohns Montag bis Freitag unter der Telefonnummer 0157 / 56130387 oder 02151 / 701390.



Sind wir schnell genug...

...für den Klimawandel?

(BK) Nach den zu heißen Monaten diesen Jahres wird wohl ein wärmerer Herbst und Winter zu uns in Europa kommen. Das ist der Kontinent, der sich am stärksten aufheizen wird! Der Klimawandel hat uns schon länger erreicht, aber jetzt nehmen wir ihn alle wahr, mit schlimmen Folgen für unsere Gesundheit und vielen Menschen, die mit der Hitze nicht klar kommen und viel zu früh verstorben sind in kühlen Seen und Flüssen. Es eilt – wir müssen die Städte kühler machen durch weniger zugepflasterte Plätze. Wir brauchen mehr Grünflächen, die Wasser aufnehmen und speichern und viele Bäume, die uns den nötigen Schatten bringen können. Kostenfreies Trinkwasser in den Städten und kleinen Orten ist erforderlich. Unsere Flüsse und Bäche werden wohl auch in Zukunft immer weniger Wasser führen an vielen heißen Tagen im Jahr.

Kliniken, Altenheime, Kindergärten und Schulen brauchen Klimaanlagen/ Schutz vor der Wärme. Das kostet viel Geld und müsste schnell umgesetzt werden. Unsere Häuser/ Wohnungen brauchen auch Wärmeschutz und mehr Schatten und mehr Schutz durch Klimaanlagen. Das alles kostet sehr viel Geld – Lösungen müssen her.



Foto von Ronald Plett auf Pixabay

Dry aged Beef
Schlesische Wurstspezialitäten
Landfleischerei
Helbig
Eichenstr.5 47918 Tönisvorst-Vorst Tel.:02156-8208

Herzliche Unterstützung im Alltag
Echte Entlastung der unterstützenden Angehörigen
Herzliche Betreuung & flexible Unterstützung von Senioren und anderen Altersgruppen
Spezialisiert auf demenzerkrankte Menschen
Hilfe für Menschen mit Beeinträchtigungen
Ab Pflegegrad 1: Leistungsabrechnung über die Pflegekasse möglich
Versorgung des Haushaltes nach einem Krankenhausaufenthalt
Homepage
—TönisVorster— Betreuungsdienst
Mit Herz Ihren Alltag gestalten
Ab sofort betreuen wir sie auch in Kempen, Anrath, Süchteln und Oedt
Süchtelner Str. 41, 47918 Tönisvorst, Tel.: 0174 64 082 22
info@toenisvorster-betreuungsdienst.de

Der Anbau von Getreide, Kartoffeln, Gemüse oder Obst muss neu gedacht werden. Die Böden sind viel zu trocken für gute Erträge in der Zukunft, da eine Bewässerung auf Dauer nicht mehr funktionieren wird und die Mengen von Grundwasser nicht mehr vorhanden sein werden. Neue Anbausorten für einen trockeneren Acker müssen gefunden und getestet werden, damit der Anbau sich noch rentiert.

Das Wasser, in den uns nahen Meeren und großen Seen, wird sich auch weiter erwärmen. Algenbildungen sind die Folgen. Die Fische und Muscheln leiden unter den Veränderungen im Wasser durch höhere Temperaturen und die Zunahme der Algengewächse. Das hat viele andere Folgen in der Natur.

Zudem werden wir an den vielen heißen Tagen von kleinen und großen Bränden überrascht werden. Schon jetzt sind z.B. in Portugal, Spanien, Frankreich und Italien riesige große Waldflächen verbrannt, wo teils kein Fichtenwald mehr wachsen kann. Die Erde im Inneren brennt und muss länger kontrolliert werden, damit das Feuer nicht wieder entfacht.

Unsere Komfortzone, mit milderem Klima und relativ verlässlichen Jahreszeiten, wird sich schnell ändern und wir müssen schauen, wie wir das verkraften. Unser Leben wird sich verändern. Alles wird teurer werden und unsere Reiseziele werden wir überdenken müssen – oder?

Also liebe Leser und Leserinnen, mit Bedacht und guter Planung werden wir auch das alles gemeinsam überstehen.

Passt gut auf Euch auf!

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

In eigener Sache

Jahreshauptversammlung 2026

(PP) Unsere diesjährige Jahreshauptversammlung fand am 08.07.2026 statt. Insgesamt hatten 37 Mitglieder bei einigermaßen erträglichen Temperaturen den Weg in unser Café gefunden.

Nach der Begrüßung, dem Tätigkeitsbericht des Vorstandes und dem Kassenbericht trugen die Kassenprüfer den Bericht über ihre Prüfung vor. Es ergaben sich keine Beanstandungen; dem Kassierer wurde bescheinigt, gute und korrekte Arbeit geleistet zu haben. Die Versammlung erteilte dem Vorstand bei fünf Enthaltungen durch den Vorstand einstimmig Entlastung.
Danach standen turnusgemäß Wahlen an.
Frau Vera Tenten, bisherige stv. Vorsitzende, stellte sich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr zur Wahl. Sie hat in ihrer Zeit im Vorstand hervorragende Arbeit geleistet und war seit einigen Jahren bereits auch ehrenamtliche Mitarbeiterin in unserem Café. Auch da hat sie sich über alle Maßen eingebracht und war immer mehr als nur eine „Hilfe“. Wegen ihrer freundlichen, aufgeschlossenen und immer hilfsbereiten Art war sie sowohl im Team und im Vorstand als auch bei unseren Gästen sehr beliebt. Wir alle werden Vera vermissen und wir wünschen ihr von Herzen alles Gute für die Zukunft!
Zu ihrem Nachfolger wurde Wolf-Hubertus Bohns gewählt, der bislang als Beisitzer fungiert hatte. Neue Beisitzerin wurde Frau Gabriele Monreal, die seit einigen Jahren unsere Singgruppe leitet. (siehe auch an anderer Stelle in dieser Ausgabe).



v. l. Beisitzerin Sabine Martini, Kassierer Heribert Krins, der neue stv. Vorsitzende Wolf-Hubertus Bohns, 1. Vorsitzender Peter Pliester und die neue Beisitzerin Gabriele Monreal

Ein neues Gesicht

Mein Name ist Gabriele Monreal. Seit der Mitgliederversammlung am 08.07.2026 bin ich Beisitzerin im Vorstand unseres Vereins. Gerne mache ich mich Ihnen ein wenig bekannt:
Als ich 2012 nach 40-jähriger Verwaltungstätigkeit im öffentlichen Dienst vorzeitig in den Ruhestand gehen konnte, zog ich ein Jahr später vom Duisburger Süden nach Tönisvorst/ St. Tönis, um näher bei meinem ersten Enkelkind zu sein.

Inzwischen ist die Familie gewachsen: drei Enkelkinder leben hier, ein weiteres lebt mit meinem Sohn und dessen Familie in einem anderen Ort. Bis heute ist meine Familie der wichtigste Bestandteil meines Alltags, und ich nehme besonders regen Anteil an der Entwicklung der Enkelkinder in diesen nicht immer einfachen Zeiten. Darüber hinaus suchte ich nach weiteren, neuen Sinnquellen. Aktiv auch als Teil der Gesellschaft zu etwas beizutragen, dabei neue Perspektiven kennenzulernen und durchaus etwas zurück zu bekommen – so war meine Überlegung.

Also engagierte ich mich zugleich ehrenamtlich. Zunächst als Leseoma in einer Kindertagesstätte und in der Grundschule aktiv, unterstützte ich 2015 nach dem Zuzug geflüchteter Familien überwiegend aus dem arabischen Raum die Kinder beim Deutschlernen und bei ihren Hausaufgaben. Eine spannende, auch anstrengende, aber vor allem lebendige und dankbare Phase mit den Kindern!
Mit Beginn der Covid-19-Pandemie musste ich dieses Engagement einerseits leider schlagartig beenden; andererseits hatte ich nun viel Zeit, mich selbst beim ‘älter werden‘ zu beobachten. Ich beschloss, neue Verbindungen in meiner Altersgruppe für mich aufzunehmen, um körperlich und geistig fit zu bleiben.
Unter diesem Aspekt trat ich 2022 in unserem Verein ein. Mein besonderes Interesse galt von Anfang an dem Singkreis. Bis heute bin ich mit großer Freude dabei. Denn das gemeinsame



Singen verbindet und macht einfach froh. Darüber hinaus bin ich in einer Gymnastik- und Wassergymnastikgruppe, lese daheim gerne, höre Musik aller Stilrichtungen, liebe Kabarett und „Das philosophische Radio“ (WDR 5).

Als unser Verein unlängst eine(n) neue(n) Beisitzer(in) suchte, wurde ich neugierig auf diese - für mich neue - ehrenamtliche Tätigkeit und kandidierte. Für meine Wahl und das hiermit in mich gesetzte Vertrauen bedanke ich mich gerne an dieser Stelle!

Wir begegnen uns vielleicht im „Treffpunkt“ - bis dahin
Ihre Gabriele Monreal

Ein (mein) Wechsel

(WB) Leider stellte sich Frau Vera Tenten auf der Jahreshauptversammlung zur 2. Vorsitzenden nicht mehr zur Wahl.
So stellte ich, Wolf Bohns, mich nach dem Rücktritt als Beisitzer zur Wahl zum 2. Vorsitzenden. Ich wurde von den Mitgliedern gewählt und nahm die Wahl an.
Mein besonderer Dank gilt an dieser Stelle meiner Vorgängerin Vera Tenten.
Engagiert und mit viel Power in schwierigen Zeiten formte sie ein neues Team im Cafe. Abläufe gestaltete sie effizient und brachte diese auf den Weg.
Als ehrenamtliches Mitglied war sie sowohl im Caféteam als auch als 2. Vorsitzende im Vorstand tätig, eine perfekte Verbindung zwischen Caféteam und Vorstand.

Sie hinterlässt auch für mich große Spuren, die es gilt weiterzuführen.
Ich danke ihr für die gemeinsame Zeit im Treffpunkt Seniorenbüro.

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

PFLEGE bella
Weil Zuhause der schönste Ort zum Leben ist.
Seit dem 01.01.2026 sind wir als ambulanter Pflegedienst in Tönisvorst, Krefeld und Umgebung für Sie da.
Unsere Leistungen:
Unterstützung bei der Grundpflege und in alltäglichen Aufgaben
Begleitung zu Arztterminen, beim Einkaufen oder bei Besorgungen
Soziale Betreuung und gemeinsame Aktivitäten im Alltag
Pflegeberatung nach § 37.3 SGB XI, Beratung rund um Pflegegrad, Pflegekasse und Leistungen
AKTUELL FREIE KAPAZITÄTEN
Jetzt unverbindlich beraten lassen: 02151 4121620
www.pflege-bella.de
Tackweg 11, 47918 Tönisvorst

eKaris GmbH
Steuerberatungsgesellschaft
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

IMMOBILIEN
CHRISTOPH REIFF
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.



Was ich noch sagen wollte

Früher!

(WB) Als ich ein Kind war, erzählten mir die Eltern Geschichten; die aus ihrem Leben hörte ich am liebsten.
Und weil in ihren Geschichten so oft das Wörtchen „Früher“ vorkam, nannte ich sie „Früher“.
Warum habe ich kein „Früher“ so frage ich.
Die Mutter sagte: „Weil Du erst eine kurze Vergangenheit hast. Früher liegt weit zurück. Man kann nur von Früher erzählen, wenn man schon lange gelebt hat“.

Ich verstand sie nicht. Wie soll ein kleines Kind verstehen, dass sechs Lebensjahre keine lange Zeit sind. Wo doch ein Tag, eine Stunde unendlich lang dauern. Wir alle erleben die Zeit subjektiv. Es kommt immer auf den Standpunkt an. Unterschiedliche Lebenssituationen lassen die Zeit rasen oder kriechen. Und je nach Alter hat die Zeit einen anderen Wert.



Foto von Christelle Prieur auf Pixabay

Der junge Mensch besitzt so viel davon, dass er sie unbekümmert verschwendet.
Für mich ist sie rar und kostbar geworden. Zu kostbar zu verschwenden.
Darum erlebe ich sie intensiver und sinnvoller, als die lange Vergangenheit davor.

Ich freue mich auf mein Stücken Zukunft!

Am Niederrhein op jück

Landcafé mit besonderem Flair

ein Reisebericht

(WB) Heute führt uns der Weg nach Korschenbroich-Glehn zum Landcafé Ambientehof.

Durch eine Hofeinfahrt mit vielen Blumen, Pflanzenkübeln und Palmen kommen wir in den Innenhof. Hier sind unter den großen hellen Sonnenschirmen Tische und Stühle aufgestellt, die zum Verweilen einladen.
Auch unter einer großen Markise laden Tische und Stühle in netten Sitzgruppen zum Innehalten ein.
Weiter geht es in die Gaststätte, wo sich gleich zu Anfang eine große Kuchentheke befindet. Von dort geht es weiter in einen großen Gastraum. Rustikal eingerichtet mit vielen Dingen, wie Bildern, Kerzenleuchtern und anderen Gegenständen aus der Vergangenheit. Gemütliche Sitzgruppen mit kleinen Sofas geben dem Raum einen besonderen Flair.



Auf einer reichhaltigen Speisekarte können verschiedene Frühstücks-Varianten ausgesucht werden. Brötchen sucht man hier vergebens: als Besonderheit gibt es verschiedene Brotsorten der Bäckerei Merzenich aus Köln.
Ab 12.00 gibt es eine kleine Mittagskarte.



An Wochenenden ist es besser, einen Tisch zu reservieren. Tel:02182/5705133.

Die Öffnungszeiten:
Dienstag bis Sonntag von 09:00—17:00 Uhr.
Montags geschlossen.



Die Adresse:
Landcafè Ambientehof
Hauptstraße 1A
41352 Korschenbroich-Glehn



Philokartie Teil 4

Hobby Postkartenkunde

„Es gilt nach wie vor als freundliche und höfliche Aufmerksamkeit, Ansichtskarten von unterwegs oder zu bestimmten Anlässen zu schreiben.“

Dies galt zumindest so lange, bis sich WhatsApp und Co durchsetzten.
Dabei haben sich die Postkartenverlage nicht immer die Mühe gemacht ein neues Foto zu machen, wie folgende Karten zeigen: Eine Aufnahme vom Auer Kirchlein, vier Varianten, welche über einen Zeitraum von etwa 20 Jahren verwendet wurde.



Ein weiteres Beispiel für möglichst geringen Aufwand ist das Austauschen einzelner Bilder auf einer Mehrbildkarte, welcher Dank modernerer Technik möglich ist.

Finden Sie den Unterschied?



Die Geschichte der Correspondenz-, Post- und Ansichtskarte

Der Anfang der Post-/ Correspondenzkarte war vor mehr als 150 Jahren und seitdem hat die Postkarte eine beeindruckende Karriere hinter sich. Nach dem Start setzten sich die Karten schnell durch, zumal bei den Texten nicht so stark auf formelle Redewendungen geachtet werden musste.

Die Postkarte ist insofern als SMS um 1900 zu bezeichnen, auch weil in Wien die Zustellung der Postkarten wochentags siebenmal stattgefunden hat, in Berlin sogar 11x.
(Quelle: Deutschlandfunk Kultur)

Durchschnittlich hat eine Postkarte zwei Stunden benötigt.
Und darum schrieb man häufig auch die Uhrzeit

auf eine Postkarte.
Durch das Telefon wurde die Wichtigkeit der Postkarte geringer.

Ich möchte einmal darauf hinweisen, dass die Adressseite für die Post die Vorderseite ist.
Diese Festlegung gilt zudem für die philatelistische und philokartistische Fachsprache und für alle Arten von Postkarten.

Die Adressseite war ursprünglich nur für die Briefmarke, den Poststempel und die Adressierung bestimmt. Es durfte kein Mitteilungstext aufgeschrieben werden und die Adresszeilen verliefen fast über die gesamte Breite dieser Kartenseite. Mittteilungen mussten auf die Bildseite geschrieben werden.
Dort mussten auch die Ortsangaben, die Benennung von abgebildeten Gebäuden, Landschaften uä. sowie die Verlagsangaben untergebracht werden.

Ab 1905 wurde die Adressseite in Deutschland geteilt, wobei die linke Seite für Mitteilungen zur Verfügung stand.
Laut Amtsblatt des Reichspostamts in Berlin vom 17.01.1905 wurden vom 01.02.1905 an im innerdeutschen Verkehr briefliche Mitteilungen auf der Vorderseite = Adressseite versuchsweise zugelassen. Der senkrechte Teilungsstrich durfte dabei keinesfalls die linke Hälfte der Karte überschreiten.

Ab dem 1. April 1905 war die geteilte Adressseite dann offiziell eingeführt. Allerdings nur bei Ansichtskarten, nicht bei allen Postsachen und nicht für den Versand ins Ausland.



Erste Karte Deutschlands

Ursprünglich waren Postkarten nur für die rein schriftliche Korrespondenz ohne Illustration vorgesehen, damals wurden sie als Correspondenzkarten bezeichnet. Wann und von wem die erste Ansichtskarte gedruckt wurde, ist nicht sicher bekannt.

Als erster Hersteller kommt der Kupferstecher Demaison aus Frankreich in Frage, der bereits 1777 Karten, die möglicherweise mit Bildern versehen waren, gedruckt haben soll. Es existieren jedoch keine Exemplare von diesen Karten.

1840 wurden in England erstmals die Briefmarken eingeführt und dort wurde noch im selben Jahr eine handgemalte, bebilderte Karte verschickt, welche im Jahr 2002 für 31.750 € versteigert wurde.

Die erste ganzseitig bebilderte deutsche Karte, die ohne Umschlag verschickt wurde, stammt nach heutiger Kenntnis von 1866. Sie enthält eine Einladung zu einer Treibjagd und ist postalisch gelaufen am 05. Dezember 1866.
Diese auf hellgrünen Karton gedruckte Karte lief von Westhofen nach Offstein mit 2x 1 Kronen-Freimarken (Thurn- und Taxis Post).

Andere Quellen verweisen auf die Jahre 1869 oder sogar erst 1870, da bin ich selbst nicht sicher.



Frühe Karten

Da die Versandkosten der Ansichtskarte zumeist niedriger als die eines Briefes waren, stellte sie lange Zeit die kostengünstigere Form der schriftlichen Korrespondenz dar.
Die Blütezeit der Ansichtskarte wird als „Goldenes Zeitalter der Ansichtskarten“ zwischen 1897 und 1918 bezeichnet.
Während dieser Zeit wurden sehr viele Karten versendet und es gab eine beachtliche Auswahl davon.
Diese große Beliebtheit hat sie seitdem nicht mehr erreicht, weil sie allmählich von modernen Kommunikationsformen wie beispielsweise Telefon, E- Mail und WhatsApp verdrängt wurde.
Im Gegensatz zu früher lohnt es sich für die Verlage nicht mehr Karten von allen Orten anzubieten, da die Nachfrage heutzutage zu gering ist.
Insgesamt gibt es nur noch wenige große Ansichtskartenverlage.



Datenschutz?!

Schon vor der Einführung der Postkarten gab es Bedenken im Bezug auf den Datenschutz. Man stand man dem „offenen Brief“ sehr skeptisch gegenüber, weil schließlich vom Postboten bis zum Dienstmädchen jeder die Mitteilungen lesen konnte. Eine andere Befürchtung war, dass vertrauliche Nachrichten in falsche Hände geraten könnten.

Es soll Sammler geben, die ganze Korrespondenzen von Liebespärchen besitzen, ich habe eine Karte:

„Liebe Geliebte!

Zwei Augensterne die grüßen Dich so innig gehen, ich kann nicht schlafen, seit wir uns das letzte Mal trafen, es fällt mir schwer, ich erwarte eine Wiederkehr.
Aus Liebe bestehen, aus Sehnsucht vergehen, drum schreib ich Dir, dass ich wieder mal komm zu Dir.
Nun rate mal, wer an Dich denkt und der Post das Porto schenkt.

Es grüßt Dich ein Unbekannter und doch genannter.“



Mitunter wurde aber auch gewünscht, dass Mitteilungen gelesen werden:

„Wie es sich lohnt, das romantische, paradiesisch schöne Lofer und die bestbekannte, intim-sehenswerte Gaststätte zum BRÄU zu besuchen, zeigt nachstehendes Memorandum im Gästebuch: Hansi N.: „Ich danke Gott, dass er mich dieses herrliche Fleckerl Erde und Ihr gastliches Haus finden ließ…. .“



Wie wahr ist die Postkarte?

Anne Berest (französische Schriftstellerin und Theaterschauspielerin) bezeichnet „Die Postkarte“ als „Roman vrai“ (wahren Roman), da er auf dem Leben realer Menschen und wahren historischen Ereignissen basiert.

Zum Abschluss der Serie über die Philokartie möchte ich Ihnen noch eine Geschichte zu einer für mich besonderen Karte erzählen:

In den Osterferien 1986 in St. Martin bei Lofer und Lofer habe ich einen Dia-Vortrag über Lofer und die Umgebung besucht. Das letzte Bild zeigte das Auer Kirchlein mit dem Vollmond, siehe Karte. Im Anschluss an den Vortrag habe ich dem Herrn erzählt, dass ich Postkarten von Lofer sammle und ca. 400 oder 450 Karten habe. Er hat dann gesagt, dass er von dem letzten Bild ein paar Postkarten hat anfertigen lassen. Am nächsten Tag durfte ich zu seiner Arbeitsstelle im Raiffeisenmarkt kommen und mir eine Postkarte von dem Bild abholen.



Postkarten lassen grüßen!

Unser Lieblingsrezept der Saison:

Ofengemüse

mal anders



Foto: Kerry Layton auf Unsplash

Zutaten für 2 Portionen:

2 rote Bete (vakuumiert und gekocht)
400 g Kartoffeln
4 Möhren
1 Apfel
3 EL Oliven- oder Rapsöl
Salz und Pfeffer
1 Zitrone
Einige frische Kräuter zum Garnieren

Zubereitung:

Rote Bete, Kartoffeln und Möhren in mundgerechte Stücke schneiden. Alles in einer Schüssel mit Öl, Pfeffer, Salz, einem Esslöffel Zitrone und evtl. einer Knoblauchzehe vermengen und zum Schluss den Apfel in Stücken zufügen.
Auf einem Backblech verteilen und bei 180 Grad Umluft 40 Minuten backen.

Danch mit frischen Kräutern bestreut werden.

Dient als Beilage, leichtes Hauptgericht oder zu Gegrilltem.

Guten Appetit! (RP)

Treffpunkt Alte Post

Vorst, Markt 3

Wochenübersicht

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Sitzgymnastik 9.30 – 10.15 Uhr *nach vorheriger Termin-vereinbarung* *Tel:02156-495429*	**Senioren-beratung** 8.30 – 10.00 Uhr wöchentlich *nach vorheriger Ter-minvereinbarung* *Tel:02156-495429*	**Frühstück** ab 9.30 Uhr wöchentlich *nach vorheriger Ter-minvereinbarung* *Tel:02156-495429*		**Wohnberatung in Vorst** 9.00 - 11.00 Uhr *nach vorheriger Terminvereinbarung* *Tel:02156-495429*
Gedächtnistraining 10.15 – 11.00 Uhr wöchentlich *nach vorheriger Termin-vereinbarung* *Tel:02156-495429*	**Sitzgymnastik** 10.00 – 11.30 Uhr *nach vorheriger Ter-minvereinbarung* *Tel:02156-495429*		**Senioren Online** 10.00 – 12.00 Uhr wöchentlich	
Wohnberatung in Vorst 14.00 - 16.00 Uhr *nach vorheriger Termin-vereinbarung* *Tel:02156-495429*	**Spiel- & Sing-gruppe** 14.00 Uhr		**Offenes Café** 14.00 – 17.00 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

Repair Café in der „Alten Post“

Sie haben ein defektes Haushaltsgerät, der CD Spieler will nicht mehr, das Radio streikt? Die Garantie ist natürlich abgelaufen und eine Werkstatt findet sich auch nicht? Warum nicht gemeinsam versuchen, das gute Stück wieder instand zu setzen? Mit den Fachleuten vor Ort und einer Tasse Kaffee ist schon so manches Schätzchen wieder zum Leben erweckt worden.
Interesse?
Terminvergabe unter: 02156 495429



Bild von Maria Domnina auf Pixabay

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 SBG XI) und vieles mehr!

LfK Landesverband freie ambulante Krankenpflege NRW e. V.

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 zur 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., 14.00 bis 16.30 Uhr
www.seniorenbuero-tv.de
info@seniorenbuero-tv.de

Alte Post, Markt 3, Vorst
Tel. 02156 / 495429
Öffnungszeiten siehe Aushang
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

Besuchsdienst vom 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

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-tönisvorst.de

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

Mobilität

Bürgerbus Tönisvorst e.V.
Horst Dicken
Willicher Str. 49, 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

Home Instead,
Sittarder Straße 35 – C10, 41748 Viersen
Tel. 02162 / 918000, www.homeinstead.de

Pflege bella
Tackweg 11, St. Tönis
Tel. 02151 / 4124620, www.pflege-bella.de

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

TönisVorster Betreuungsdienst,
Süchtelner Str. 41, Vorst
Tel. 0174 / 6408222
info@toenisvorster-betreuungsdienst.de
https://toenisvorster-betreuungsdienst.de

Pflegende Angehörige

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

Rehabilitation

Rehabilitionsklinik 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, Tel. 02151 / 999105
Mo.- Mi., 8.30- 12.30 Uhr
Fr., 8.30- 12.00 Uhr und nach Vereinbarung

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





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 Treffpunkt,
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.

WIR BILDEN AUS!
Für die Zukunft der Pflege

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

Markennamen -ABC – unsere Vorschläge

Auflösung von Seite 8

A Almighurt, Almased, Audi, Aldi, Apple, Aral, Ariel, Armani, Always, Alltours, Adidas
B BMW, Birkel, Barilla, Becks Bier, Bauer,
C Corona (Bier), Coca Cola, Carman Chia, Cadillac, Chanel, Colgate,
D Daihatsu, Dalli, drei Glocken, Dr. Oetker, Diebels Delacroix, Dr. Best, Dior, Dove
E Erasco, Eckes, Ehrmann, Eszet, Edeka
F Frosch, Fiat, Fanta, Freixenet, Ferrero
G Gerolsteiner, Gütermann, Gilette, Globus
H Henkel, Henkell (Sekt), Haribo, Heinz,
I Isetta, Iglo
J Jaguar, Jever, Jack Daniels, Jacobs
K Krombacher, Königshofener, Kerrygold, Königspilsener, Kaufland
L Llilett, Lenor, Lidl, Leimener, Lacroix, Lacoste, Landliebe, L´oreal
M Melitta, Maoam, Merci, Mars, Milka, Mercedes, Maggi, Mc Cain, Mediamarkt
N Novesia, Nappo, Nina Ricci, Nivea, Nike
O Opel, Old Spice
P Panda, Polo, Paradiescreme, Persil, Perwoll, Pampers, Pril, Philadelphiacreme, Penny, Porsche, Penaten, Puma
Q Quase
R Rama, Rewe, Raffaelo, Rotkäppchen, Rextasil, Rieker
S Sprite, Sarotti, Sagrotan, Seitenbacher, Sanella, Samsung, Schwarzkopf, Saturn
T Toffifee, Teekanne, Tena, Twix, Telekom, Tetesept, Tabac, Tschibo, Tui
U Underberg, Uhu
V Vernell, Veltins, VW, Vodafon, Volksbank
W Wrighley, Waldläufer, Weleda
Y Yamaha, Yves Saint Laurent
Z Zentis, Zamek

Impressum

Herausgeber:
Treffpunkt Seniorenbüro Tönisvorst e.V.
Pastorswall 11, 47918 Tönisvorst
Tel. 02151 - 99 48 65, Mobil: 01514 - 3303322
E-mail: info@seniorenbuero-tv.de
www.seniorenbuero-tv.de

Bankverbindung für freundliche Spenden:
IBAN: DE68 3205 0000 0067 1337 85

verantwortlich für Inhalte und Redaktion:
Erika Ahrweiler (EA), Wolf Bohns (WB), Eva Brandts (EB), Brigitte Heite (BH), Andrea Jacobs (AJ), Brigitte Klee (BK), Margrit Lehnen-Brixius (MLB), Karlheinz Nellessen (KHN), Renate Pierburg (RP)

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 Design,
Ludwig-Jahn-Str. 90, 47918 Tönisvorst,
Tel. 02151 - 7833731,
mail@telse-ahrweiler.de, www.telse-ahrweiler.com

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: 20.02.2027
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

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse Krefeld