

# CREVVELT

DAS MAGAZIN  FÜR KREFELD

**Schlaganfalltherapie**  
Stroke Unit Helios S. 36

**Christoph Tölke**  
Alte Werte erhalten S. 6

**KFC Uerdingen**  
Ende einer Zweckehe S. 40

Anja Hüben

„Ich habe den  
Krebs getanzt“



# ALLE REDEN ÜBER DIE RICHTIGEN STRATEGIEN UND PORTFOLIOS FÜR IHRE GELDANLAGE.

## WIR HABEN SIE.

Melden Sie sich jetzt für unser **kostenloses Webinar**,  
» ANLEGEN · EINFACH · VERSTEHEN «  
unter [www.honoris-finance.de](http://www.honoris-finance.de) an und lernen Sie, Ihr Geld  
intelligent und gewinnbringend anzulegen.

HONORIS *finance*  
HONORARBERATUNG



## Liebe CREVELTER,

der Beginn des Jahres der Hoffnung, das wir im Editorial der vergangenen Ausgabe ausgerufen hatten, muss noch ein wenig aufgeschoben werden. Zum Redaktionsschluss Ende Januar war noch ungewiss, wie es in den kommenden Wochen weitergehen wird. Der partielle Shutdown wird mindestens noch bis Mitte Februar andauern. Und dass wir danach zur Tagesordnung übergehen können, erscheint angesichts der nur schleppend voranschreitenden Impfungen und der Angst vor einer Virusmutation eher unwahrscheinlich.

Aber all das Klagen führt ja zu nichts: Allemal besser, als sich im eigenen Leid zu suhlen, ist es, den Blick nach vorn zu richten und positiv zu denken. Im übertragenen Sinne haben wir das mit dieser Ausgabe gemacht. Zuerst muss hier das Treffen mit Anja Hüben (S. 16) genannt werden: Das Leben der Textildesignerin nahm eine dramatische Wende, als sie die Diagnose „Brustkrebs“ erhielt. Nach Wochen der Chemotherapie und Depression beschloss sie, ihrer Krankheit die Zähne zu zeigen – und schaffte es so nicht nur, wieder gesund zu werden, sondern auch ihrem Leben einen ganz neuen Impuls zu geben. Weniger dramatisch, aber nicht weniger anregend ist der Blick auf die Arbeit zweier Handwerker: Für unsere Reihe „Wie wird man eigentlich...?“ haben wir uns mit dem Hufschmied Errol Wernike getroffen (S. 10) Er ist einer der wenigen Menschen in Deutschland, die diesen Beruf noch professionell ausüben und seine maßgeschmiedeten Hufe kleiden die Füße so manches berühmten Olympia-Teilnehmers. Dann ist da der Möbelrestaurator Christoph Tölke (S.06): Über die kindliche Begeisterung für die Natur fand er zum Werkstoff Holz, von dort zum Tischlerberuf, schließlich zur

Restauratorenarbeit und Denkmalpflege. Heute sorgt er in seiner kleinen Werkstatt dafür, dass alte Möbelschätze in neuem Glanz erstrahlen. Mit Leidenschaft ist Großes möglich.

Das zeigt auch unser Praxisbesuch bei Zahnärztin Dr. Nina Wollenweber (S. 20) innerhalb unseres Gesundheits-Spezials (S. 20 – 38). Mit ihrem Umzug in neue, moderne, ganz nach ihren Vorstellungen gestaltete und eingerichtete Räumlichkeiten am Ostwall 150 hat sie sich einen lang gehegten Traum erfüllt – und gleichzeitig einen Ort geschaffen, an dem Zahnmedizin in Wohlfühl-Atmosphäre möglich ist. Außergewöhnlich ist auch eine der Leistungen, die sie anbietet: Wollenweber gilt in Deutschland als eine der Expertinnen für CMD-Therapie. CMD-Patienten, die oft jahrelang unter chronischen Schmerzen leiden, ohne zu wissen, woher sie kommen, kann sie im neu geschaffenen CMD-Kompetenzzentrum unter optimalen Voraussetzungen behandeln.

Es gibt sie also noch, die Gewissheit, an die wir uns auch nach Monaten einer schier endlos scheinenden Pandemie klammern und aus der wir Lebensmut ziehen können. Ein Fußball-Philosoph kleidete sie einst in einprägsame Worte: „Lebbe geht weida!“

Viel Spaß beim Lesen,

**Torsten Feuring, Michael Neppen und David Kordes**



# Februar 2021



<b>Verborgene Schönheit sichtbar machen</b> .....	<b>06</b>
Christoph Tölke	
<b>Wie wird man eigentlich ... Hufschmied?</b> .....	<b>10</b>
Errol Wernike	
<b>Lotsen im Dickicht der E-Mobilität!</b> .....	<b>12</b>
Töf-E: Tölke & Fischer E-Mobilität	
<b>„Ich habe den Krebs getanzt“</b> .....	<b>16</b>
Anja Hüben	
<b>Zahnmedizin is coming home!</b> .....	<b>20</b>
Wollenweber Zahnmedizin & CMD-Kompetenzzentrum	
<b>FFP2-Masken nach Hause liefern lassen!</b> .....	<b>23</b>
Dr. Boverter Apotheken	
<b>Die Auszeit, die Sie in Bewegung hält!</b> .....	<b>24</b>
timeout Fitness- und Gesundheitscenter	
<b>Behutsam unter die Gürtellinie</b> .....	<b>26</b>
Urologie, Kinderurologie und Urogynäkologie Maria-Hilf	
<b>Leben in Bewegung</b> .....	<b>30</b>
Physiotherapie Alexandra Lücke	
<b>Oma und Opa sicher besuchen!</b> .....	<b>32</b>
Pflege Gemeinsam GmbH	
<b>Füße sind so individuell wie ein Fingerabdruck</b> .....	<b>34</b>
Innovative Orthopädie Systeme (IOS)	
<b>Schlaganfall-Behandlung im Spezialisten-Team</b> .....	<b>36</b>
Helios Klinikum Krefeld	
<b>Das Ende einer Zweckehe</b> .....	<b>40</b>
KFC Uerdingen	
<b>Ausgebrannt und erschöpft? – Wege aus dem Burnout</b> .....	<b>42</b>
Klinik Königshof	
<b>„Wir bleiben bodenständig und pragmatisch!“</b> .....	<b>44</b>
Dott & Ewalds Immobilien	
<b>Frischer Wind: Neuer Vorstand und Veranstaltungen</b> .....	<b>46</b>
Marketing Club Krefeld	
<b>Genussvoll durch den Lockdown</b> .....	<b>47</b>
Verve	
<b>Steuererklärungen für Kurzarbeitergeld-Empfänger</b> .....	<b>48</b>
1000 Hände e.V.	
<b>Essen bringt Menschen zusammen</b> .....	<b>49</b>
Kochbuch „Geschmacksache Krefeld“	

## Verborgene Schönheit sichtbar machen

Text: Ann-Katrin Roscheck // Fotos: Luis Nelsen

# Christoph Tölke

Die Marktstraße. Städtisches Treiben. Hupende Autos auf der Jagd nach einer Parklücke, drängelnde Passanten vor Supermärkten, Bäckereien und Imbissbuden. Doch nur wenige Meter entfernt des Tumults liegt die Schwelle in eine andere Welt, in der die Uhren langsamer ticken. In einem Hinterhof an der Roßstraße macht ein kleines rotes Logo, ein alter Stuhl, auf den Wirkungsraum von Christoph Tölke aufmerksam: Seit 2014 geht der staatlich geprüfte Restaurator und Tischlermeister in einer großen Halle seinem Handwerk nach. Wer die Klingel an der Halle zum Läuten bringt, trifft nicht nur auf einen unerwarteten Rückzugsort im schnelllebigen Getümmel, sondern auch auf einen Mann, der diesen Kontrast geradezu verkörpert. Zurückhaltend öffnet der Krefelder das schwere Tor und gebietet Einlass in ein Universum voller Geschichten und versteckter Werte aus längst vergessenen Zeiten.

Als Sohn einer Krefelder Unternehmerfamilie wurde Christoph Tölke in den 60er-Jahren geboren. Schon früh fühlte sich der Junge zu eher ungewöhnlichen Dingen hingezogen. „Eine meiner schönsten Erinnerungen sind die Wochenenden mit meinem Großvater im Wald“, erinnert er sich. Zu ihm spürte Tölke eine besondere Verbindung, denn trotz seiner beruflichen Eingebundenheit widmete sich der Senior dem Jungen mit Zeit und Verständnis. Die beiden teilten viele Interessen, genau wie sein Enkelsohn liebte Tölke senior den Sport und die Natur. Gemeinsam entdeckten sie am Wochenende den Gelderner Forst, schlichen über selbst angelegte Pirschpfade, beobachteten von Hochsitzen aus die Wildtiere und genossen die sich mit den Jahreszeiten verändernden Gerüche und Vegetationen. Schon damals begeisterten den Heranwachsenden die natürlichen Materialien, denen er hier begegnete. Nach dem Abitur war es deswegen auch seine Liebe zum Holz, die seine Berufswahl bestimmen sollte.

Zunächst nahm Tölke ein Forstwirtschaftsstudium in den Blick. „Aber ich habe schnell gemerkt, dass ich da eigentlich gar nicht so richtig etwas mit der Natur zu tun habe, sondern fast nur im Büro sitze“, erklärt er. Anschließend beschäftigte er sich mit dem Beruf des Holzkaufmanns, aber auch dieser war ihm zu theoretisch. Schlussendlich entschied er sich für eine Ausbildung als Tischler in einem kleinen Betrieb in Geldern, dem wohl ursprünglichsten Beruf mit Holz. „Ich lernte hier in einer schlichten Bau- und Möbelschreinerei, aber der erste Teil meiner Ausbildung bestand eigentlich darin, mich erst einmal sozialisieren zu lassen“, erzählt der 58-Jährige lachend. Das Handwerk war damals geprägt von Männern und der Ton dementsprechend ehrlich. Tölke genoss seine Ausbildung, saugte das Handwerk förmlich in sich auf, wollte jeden Griff genau verstehen und verinnerlichen. Schon während der Lehre regte sich in ihm der Wunsch, sein Verständnis für Materialien auf ein noch professionelleres Fundament zu stellen.

Mit Abschluss der Tischlerlehre suchte er deswegen Hans-Dieter Oelgart auf, der in seinem Keller im schwarzweißen Haus an der Moerser Straße noch heute an alten Antiquitäten arbeitet, und begann bei ihm als Praktikant.



”

„Ich Sorge dafür,  
dass das Alte seinen  
Wert behält“

Das Berufsbild des Restaurators war zu dieser Zeit noch jung. Erst 1966, als der Arno über die Ufer trat und die Flutkatastrophe in Florenz wertvolle Zeitzeugnisse, wie die Loggia dei Lanzi, die Biblioteca Nazionale oder Santa Croce, zerstörte, entstand ein offizieller Leitfadens für Denkmalpflege und Konservatoren, die „Carta von Venedig“. Als Folge wurde im gleichen Jahr die berühmte Restauratorenschule Italiens gegründet, in der fortan gelehrt wurde, wie bei der Aufarbeitung von historischen Kunstwerken und Möbeln vorgegangen werden soll. Erst kurz vor der Wende aber gelangte die Berufsausbildung unter privater Initiative auch nach Deutschland. Alfred René Göring eröffnete als Pionier der Restaurierungsausbildung nach jahrelanger Vorbereitung im Jahr 1984 die „staatlich genehmigte Fachschule Goering Privat-Institut e.V.“, die 1987 zur „staatlich anerkannten Fachakademie zur Ausbildung von Restauratoren Goering Institut e.V.“ umgetauft wurde.

Während sich Oelgart als junger Mann alle notwendigen Fähigkeiten selbst beibringen musste, empfahl er seinem Zögling Mitte der 80er-Jahre, nach München zu gehen. Tölke, den das Handwerk des

Lehrmeisters begeisterte, folgte seinem Rat. „Das war eine tolle Zeit, denn meine Liebe zu den Materialien bekam nach der praktischen Ausbildung nun auch ein wissenschaftliches Fundament“, erinnert sich der Restaurator. Die Fachakademie beauftragte die besten Lehrer: Der junge Mann lernte mikroskopische Holzanalyse, beschäftigte sich mit der Skulpturenlehre, paukte Chemie und Kunstgeschichte und sammelte nebenbei wichtige Berufserfahrung in Münchener Restaurierungswerkstätten. In dieser Zeit entstand auch sein Credo: Als Restaurator, so predigt er, ist es seine Aufgabe, so viel vom Original zu erhalten wie möglich und Dinge so zu ergänzen, dass beim näheren Hinsehen die Restaurationsarbeit zwar erkennbar ist, das Kunstobjekt jedoch weiterhin als ästhetische Einheit wahrgenommen wird. „Wir schaffen nichts Neues, sondern wir sorgen dafür, dass das Alte seinen Wert behält“, schildert er. „Das ist unsere besondere Herausforderung.“ Obwohl ihm München viel lehrte und gab, entschied er sich nach dem Studium, mit seiner jungen Familie zurück in die Heimat zu ziehen. 1992 machte er sich im Konventkloster in Hül



Mit scharfem Blick und flinken Händen restauriert Tölke geschichtsträchtige Möbel und Holzobjekte.

selbstständig.

Dort begann nun ein neuer Zeitabschnitt. Tölke startete mit dem Grundauftrag des Restaurators: der Aufarbeitung von Möbeln. Durch seine bodenständige, zurückhaltende und professionelle Art baute er sich einen immer breiter werdenden Kundenstamm auf. Nicht nur das Handwerk prägte damals seinen Alltag, fast genauso viel Raum fanden Recherche und Weiterbildung. Steht ein Möbelstück vor dem Restaurator, ist bis heute sein erster Schritt der Annäherung, ein Gefühl für die Zeit zu entwickeln, aus der es stammt: Wie wurde damals gearbeitet? Welche Materialien und Techniken wurden genutzt? Und was kann er als Restaurator tun, um – wenn nötig – zu ergänzen oder zu erhalten, ohne dabei gleichzeitig zu zerstören?

Mit seiner verantwortungsvollen Arbeitsweise stieß Tölke auf großen Zuspruch und schon nach wenigen Jahren breitete sich in der Seidenstadt ein neuer Schaffensbereich vor ihm aus: die Denkmalpflege. Für den Restaurator erschloss sich eine ganz neue Welt. Auf einmal galt es, große Projekte logistisch vorzubereiten und andere

Gewerke, wie Dachdecker und Fassadenmaler, zu beauftragen und zu beaufsichtigen. Aus dem Ein-Mann-Betrieb in Hüls wurde schnell ein Unternehmen mit fünf Mitarbeitern in größeren Räumlichkeiten auf der Roßstraße. „Schon als Kind habe ich im Elternhaus erlebt, wie es ist, ein Unternehmen zu führen, aber als Restaurator ticke ich doch anders“, beschreibt er. „Das, was wir hier machen, lässt sich nur schwer in Geldsummen beziffern. Wir arbeiten für eine Vision.“ Um überhaupt im Denkmalschutz Aufträge zu erhalten, ist oft wochenlange Vorbereitung notwendig. Tölke wälzte Fachbücher, holte Fremdangebote ein, beriet sich mit seinen Mitarbeitern rund um Vorgehensweisen und Arbeitsschritte und prüfte die Beschaffenheit und Materialien im Labor. „All das ist unbezahlte Vorarbeit“, beschreibt er die Jahre in der Denkmalpflege weiter. „Und wenn dann der Auftrag kommt, beginnt die eigentliche praktische Arbeit.“

Tölke liebt diese Magie: Monatelang sanierte er zum Beispiel Teile des neugotischen Schlosses Drachenburg in Königswinter oder widmete sich dem Patrizierhaus „Haus Cleff“ in Remscheid. Auch in Krefeld

# Schlafen bis der Frühling kommt.

HAFELS

Köln Str. 530-532  
47807 Krefeld  
fon 02151 - 3 09 60  
[www.hafels-krefeld.de](http://www.hafels-krefeld.de)

Natürlich schlafen. Besser leben







Hinter der Tür zu seiner Werkstatt verbirgt sich ein Universum voller Geschichten und versteckter Werte aus längst vergangenen Zeiten.

hinterließ er Spuren: Er restaurierte nicht nur in vielen Privathäusern, sondern nahm sich auch der Fenster des Atelierhauses von Joseph Maria Olbrich auf der Hüttenallee, der Parkettböden der Häuser Lange und Esters und des dazugehörigen Gartenhauses an. Dabei begegnete er immer wieder Menschen, die in ihrer Liebe zum Alten und in ihrer Begeisterung für Historisches genauso leidenschaftlich waren wie der Restaurator. Und schaffte es außerdem, die Herausforderung eines wachsenden Unternehmens zu meistern. „Irgendwann aber wurde der Wunsch stärker, mich auf das zu besinnen, wofür ich angetreten war,“ erinnert sich der Restaurator: „die Arbeit mit Möbeln und Holzobjekten.“ Bewusst innezuhalten und über Entwicklungsschritte nachzudenken, hatte schließlich damals schon nach dem Übertreten des Arnos die alten Schätze gerettet.

Heute restauriert Tölke auf rund 100 Quadratmetern wieder geschichtsträchtige Möbel und Holzobjekte, berät Auftraggeber und Denkmalbehörden fachlich bei der Planung von Denkmalmaßnah-

men und freut sich über jedes wertvolle Objekt, das er bearbeiten darf. Ein barocker Kinderstuhl aus dem 18. Jahrhundert aus Frankreich wartet gerade auf seine flinken Hände, genauso wie ein altes Tafelklavier, das ein Sammler dem Restaurator in Auftrag gegeben hat. Während Tölke über die Herkunft des französischen Stuhls schwärmt, trägt er ein schickes Filzsakko, einen edlen Schal und eine charakterstarke Rundbrille. Unter seinem Jackett aber blitzt ein dicker Norwegerpulli hervor, warme Stiefel kleiden seine Füße und ein wenig Dreck unter den Fingernägeln zeugt von der vielen Handarbeit. Tölke hat viel mit den Schätzen, die er Tag für Tag so sorgfältig bearbeitet, gemein. Um zu diesem Schluss zu kommen, muss man freilich erst sein Versteck finden und den Schritt durch das schwere Tor wagen und hinter die unscheinbare Fassade schauen: So wie Tölke antike Kostbarkeiten von den Schichten befreit, die sich über die Jahrhunderte auf ihnen angesammelt haben, um ihren Wert sichtbar zu machen.



„Atrium 39“ ist ein Ort für Kreativität und Inspiration, mitten in Krefeld. Atelier und Show Room. Malkurse, Seminare und kreative Workshops. Zauberei, Jonglage und Zirkusakrobatik.

www.atrium39.de | Moerser Str. 39 | 47798 Krefeld | info@atrium39.de | fon 02151 1569762

ATRIUM  
39

# Wie wird man eigentlich ... Hufschmied?

Text: Ann-Katrin Roscheck // Fotos: Luis Nelsen



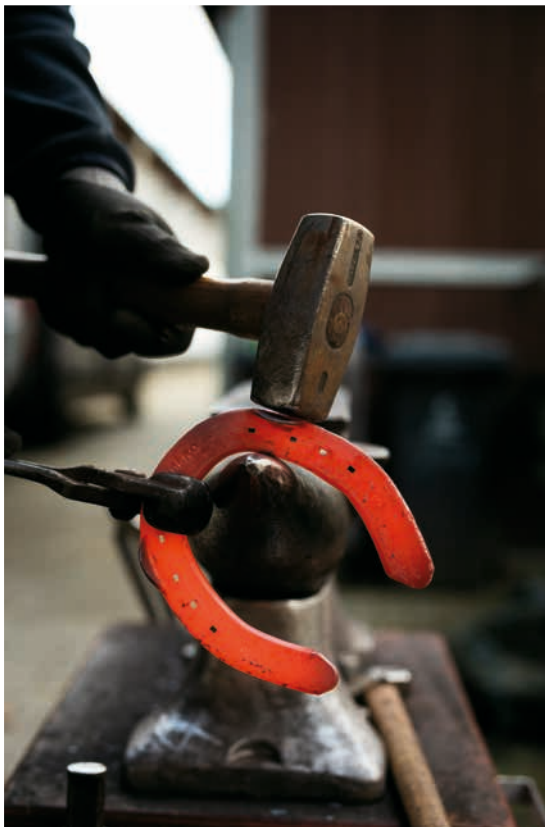
Pling, pling, pling – es klingt ein bisschen wie Musik aus einem anderen Zeitalter, wenn Errol Wernike den dicken Schmiedehammer auf Eisen und Amboss niedersausen lässt. Während sein Blick konzentriert auf dem Hufeisen ruht, knistert im Hintergrund das Feuer im Ofen, in dem das zu schmiedende Material die entsprechende Temperatur erreichen soll. „Nach dem horizontalen Gewerbe ist mein Beruf wohl der älteste überhaupt“, sagt der sympathische Krefelder mit lauter Stimme in ausgelassenem Krieewelsch. „Unsere Arbeit ist vielleicht verfeinert worden, aber im Grunde arbeiten wir noch genauso wie vor 2.000 Jahren.“ Mit seinem besonderen Beruf reiht sich Errol Wernike in unsere monatliche Reihe „Wie wird man eigentlich...“ ein.

Wenn andere Jungs nach der Schule die Tasche in die Ecke schmissen und in ihre Fußballschuhe schlüpfen, zog es den Ur-Linner schon in den frühesten Kindheitstagen zur historischen Korn- und Ölmühle in der Nachbarschaft. Auf dem Mühlenhof war sein bester Freund Robert zu Hause und lebte den Kindheits-Bauernhoftraum. „Dort gab es alles, was das Jungenherz höherschlagen lässt“, erinnert sich Wernike. „Traktoren, Heuballen, alte Maschinen und eben Pferde.“ Wernike kann sich nicht mehr daran erinnern, wann ihn die Begeisterung für die Schönheit der Tiere ergriff, seine Eltern aber betonen noch heute: „Hat man Errol gefragt, in welche Schule er geht, hat er mit ‚Reitschule‘ geantwortet.“

Tatsächlich begann der Linner die Reitschule fast im gleichen Alter wie die Grundschulkarriere. Als er einem Ritter beim Flachsmarkt als Knappe Lanze und Schild anreichen durfte, setzte dieser ihn anschließend auf den Traber. Kurze Zeit später nahm der Sechsjährige erste Reitstunden, mit zwölf Jahren bekam er sein erstes eigenes Pferd. „Damals galt das Reiten noch nicht als Breitensport und es war eher ungewöhnlich, dass man Kindern ein eigenes Pferd kaufte“, erinnert er sich. „Ich bin meinen Eltern dafür bis heute dankbar – erst als Erwachsener weiß ich zu schätzen, welchen Traum ich damals leben durfte.“ Fast gleichzeitig mit ihm bekamen noch zwei weitere Jungs im gleichen Alter ein eigenes Pferd geschenkt. Wäh-

rend die Mädchen die Pferdenarren umschwärmten, trafen sie sich jeden Tag im Stall, um die Tiere zu versorgen, zu misten oder bei der Strohernte zu helfen. Wernike genoss die Nähe zu seinem Rheinländer Tekéno, in dem er einen wichtigen Freund fand. Dabei betont er: „Ich bin kein guter Reiter, sondern eher Autodidakt.“ Über Tekéno begegnete er auch zum ersten Mal einem Hufschmied. Jeden achten Freitag kam der Schmied, um die Pferde zu beschlagen und jedesmal stand Wernike vor dem Zimmer seines Schuldirektors, um ihn zu bitten, eine Stunde früher nach Hause zu dürfen. „Das war so faszinierend für mich, was der Schmied da tat“, erinnert er sich heute und lacht. „Ich wusste sofort, dass ich das auch mal werden will.“

Nach dem Hauptschulabschluss entschied sich Wernike, eine Lehre zum Landmaschinenmechaniker zu absolvieren. Stellt heute eine beliebige abgeschlossene Berufsausbildung die Grundlage für die Ausbildung zum Hufschmied dar, wurde zur damaligen Zeit noch ein metallverarbeitender Beruf vorausgesetzt. Anschließend musste, das ist bis heute so geblieben, der fertige Azubi ein zweijähriges Praktikum bei einem Hufschmied absolvieren. Und dann folgte die rund fünfmonatige Staatsprüfung an einer der neun offiziellen Hufbeschlagschulen in Deutschland. „Die Prüfung ist vergleichbar mit einer Meisterschule und kostet leider auch ähnlich viel“, beschreibt Wernike. „Wer Hufschmied werden möchte, muss mit Zeit und Geld in Vorleistung gehen. Vielleicht ist das auch ein Grund dafür, dass chronischer Hufschmiedmangel in Deutschland herrscht.“



Fotos: Luis Neisen

Errol Wernike ist einer der wenigen professionellen Hufschmiede in Deutschland.

Wernike absolvierte die Ausbildung mit einem Fingerschnippen und machte sich unmittelbar nach der Zertifizierung als staatlich anerkannter Hufschmied selbstständig. Mit nur 22 Jahren begann er, mit seiner fahrbaren Schmiede durch Deutschland zu touren. „Ich habe ein natürliches Gefühl für Pferde und bin einfach gut, in dem was ich tue“, erklärt er, ohne dabei arrogant zu wirken. „Heute betreue ich eine Weltmeisterin und Olympiasiegerin, ich habe Nationalreiter aus England oder Spanien als Kunden und bin auch immer wieder in Italien unterwegs.“ Zur Aufgabe eines Hufschmieds gehört es, das Pferd ganzheitlich zu betrachten. Es geht um viel mehr als um ein neues Hufeisen. Wernike beobachtet den Gang des Tieres, schaut nach Gelenken und Auffälligkeiten. Er muss wissen, wie ein Tier genutzt wird: Reitet es Dressur oder wird als Springpferd eingesetzt? Er schafft das Fundament, auf dem das Pferd gesund gehen kann. „Wir arbeiten in erster Linie orthopädisch“, beschreibt er. „Auch Einlagen für die Tiere fertigen wir an.“ All das passiert unmittelbar vor Ort, denn schon lange reisen die Pferdebesitzer nicht mehr mit ihren Lieblingen an, um sie versorgen zu lassen. Alle sechs bis acht Wochen besucht Wernike seine Kunden. „Ich habe inzwischen eine Warteliste, trotz zweier Mitarbeiter“, erklärt er. Vergeblich sucht er nach Verstärkung, hat bereits Anzeigen in Belgien und den Niederlanden geschaltet und hofft händeringend auf Bewerbungen. „Ich stehe jedem Interessenten als Lehrherr bereit“, erklärt er energisch – nur nicht am Sonntag. Dann nämlich ist Wernike zum Männerritt mit seinen Freunden verabredet. Ein Termin, der dem Familienvater heute noch genauso wichtig ist wie in seiner Kindheit.

## Auf dass es wieder aufwärts geht!

Wir wünschen Ihnen alles Gute für 2021 – ganz besonders Gesundheit und Lebensfreude. Es soll im neuen Jahr wieder aufwärts gehen – also viel Glück!

Ihr Team von



Öffnungszeiten im Direktverkauf

Mittwoch: 9–18.30 Uhr  
 Donnerstag: 9–18.30 Uhr  
 Freitag: 9–18.30 Uhr  
 Samstag: 9–14 Uhr oder nach telefonischer Vorbestellung



© PANKARZ

H. Funken GmbH & Co. KG  
 Industriering Ost 91 | 47906 Kempen  
 Telefon 0 21 52-914 99-0  
 direktverkauf@bauerfunken.de  
 www.bauerfunken.de

Foto: Luis Nelsen



Tölke &amp; Fischer E-Mobilität

# TÖF-E: Lotsen im Dickicht der E-Mobilität!

E-Mobilitäts-Experte Peter Koether berät Kunden, die sich für ein E-Auto interessieren, ausführlich und gewissenhaft.

Für viele ist E-Mobilität immer noch ein Zukunftsthema, dabei wird inzwischen jeder zehnte Neuwagen als reines Batterieauto oder Plug-in-Hybrid ausgeliefert. Trotz weiter schwelender Debatten über Sinn und Nachhaltigkeit des alternativen Antriebs ist ein Fakt in Stein gemeißelt: Die mittelfristige Zukunft der Individual-Mobilität kommt an mit Strom betriebenen Fahrzeugen nicht vorbei. Um dieser Entwicklung Rechnung zu tragen, hat Krefelds größtes Verbund-Autohaus, Tölke & Fischer, das Label „Töf-E“ kreiert, unter dem alle Kompetenzen im Rahmen der elektrifizierten Fortbewegung gebündelt werden. Dem Selbstverständnis folgend, der Ansprechpartner in Sachen E-Mobilität in der Region zu sein, findet Töfi für seine Kunden maßgeschneiderte Lösungen in einer vom Umbruch geprägten Dekade. Der Slogan „Charging your future“ ist dabei nicht nur ein Versprechen nach außen, sondern auch Leitmotiv interner Wandlungsprozesse.

„Ob oder inwiefern ein E-Auto für einen Kunden geeignet ist, kann nur durch eine gründliche Analyse seiner Lebensumstände, Gewohnheiten und Bedürfnisse ermittelt werden“, weiß E-Mobilitäts-Experte Peter Koether. „Die meisten Kunden, die sich für E-Mobilität interessieren, sind zwar schon sehr gut informiert, aber gerade mit Blick auf Förderungen und Steuern ist der Gang in den Schuhen der Kunden unabdingbar.“ Für die Berater stehen dabei vier Fragen im Mittelpunkt: Soll der Wagen privat oder geschäftlich genutzt werden? Wie viele Kilometer werden täglich zurückgelegt? Liegt eine Ladeinfrastruktur vor? Und: Wie lange soll das Auto gefahren werden? „Anhand der Beantwortung dieser Fragen können wir schnell ermitteln, ob wir einem Kunden zu einem reinen Stromer, zum Plug-in-Hybriden oder zum klassischen Verbrennungsmotor raten“, erklärt Koether und ergänzt: „Anschließend spielen natürlich noch weitere Faktoren eine Rolle. Hat jemand zu Hause zum Beispiel keine Möglichkeit, sein Auto zu laden, aber auf der Arbeit Gelegen-

heit dazu, macht die Anschaffung eines E-Autos bei entsprechenden Tageskilometern durchaus Sinn.“ Unschlagbarer Vorteil bei der Überlegung, auf ein E-Auto oder Plug-in-Hybriden zu wechseln, ist die Markenvielfalt der Tölke & Fischer-Gruppe, die mit ihrem breit gefächerten Angebotsspektrum nahezu alle Bedürfnisse in Sachen Privat-, Flotten- und Nutzfahrzeuge-Mobilität zu bedienen weiß.

Nicht zuletzt um die Klimaziele zu erreichen und den EU-Auflagen gerecht zu werden, bieten Bund und Hersteller zahlreiche Förderungen für E-Mobilität, die bei der Kaufentscheidung eine wesentliche Rolle spielen können. Ob oder in welchem Umfang ein Fahrzeug förderfähig ist, hängt dabei von den Faktoren CO<sub>2</sub>-Ausstoß, Reichweite und Bruttolistenpreis ab. „Ein VW ID.3 für rund 40.000 Euro wird mit rund 9.000 Euro bezuschusst und – als Firmenwagen genutzt – mit nur 0,25 Prozent des Bruttolistenpreises besteuert. Die Reduzierung der Besteuerung des geldwerten Vorteils gilt



Fotos: Luis Nelsen



TÖF-E verfügt mit neun Marken über das größte E-Mobilitäts-Angebot in Krefeld.

übrigens auch für Plug-in-Hybride. Solche Informationen sind für den Privatmann, aber vor allem für Unternehmer, von essenzieller Bedeutung, um die bestmögliche Entscheidung zu treffen“, sagt Koether und verweist auf die Töf-E-Website. „Dort können sich alle Interessierten einen ersten Überblick über die verschiedenen Förderungen verschaffen und sich mit dem Firmenwagenrechner vorrechnen lassen, bei welchem Fahrzeug sie wie viel Steuern sparen.“ Tatsächlich bietet die Website zahlreiche weitere Features, die potenziellen Kunden bereits vor dem Gespräch mit einem der Töf-E-Experten die Leitplanken für die Zukunft ihrer Mobilität auf-

zeigen. Dazu zählt die Fahrzeugdatenbank, mit deren Hilfe sich für das eigene Fahrverhalten ungeeignete Modelle wegfiltern lassen, genauso wie die vielfältigen Angebote für Privat- und Gewerbekunden. „Gerade während der Pandemie, in der wir Kunden nur schwer oder gar nicht persönlich beraten können, ist es wichtig, dass sich Menschen dort einen Überblick verschaffen können“, so Koether weiter.

Zwar ist es kein Geheimnis, dass sowohl Hersteller als auch Autohäuser mit Blick auf die von der EU formulierten Flottendurchschnitts-

## EIN KLEINES STÜCK URLAUB FÜR IHR EIGENHEIM



### DIE FLÜSSIGKUNSTSTOFFLÖSUNG FÜR IHREN BALKON!

#### BALKONSANIERUNG IN HÖCHSTER QUALITÄT

- TÜV geprüft
- Festpreisgarantie
- schnelle & saubere Ausführung
- kostenfreie Analysetermine für Eigentümer

#### STANDORTE

Krefeld • Viersen • Wesel • Oberhausen • Kempen  
Düsseldorf • Duisburg • Moers • Neukirchen-Vluyn  
Mülheim an der Ruhr



Beschichtungen NRW - Zentrale - Tel.: 0 28 41-88 13 7 99 - Mail: info@balkonsanierungen.com



Fotos: Luis Nelsen



Ein wichtiger Aspekt der Beratung betrifft die Frage der Ladeinfrastruktur.

emissionen den Verkauf von E-Autos vorantreiben müssen, für Koether liegen in dieser Entwicklung allerdings viele weitreichende Vorteile. „Wie jede große technische Errungenschaft eine Veränderung des Lebens zur Folge hatte, wird auch die E-Mobilität unsere Welt verändern und in vielen Bereichen tatsächlich verbessern. Die Luft wird sauberer, die Städte leiser. Für die Kunden bedeuten elektrische Antriebe weniger Wartung und ein neues Fahrgefühl. Wer sich einmal daran gewöhnt hat, wird die Fahrt zur Tankstelle nicht mehr vermissen und Freude an den geringeren Kosten entwickeln. Natürlich ist das Thema E-Mobilität auch immer ein Stück weit an

Vernunft gekoppelt, aber es bedient auch das, was sonst mit Autos verbunden wird: Emotionen und Freude am Fahren.“ Wer E-Mobilität als Thema der Gegenwart begriffen hat, findet bei Töf-E nicht nur das größte Angebot aus neun Marken unter einem Dach, sondern auch in allen Bereichen kompetente Ansprechpartner, die Kunden mündig zu einer für sie passenden Entscheidung führen. Nach Fertigstellung der größten Automeile der Region hat sich Tölke & Fischer so im Rahmen der eigenen Profilschärfung ein weiteres Alleinstellungsmerkmal geschaffen: Lotsen im Dickicht der E-Mobilität. //kor

# AMRENT

AMRENT VERMIETET MASCHINEN UND GERÄTE ZUM HEBEN VON PERSONEN UND MATERIAL, WO AUCH IMMER SIE TÄTIG SIND.






- HUBARBEITSBÜHNEN
- ROLLGERÜSTE
- MINIKRANE
- STAPLER
- GLASLIFTER
- MATERIALLIFTE

Mevissenstraße 62 b  
47803 Krefeld  
Tel.: 021 51 - 65 71 04 0  
Mail.: kontakt@amrent-krefeld.de

Öffnungszeiten:  
Mo.-Do. 7.00 -17.00 Uhr  
und Fr. 7.00 -16.00 Uhr

[www.amrent-krefeld.de](http://www.amrent-krefeld.de)

# Günstiger als gedacht. Der ID.3

## Elektromobilität zahlt sich aus.



**ID.3**  
**Pure Performance**  
**110 kW (150 PS) 45 kWh**  
**1-Gang-Automatik**

mtl. Leasing-Rate  
**180,- €<sup>1,2</sup>**

### Unser Leasingangebot für Privatkunden<sup>1,2</sup>:

Fahrleistung: 10.000 km/Jahr  
 Vertragsdauer: 48 Monate  
 einm. Sonderzahlung: 7.000,00 €  
**Nettodarlehensbetrag: 28.515,00 €**  
**Gesamtbetrag: 15.640,00 €**  
 Sollzinssatz (gebunden): 2,99 %  
 Effektiver Jahreszins: 2,99 %

**Lackierung:** Mondsteingrau Schwarz  
**Ausstattung:** Multifunktionslenkrad mit Touch-Bedienung, Notrufsystem eCall, Navigationssystem „Discover Pro“, Schlüsselloses Startsystem „Keyless Start“, Sprachbedienung, Spurhalteassistent „Lane Assist“ u.v.m.

Stromverbrauch, kWh/100 km: 13,1  
 CO<sub>2</sub>-Emissionen, g/km: komb. 0.  
 Effizienzklasse: A+.

**ID.3**  
**Pure Performance City**  
**110 kW (150 PS) 45 kWh**  
**1-Gang-Automatik**

mtl. Leasing-Rate  
**86,- €<sup>1,3</sup>**

### Unser Leasingangebot für Gewerbetreibende<sup>1,3</sup>:

Fahrleistung: 10.000 km/Jahr  
 Vertragsdauer: 24 Monate  
 einm. Sonderzahlung: 9.000,00 €  
 Opt. Volkswagen  
 Lease & Care Paket S: 17,00 €<sup>4</sup>

**Lackierung:** Mondsteingrau Schwarz  
**Ausstattung:** Multifunktionslenkrad in Leder, beheizbar, mit Touch-Bedienung, Notbremsassistent „Front Assist“ mit Fußgänger- und Radfahrererkennung, App-Connect inkl. App-Connect Wireless für Apple CarPlay und Android Auto, Automatische Distanzregelung ACC „stop & go“, mit Geschwindigkeitsbegrenzer, Einparkhilfe u.v.m.

Stromverbrauch, kWh/100 km: 13,1  
 CO<sub>2</sub>-Emissionen, g/km: komb. 0.  
 Effizienzklasse: A+.

<sup>1</sup>Abbildungen weichen ab oder zeigen Sonderausstattungen gegen Mehrpreis. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. <sup>2</sup>Alle Werte inkl. MwSt. Angebot gültig bis zum 31.03.2021 oder solange der Vorrat reicht. Bestellfahrzeug. Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasing-Vertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Überführungspauschale und Zulassungskosten werden separat berechnet. Die staatliche Förderung besteht aus einer vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA), Referat 422, Frankfurter Straße 29-35, 65760 Eschborn, www.BAFA.de gewährten Prämie in Höhe von Euro 6.000,00. Die Auszahlung erfolgt erst nach positivem Bescheid des von Ihnen gestellten Antrags. Die staatliche Förderung endet mit Erschöpfung der bereitgestellten Fördermittel, spätestens am 31.12.2021. Ein Rechtsanspruch besteht nicht. Angebot gültig solange der Vorrat reicht. Weitere Laufleistungen gegen Aufpreis möglich. Abholung Autostadt Wolfsburg. <sup>3</sup>Angebot gültig solange der Vorrat reicht. Mtl. Leasingrate zzgl. MwSt. Ohne Gebrauchtwagenabrechnung. Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Straße 57, 38112 Braunschweig. Exklusiv für gewerbliche Einzelkunden, Bonität vorausgesetzt. Überführungspauschale und Zulassungskosten in Höhe von Euro 133,61 berechnet der ausliefernde Betrieb separat. Die staatliche Förderung besteht aus einer vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA), Referat 422, Frankfurter Straße 29-35, 65760 Eschborn, www.BAFA.de gewährten Prämie in Höhe von 6.000 Euro. Die Auszahlung erfolgt erst nach positivem Bescheid des von Ihnen gestellten Antrags. Die staatliche Förderung endet mit Erschöpfung der bereitgestellten Fördermittel, spätestens am 31.12.2021. Ein Rechtsanspruch besteht nicht. Angebot gültig solange der Vorrat reicht. Weitere Ausstattungen und Laufleistungen gegen Aufpreis möglich. Abholung Autostadt Wolfsburg. <sup>4</sup>Das Entgelt ist umsatzsteuerfrei, da es sich um die Verschaffung von Versicherungsschutz handelt. Zur Information: Der Betrag ist nicht in o.g. Leasing-Rate enthalten.



## „Ich habe den Krebs getanzt“ – Anja Hüben und die Dankbarkeit

Text: Ann-Katrin Roscheck // Fotos: Luis Nelsen

„Mein Selbstwertgefühl war am Boden“, sagt Anja Hüben fast andächtig. Ihre großen braunen Augen, die sie in dünner Linienführung mit einem schwarzen Kajalstift umrandet hat, glänzen. „Es gibt ein Vorher und ein Nachher. Dazwischen konnte ich mich einfach nicht annehmen. Ich habe mich nicht mehr gespürt.“ Es sind Worte, die sich nur schwer mit der Person verbinden lassen, die dort aufrecht und mit wachem Blick auf der Bank in der offenen Küche sitzt und eine Kaffeetasse mit beiden Händen umfasst. Die 55-Jährige umgibt eine starke Aura: Lacht sie, wandert ihr Lächeln vom Mund zu den Augen und erfasst schließlich ihr Gegenüber. Ihre Lebensfreude und ihre Zugewandtheit besitzen eine Tiefe, die nur schwer zu greifen ist. Kaum vorstellbar also, dass sich die Textildesignerin noch vor wenigen Jahren am persönlichen Tiefpunkt befand.

Hüben wuchs in Schwalmthal-Waldniel auf und wählte als junge Frau für ihr Studium an der Hochschule Niederrhein die Seidenstadt zur neuen Heimat. Als Textildesign-Studentin entdeckte sie die Vorzüge der Hochschulstadt: Sie wanderte mit Farben und Entwürfen für Stoffe von Atelier zu Atelier, probierte sich aus und entschied sich fast zufällig, als Selbstständige in der Stadt zu wirken. „Ich habe immer schon gern mit meinen Händen gearbeitet und mein Atelier Eigen-art entwickelte sich organisch“, erinnert sie sich. „Meine Arbeiten waren gefragt, ich gestaltete Bettwäschen, Dekostoffe, Tapeten oder Gardinen für große Labels.“ Mit der Geburt ihres Sohnes Aaron veränderte sich ihr Leben, denn Hüben entschied sich, sesshaft zu werden. Mit inzwischen vier Mitarbeiterinnen, die zwar freischaffend, aber dauerhaft für sie arbeiteten, tauschte sie ihre Hände an den Farbtöpfen gegen das Lenkrad ein: Als Vertrieblerin bewegte sie sich über die Grenzen von Deutschland hinaus, um ihre Dessins bekannt zu machen. Gemeinsam mit ihrem damaligen Lebensgefährten fand sie auch privat ihr Glück. Die Familie hatte ein wunderschönes, einzigartiges Haus in Gellep-Stratum an der Grenze zu Krefeld gekauft, in dem die Kreative endlich Atelier und Wohnraum vereinen konnte.

War Hüben beim Hauskauf 2009 noch glücklich gewesen, folgte nur wenige Jahre später die Ernüchterung. „Die Beziehung lief nicht mehr gut und wir trennten uns“, erinnert sie sich. „Auch beruflich war ich nicht mehr glücklich: Mir fehlte die Kreativität, gleichzeitig hatte ich aber Verantwortung gegenüber meinen Mitarbeitern. Ich war im Hamsterrad gefangen und spürte das auf einmal am ganzen Körper.“ Hüben begann, Energie zu verlieren, lag oft tagelang auf der Couch und badete in Tränen. Dinge, die ihr zuvor Freude bereitet

hatten, berührten sie auf einmal nicht mehr. Das Aufstehen fiel ihr schwer und ihr Körper fühlte sich zunehmend fremd an. „An einem Tag im Oktober 2015 wachte ich auf und dachte im Halbschlaf: ‚Warum drückt denn der Bügel-BH so?‘“, erinnert sie sich und macht eine bedeutungsschwangere Pause. „Im nächsten Moment fiel mir mit Schrecken auf, dass ich gar keinen BH trug.“ Ihre Finger erfühlten eine spitze Verhärtung in der Brust. Hüben lief es eiskalt den Rücken herunter. Es war nun müßig zu überlegen, was zuerst da gewesen war – die Depression oder der Knoten.

Nur wenige Tage später sitzt Hüben nervös im Wartezimmer der Frauenklinik im Krefelder Helios Klinikum. Das Ergebnis der Biopsie liegt vor. „Ich werde diesen Moment nie vergessen“, erzählt sie. „Es kamen fast durchgehend Frauen aus dem Behandlungszimmer heraus. Einige trugen dicke Mappen mit sich, andere öffneten mit leeren Händen die Tür. Vergeblich versuchte ich herauszufinden, welche Bedeutung diese Mappen hatte.“ Die damals 50-Jährige wird es schon kurze Zeit später wissen, denn als die behandelnde Ärztin sie hereinruft, liegt auch für sie eine Mappe auf dem Schreibtisch bereit. „Leider ist das Ergebnis nicht so toll“, formuliert die Ärztin nur vage

# Anja Hüben





”

*„Schon früher war der afrikanische Tanz mein Hobby, aber heute ist er so etwas wie mein Kompass“*

mit bedauernder Stimme und lässt das Wort mit den fünf Buchstaben aus. „Habe ich Krebs?“, bringt Hüben gepresst und leise die alles entscheidende Frage über die Lippen. Die Ärztin nickt langsam. Sie reicht Hüben ihre Mappe, die ausführlich beschreibt, wie ihre nächsten Monate aussehen werden: Einsetzen des Ports, Brustoperation, Chemo, Bestrahlung.

Während Hüben den Inhalt der Mappe liest, verliert sie von Blatt zu Blatt ein Stück mehr Kontrolle über ihren Körper. „Vor der Brustoperation war ich mir sicher, dass ich in wenigen Wochen wieder arbeiten kann“, beschreibt sie. „Ich hatte ja gar keine Zeit zu verstehen, was da passiert. Die Information, dass ich Krebs habe, war zwar angekommen, aber sie hatte meinen Verstand nicht erreicht.“ Viele Erinnerun-

gen hat das Gedächtnis heute schützend verdrängt und in Schubladen verschlossen, einige Situationen aber sind auch jetzt noch lebendig. „Die Farbe Orange finde ich inzwischen abscheulich“, sagt die starke Frau lachend. Fast andächtig, wie einen wertvollen Schatz, trägt die Krankenschwester damals auf beiden Händen die Injektion der ersten Chemotherapie zu ihr. Der Beutel ist in einem stechenden Orange gefärbt und beinhaltet das Gift, das Hüben zwar Heilung verspricht, aber ihr auch viele Facetten ihres Körpers nimmt. Jeden Donnerstag, wenn sie von der Behandlung nach Hause kommt, weiß sie, dass sie wie eine Murmel in der Abwärtsspirale den Nebenwirkungen der Chemotherapie ausgesetzt ist. Es gibt keinen Weg aus dieser Spirale heraus, die Schwerkraft zieht die Murmel gnadenlos bis zum niedrigsten Punkt. „Erst verlor ich die Haare, dann fesselte mich Übelkeit ans Bett, dann war ich hundemüde“, beschreibt sie. „Das Gefühl, keine Kontrolle mehr zu haben, war das Schlimmste. Also entwickelte ich für mich selbst eigene Routinen.“ Hüben zwingt sich, während der Übelkeitsattacken zu lächeln. Absurd klingt die Beschreibung der Szene, wie sie erschöpft und mit kahlem Kopf schwankend auf der Bettkante sitzt und die Mundwinkel nach oben zieht. „Es war wie ein Tanz“, sagt sie heute. „Wenn ein neuer Rhythmus einsetzt, veränderst du deine Bewegungen. Ich versuchte, genau das gleiche mit meinem Krankheitsverlauf zu machen. Und ich gewann so Stück für Stück die Kontrolle zurück.“

In der Zeit danach wurde Hüben zum Vorbild für andere. In der Chemotherapie setzten die Krankenschwestern die bereits länger therapierten Krebspatientin neben Neuankömmlinge, um ihnen nach der Diagnose neuen Halt zu geben. Bewusst suchten andere Frauen den Kontakt zur Krefelderin, um in ihrer Nähe die eigenen Veränderungen besser zu ertragen. Und in der Anschlussheilbehandlung, einer Art Reha, schaffte die begeisterte Afrikaniebhaverin ein Angebot, das anderen Schwergetroffenen neuen Lebensmut schenken sollte und sie zum ersten Mal auch selbst die eigene Stärke wieder spüren ließ. „Da gab es einen Tanzkurs, der überhaupt nicht zu unserem körperlichen Zustand passte“, erklärt die Textildesignerin. „Die sehr junge Kursleiterin erwartete Fitness und Ausdauer und unsere geschwächten Körper scheiterten. Einige der Frauen verließen den Raum mit Tränen in den Augen. Das wollte ich nicht. Tanzen ist doch etwas Schönes.“ Also bot Hüben selbst einen Tanzkurs an: Zu afrikanischer Trommelmusik bewegten die Männer und Frauen ihre Körper, breiteten langsam die Arme aus, stapften von einem Fuß auf den anderen und sammelten mit jedem gemeinsamen Händeklatschen frischen Lebensmut. „Eine über 70-Jährige, damals noch schwer an Krebs erkrankt, kam am nächsten Tag zu mir, um mir zu sagen, dass sie nun wieder Hoffnung habe“, schildert Hüben. „Das war das größte Kompliment.“



Nach dem Brustkrebs musste Anja Hüben erst lernen, die eigenen Schwächen zu akzeptieren. Heute sitzt ein anderer Mensch auf der Couch: Der Krebs war für die 55-Jährige wie ein Weckruf.

Die Reha ist nun fünf Jahre her. Äußerlich erinnert nur der Porteingang oberhalb der Brust an die schwere Krankheit der 55-Jährigen. Innerlich aber, so beschreibt es die Kreative, sitzt ein völlig anderer Mensch auf der Küchenbank ihres Hauses in Gellep-Stratum. Der Krebs, so ist sie sich heute sicher, war ein Weckruf. Weil sie während der Erkrankung gefürchtet hatte, das Gefühl und die Kontrolle über sich völlig verloren zu haben, richtete Hüben ihr Leben nach dem Krebs noch einmal neu aus – und lernte sich selbst neu kennen. Die eigenen Schwächen zu akzeptieren, die verringerte Leistungsfähigkeit und Energie anzunehmen: Das fällt der starken Frau immer noch schwer, aber anders als unmittelbar vor ihrer Erkrankung ist sie heute von einer tiefen Glückseligkeit erfüllt. „Schon früher war der afrikanische Tanz mein Hobby, aber heute ist er so etwas wie mein Kompass“, erklärt sie lächelnd. Unmittelbar nach der Reha beginnt sie, gemeinsam mit dem senegalesischen Sänger und Trommler Aidara Seck Tanzveranstaltungen zu organisieren. Heute sind die beiden ein Liebespaar. „Die afrikanische Lebensfreude umfängt den ganzen Körper“, schildert sie. „Ich merke bei jedem, der teilnimmt, Veränderungen.“ Nicht nur Tanz- oder Trommelkurse organisiert das Duo, vor allem die „Haware“ sind ein besonderes Herzensprojekt. „„Haware“ bedeutet in Aidaras Sprache ‚ein schöner Abend‘ und das ist genau das,



Schon immer hat Afrika Anja Hüben begeistert: Die Einheimischen, so ist sie sich sicher, strahlen vor Lebensmut.

was wir hier machen“, erklärt sie. Ob Tanz, Musik, Poesie, leckeres Essen oder Akrobatik – jede Haware ist anders und findet entweder bei ihr zu Hause, in anderen Privathaushalten oder als Show in Veranstaltungsräumen statt. Das Textildesign hat Hüben dagegen völlig an den Nagel gehalten. „Mir kommt es nach der Krankheit albern vor, darüber nachzudenken, ob eine Blume nun auf die rechte oder linke Seite eines Stücks Stoff gehört“, beschreibt sie lachend. Stattdessen überlegt sie, eine Tanzschule für afrikanischen Tanz zu übernehmen.

„Endlich“, so führt sie aus „habe ich das Gefühl, dass ich die Tiefe besitze, etwas Sinnvolles zu tun. Etwas, das anderen Leuten Kraft und Stärke vermittelt. Am Ende bin ich dem Krebs dafür dankbar.“ Und während Anja Hüben diese Worte über die Lippen bringt, wandert eine weitere Welle positiver Energie durch sie hindurch. Zuerst sind es ihre Hände, die die Tasse ein bisschen fester umschließen, dann ihr Rücken, der sich aufrichtet. Zuletzt erreicht die Welle ihre Augen und wie ein besonders schöner Tanz erfüllt tiefe Zufriedenheit den Raum.



BEUYS' KÜCHE  
– URAUFFÜHRUNG –

Konzeption von Sebastian Blasius

Mit Texten von Christoph Klimke,  
Björn SC Deigner und anderen

Jetzt streamen auf [www.theater-kr-mg.de](http://www.theater-kr-mg.de)

Wollenweber Zahnmedizin &  
CMD-Kompetenzzentrum Krefeld

# Zahnmedizin is coming home!

Früher musste die Strahlkraft der „Halbgötter in Weiß“ allein ausreichen, um enge und dunkle Arztpraxen zu erleuchten. Empfang, Wartezimmer, Behandlungsraum, das Büro mit dem prall gefüllten Bücherregal und dem Plastikskelett: So sah der Alltag für Patienten, Ärzte und Personal in Deutschland aus. Heute weiß man, dass freundlich gestaltete Praxisräumlichkeiten bereits der erste Behandlungsschritt sind: An einem Ort, an dem man sich wohl fühlt, lässt sich sowohl besser therapieren als auch gesund werden. Ein Paradebeispiel dafür liefert die neu eröffnete Praxis von Wollenweber Zahnmedizin am Ostwall 150.

„Wir fühlen uns hier alle richtig wohl, die Stimmung im Team ist noch besser und damit macht auch die Arbeit mehr Freude“, resümiert Dr. Nina Wollenweber das Resultat des Neustarts unter neuer Adresse. Wer ihre Praxis im Neubau am Ostwall zwischen der Haltestelle Rheinstraße und dem Behnisch-Bau betritt, wird tatsächlich beinahe geblendet: Helle, freundliche Flure und Behandlungszimmer empfangen die Patienten, viel Glas ermöglicht den Einfall natürlichen Lichts von draußen, sparsam eingesetzte, aber wirkungsvolle Designelemente schaffen ein attraktives Umfeld, in dem nichts dem Zufall überlassen wurde. „Dass wir hier viel mehr Platz haben als zuvor, ist in diesen Tagen natürlich besonders wichtig“, sagt Wollenweber mit Bezug auf die seit rund 12 Monaten allgegenwärtigen Bedenken. Sie weiß genau, wovon sie spricht, denn noch vor wenigen Wochen musste sie an ihrer alten Wirkungsstätte unter ganz anderen Bedingungen arbeiten. 2019 nahm sie ihre Tätigkeit nur wenige hundert Meter nördlich, am Ostwall 187, auf. „Neben den Problemen, die mit dem Standort gegenüber des Theaterplatzes einhergingen, war die Praxis



Mit der Neueröffnung ihrer Praxis am Ostwall 150 hat sich Dr. Nina Wollenweber einen Traum erfüllt.

verwinkelt, eng, dunkel und unübersichtlich.

Es fehlte Raum für das Backoffice, die Kommunikation war schwierig“, erinnert sie sich. „Barrierefreiheit war ein Fremdwort, Parkplätze Mangelware.“ Ursprünglich hatte Wollenweber schon beim Einzug über einen Um- und Ausbau nachgedacht, doch dann reifte schnell der Entschluss, sich nach einem komplett neuen Ort umzusehen. Im Sommer 2020 wurden Nägel mit Köpfen gemacht und der Mietvertrag für die neue Praxis unterzeichnet.

„Ich konnte meine Vorstellungen einer modernen Zahnarztpraxis hier von Grund auf verwirklichen, ohne Kompromisse eingehen oder provisorische Lösungen finden zu müssen“, schwärmt die gebürtige Gelsenkirchenerin. Mit einer Vergrößerung von 120 auf nun rund 330 Quadratmeter gab es aber nicht nur viel Spielraum für die kreative individuelle Gestaltung, sondern auch für noch professionelleren und besseren zahnmedizinischen Service. Zwei der insgesamt sechs Behandlungszimmer sind ausschließlich für die professionelle



Fotos Luis Nelsen

Zahnreinigung und die Prophylaxe vorgesehen, es gibt ein eigenes Röntgenzimmer, ein Raum bildet das Herzstück des neu geschaffenen CMD-Kompetenzzentrums, mit dem sich Wollenweber einen lang gehegten Traum erfüllt hat. „Bei CMD handelt es sich um eine Funktionsstörung des Kiefergelenks und der Kiefermuskulatur, die zu enormen körperlichen Beschwerden führen kann“, erklärt die Expertin, deren CMD-Kompetenz auf festem akademischem Fundament ruht. „Der Unterkiefer ist an zwei Gelenken aufgehängt, die über die Muskulatur wiederum mit dem Kopf, dem Nacken, den Schultern und dem Rücken verbunden sind. Kommt es zu ungleicher Belastung der beiden Gelenke, etwa durch eine Zahnfehlstellung, oder verhärtet sich die Muskulatur durch stressbedingtes Zähneknirschen, hat das Auswirkungen auf den ganzen Körper. CMD-Patienten leiden mitunter jahrelang an starken chronischen Kopf-, Nacken- oder Rückenschmerzen, an Schwindel- und Taubheitsgefühlen, an Tinnitus oder Sehstörungen, ohne dass die Ursache dafür gefunden wird.“ Solche Fälle zu identifizieren und den Betroffenen wieder zu einem schmerzfreien Leben zu verhelfen, ist eine der wichtigsten Aufgaben, denen Wollenweber in ihrer Praxis nachgeht. Zur funktionsdiagnostischen Analyse, die sie anbietet, gehört auch die sogenannte Atlas-Manipulation, mit der sie bestehende Blockaden kurzfristig löst: „Viele Patienten wundern sich zunächst, dass sie von einem Zahnarzt auf die Liege gebeten werden“, lacht sie, „aber am Ende überwiegt die Freude, wenn die Quelle ihrer Beschwerden endlich entdeckt



Helle, freundliche Flure: Tageslicht fällt durch großzügige Glasfronten in die Praxis.



In die Praxis integriert ist das CMD-Kompetenzzentrum.



Fotos: Luis Nelsen



wurde.“ Ihren Patienten das Leben zu erleichtern, ist der Antrieb, der Wollenweber jeden Morgen in die Praxis führt. Ihr Schwerpunkt liegt dann auch nicht so sehr auf dem Stopfen von Karieslöchern, sondern darin, Funktionsstörungen zu beheben. „Schnarchen zum Beispiel geht ebenfalls oft auf eine Kieferfehlstellung zurück und kann mitunter schwerwiegende Folgen haben“, weiß Wollenweber. „Mit einer individuell gefertigten Schiene ver helfe ich Schnarchern tatsächlich zu erholsamerem Schlaf, besserer Gesundheit und damit zu einem ganz neuen Lebensgefühl – und ihren gebeutelten Lebenspartnern gleich mit!“

Um ein umfassendes Leistungsspektrum anbieten und noch mehr Patienten helfen zu können, hat sich die resolute Zahnmedizinerin kompetente Verstärkung an Bord geholt. Ihr Team wird seit einiger Zeit ergänzt von den Zahnärztinnen Isabelle Jörg und Sesil Halilova, die die Bereiche Kinderzahnmedizin und Parodontitistherapie respektive Zahnästhetik verantworten. „Die einzelnen Bereiche der Zahnmedizin sind mittlerweile so stark ausdifferenziert, dass es nicht mehr nur organisatorisch Sinn macht, die verschiedenen Aufgaben auf mehrere Schultern zu verteilen“, erläutert Wollenweber. „Isabelle und Sesil sind Expertinnen auf ihrem jeweiligen Gebiet und können Patienten mit ihrem spezifischen Wissen und Können viel besser helfen als ich. Ich möchte meinen Patienten keinen ‚Gemischtwarenladen‘ anbieten, in dem alles ein bisschen, aber nichts so richtig gemacht wird. Jeder Patient soll bei uns vielmehr die bestmögliche Versorgung für seinen Befund erhalten.“ Die Grundlagen dafür hatte die Praxisinhaberin mit der Anschaffung aller nötigen technischen Geräte zwar bereits am alten Standort geschaffen,

doch erst in den neuen Räumlichkeiten nimmt ihre Vision wirklich Gestalt an, wird das Konzept Tag für Tag mit echtem Leben gefüllt. Eine wirkliche Neuerung gibt es aber doch: „Seit kurzem können wir unseren Patienten die Betäubung mit Lachgas anbieten“, schwärmt die Zahnärztin. „Das Gas ist gesundheitlich völlig unbedenklich und lässt sich sehr vorsichtig und individuell dosieren. Es ist vor allem für Angstpatienten und Kinder geeignet, weil es das Schmerzbe wusstsein völlig abschaltet und gleichzeitig ein Wohlgefühl auslöst. Es verfliegt zudem schnell und ohne Nachwirkungen und kann daher auch bei Behandlungen eingesetzt werden, in denen man üblicherweise keine Betäubung verabreichen würde.“ Prädestiniert ist es zum Beispiel für Patienten, die unter starkem Würgereiz leiden: „Die Abnahme von Zahnabdrücken ist für diese Menschen sehr unangenehm. Mit nur leichter Lachgasdosierung können wir ihren Würgereiz komplett ausschalten“, erläutert Wollenweber.

Es wundert nicht, dass die Spezialistin für Funktionsdiagnostik angesichts dieses neuen Umfelds keinerlei gasförmige Hilfe in Anspruch nehmen muss, um lachend in die Zukunft schauen zu können. „Mein Team und ich fühlen uns endlich angekommen“, freut sie sich. Und ihr Strahlen macht ihre Praxis sogar noch ein bisschen heller. //on

**Wollenweber Zahnmedizin & CMD-Kompetenzzentrum Krefeld**  
**Ostwall 150 // 47798 Krefeld**  
**Tel.: KR / 6047570 // Mail: mail@wollenweber.dental**  
**oder info@cmd-krefeld.de**  
**wollenweber.dental // cmd-krefeld.de**

Dr. Boverter Apotheken

# FFP2-Masken nach Hause liefern lassen!



Fotos: Luis Nelsen

Dr. Wolfgang Boverter liefert FFP2-Masken nach Hause.



Seit Anfang des Jahres verschickt die Bundesregierung Gutscheine für FFP2-Atemschutzmasken an Menschen ab 60 Jahren und solche, die zu den Corona-Risikogruppen zählen. Die Empfänger bekommen zwei Gutscheine, die in den Zeiträumen vom 1. Januar bis 28. Februar sowie vom 16. Februar bis zum 16. April zur Abholung von jeweils sechs FFP2-Masken in einer Apotheke berechtigen – gegen Vorlage eines Personalausweises und eine Gebühr von je zwei Euro.

„Da eine Aussendung an 19 Millionen Menschen mit großem logistischen Aufwand verbunden ist, wird die Versendung wohl noch bis Mitte Februar dauern“, weiß der Krefelder Apotheker Dr. Wolfgang Boverter. Aufwand bedeutet die Maskenausgabe allerdings auch für die Apotheken: „Leider bilden sich oft Schlangen vor den Apotheken, sodass es für viele Kunden zu Wartezeiten kommt“, so

Boverter. „Deshalb bieten wir an, FFP2-Maske direkt nach Hause zu liefern. Das hilft Risikopatienten, ihre Gefährdung zu verringern und entspannt die Lage bei uns vor Ort. Rufen Sie uns an, schicken Sie uns ein Mail oder eine Whatsapp!“

**Dr. Boverter Apotheken finden sich in der Innenstadt (Luisenplatz 6 - 8), in Uerdingen (Traarer Straße 9) und in Meerbusch Lank-Latum (Hauptstraße 95 - 97) Alle Kontaktinfos unter: [www.dr-boverter-apotheken.de](http://www.dr-boverter-apotheken.de)**

Ihre **SPEZIALISTEN**  
FÜR UMZÜGE UND HAUSHALTAUFLÖSUNGEN **ALLER ART.**

**KOSTENLOSE BESICHTIGUNG UND ANGEBOT MIT FESTPREISGARANTIE**

- >> Umzüge aller Art
- >> Haushaltsauflösung inkl. Wertanrechnung
- >> Entrümpelung >> Firmenauflösungen

Patrick Sachse • Mevissenstr. 62b • 47803 Krefeld  
Tel. 02151 / 366 2060 • Mobil: 0162 / 299 3962  
[www.sorglos-sauber24.de](http://www.sorglos-sauber24.de) • [sorglossauber24@web.de](mailto:sorglossauber24@web.de)



timeout Fitness- und Gesundheitscenter

# „timeout – die Auszeit, die Sie in Bewegung hält!“

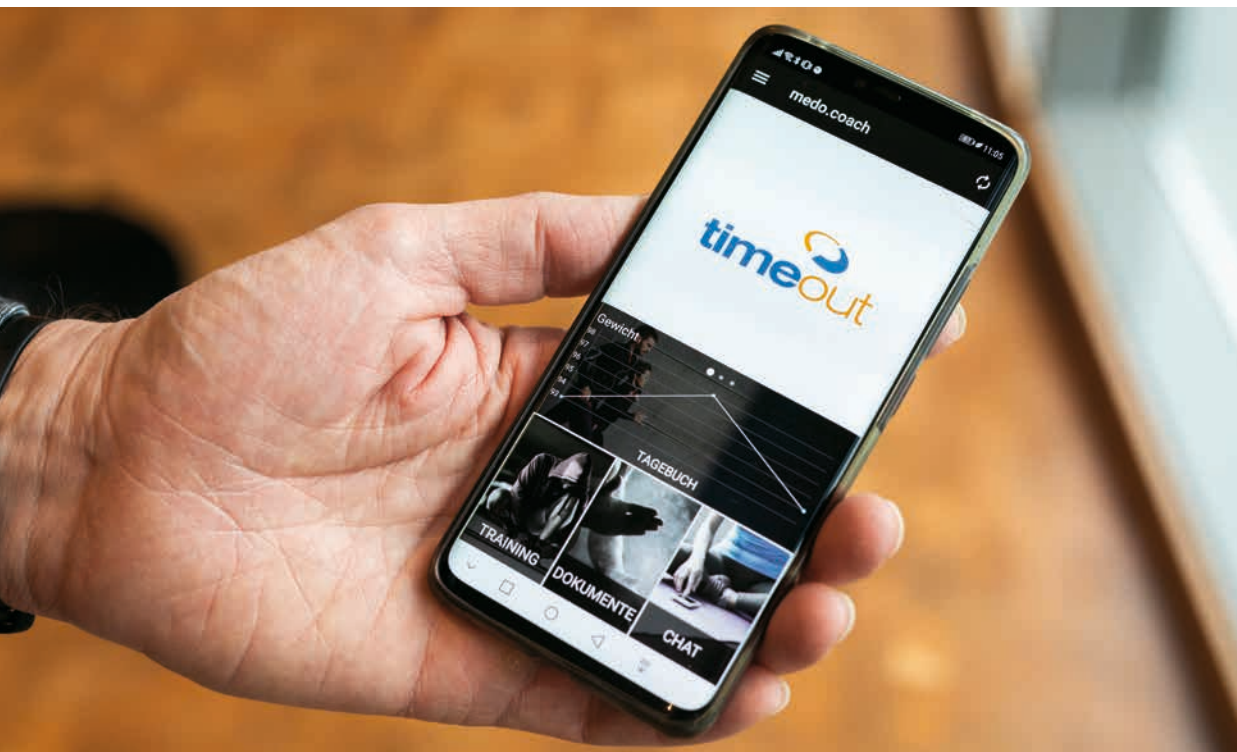


Foto: Luis Nelsen

Functional Training für zu Hause mit der medo-coach-App.

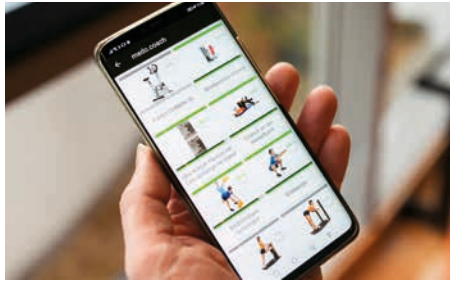
Wie in anderen Sporteinrichtungen und Fitnessstudios ruht der Betrieb auch im Uerdinger timeout Fitness- und Gesundheitscenter seit Anfang November, nachdem im Sommer und Herbst unter Auflagen trainiert werden konnte. Das timeout-Team geht deshalb aber keineswegs in den Winterschlaf, sondern versucht, seinen Mitgliedern aus der Ferne eine optimale Trainingsbetreuung zu bieten.

Seit einigen Tagen ist dort die medo.coach-Fitness-App im Einsatz. Die ersten Trainingspläne sind Mitte Dezember bereits verfasst und werden von den Mitgliedern genutzt. Für das nächste Jahr sind weitere Updates geplant. „Mit dem Handy scheint das Training zu Hause einfach zu sein. Hier kann man die absolvierten Trainingseinheiten direkt in der App abhaken und seine Wiederholungen eintragen, und das wird von den meisten auch gemacht. Dank der App haben wir innerhalb kurzer Zeit bereits über 50 Anmeldungen bekommen“, freut sich Trainingscenterleiter Christian von der Heiden. Eingeladen zur Nutzung der App wurden die Mitglieder Anfang Dezember durch timeout-Betriebsleiter Wolfgang Hüsgen, der in einer Mail erklärt, auf welche Weise man sich einloggen kann. „Wer mitmachen will, schreibt eine E-Mail an [trainer-timeout@scbayer05.de](mailto:trainer-timeout@scbayer05.de). In der Antwort bekommt er oder sie den Download-Link für die Software auf dem Mobilgerät. Anschließend muss man sich kostenlos registrieren und ein Benutzerkonto anmelden. Mit dem Versenden eines Sicherheitscodes stellen wir den Datenschutz sicher“, erläutert er die Vorgehensweise. Die medo.coach App ist frei verfügbar, muss allerdings vom Fitnessanbieter freigeschaltet werden.

Im timeout ist die Nutzung der App an die Mitgliedschaft gebunden, aber auch durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten. Öffentlich zugänglich für jeden, der möchte, sind dagegen die timeout Fitness-Videos, die seit dem Frühjahr fast täglich live auf dem timeout YouTube-Kanal veröffentlicht werden. „Man kann auch die alten Videos weiter abrufen und damit trainieren“, so Hüsgen. „Spielen Sie das Video auf Ihrem Fernseher, ziehen Sie Sportkleidung an, und los geht's!“

„Das Gute an der medo.coach-App ist die Möglichkeit zu individuellen Trainingsplänen“, berichtet Christian von der Heiden. „Das geht genauso zielgerichtet wie hier vor Ort. Wenn es einen zeitnahen Fitnesscheck gibt, können wir darauf alles aufbauen. Die Art der Übungen, die Anzahl an Wiederholungen, die Häufigkeit, alles hängt von den individuellen Voraussetzungen ab“, erklärt er. „Dabei reichen Alter, Größe und Gewicht absolut nicht als Parameter aus. Genauso wichtig ist, ob jemand bereits trainiert ist, ob er zum Beispiel seit der Jugend Sport treibt oder erst mit 40, 50 damit angefangen hat. Der Körper speichert Bewegungsmuster und kann





sie auch nach langen Pausen leichter wieder abrufen, was bei einem völlig Untrainierten nicht möglich ist“, bekräftigt er.

Da zu Hause die Fitness-Geräte fehlen, sind Online-Trainingsprogramme mit der medo.coach-App vor allem auf Functional Fitness ausgerichtet, das heißt Training mithilfe des eigenen Körpers und so wenig wie möglich mit Hilfsmitteln. „Viele unserer Mitglieder haben aber auch Trainingsausstattung wie Thera-Bänder, Kurzhanteln oder Faszienrollen zu Hause und können diese jetzt gezielt in ihren Trainingsplänen einsetzen“, weiß Christian von der Heiden. „Zur Not kann man eine Hantel auch durch eine volle Wasserflasche ersetzen oder ein dickes Buch als Gewichtsscheibe verwenden und Steps an einer Treppenstufe durchführen, wobei man natürlich auf mögliche Unfallgefahren achten muss“, gibt er zu bedenken. „Sobald es wieder möglich ist, werden wir natürlich wieder Training vor Ort anbieten. Für die Sicherheit ist unter anderem dank unserer modernen Luftfilteranlagen und der Neugestaltung unserer Räume gut gesorgt!“

Dass die Nachfrage nach Sport und Bewegung auch jetzt – oder sogar gerade jetzt – groß ist, können die timeout Trainingsexperten bestätigen. „Viele wollen etwas machen, und freuen sich sehr über unser Angebot“, so timeout-Leiter Hüsgen. „Manche unserer Mitglieder, vor allem viele Senioren, waren vor Corona zum Teil täglich bei uns. Denen fehlt nun ein wichtiger Teil ihres Tagesablaufs. Bei der Nutzung einer App oder dem Trainieren mit Videos fehlt natürlich die soziale Komponente, die Gespräche, der gemeinsame Kaffee nach dem Training. Aber es ist auf jeden Fall



Fotos: Luis Neilsen

timeout-Betriebsleiter Wolfgang Hüsgen und Trainingscenterleiter Christian von der Heiden.

besser, als gar nichts zu tun“, so Hüsgen. „Sport ist sehr wichtig für das Immunsystem. Es hilft also auch gegen das allgemeine Infektionsrisiko, sich regelmäßig zu bewegen. Wer wegen Corona eine monatelange Sportpause einlegt, fügt sich unter Umständen erheblichen Schaden zu“, ist der Fitness-Experte überzeugt. „Leider muss man befürchten, dass nächstes Jahr die Anzahl an Herzinfarkten, Schlaganfällen und Bandscheibenvorfällen steigt, weil viele gar nichts mehr getan haben. Dem wollen wir entgegenwirken. Wir wollen, dass unsere Mitglieder in Bewegung bleiben!“  
//mo

**timeout Fitness- & Gesundheitscenter**  
**Löschenhofweg 70 // 47829 Krefeld-Uerdingen**  
**Tel.: KR / 4446333**  
**[www.scbayer05.de/unser-freizeitangebot/timeout](http://www.scbayer05.de/unser-freizeitangebot/timeout)**



## Betreutes Wohnen in Krefeld-Cracau

Wir ermöglichen Ihnen in 36 Wohnungen, unterschiedlicher Größen, ein selbstbestimmtes Leben in altersgerechten und barrierefreien Wohnungen mit Anbindung an das Seniorenhaus Crefeld. Neben Grundleistungen stehen Ihnen wahlweise weitere Serviceleistungen individuell zur Verfügung. Vereinbaren Sie gerne einen Besichtigungstermin – wir freuen uns auf Sie!

**Hier finden Sie uns:**  
 Moerser Straße 1-3 | 47799 Krefeld  
 Tel. 02151 / 78 19 100  
[info-crefeld@comunita-seniorenhaeuser.de](mailto:info-crefeld@comunita-seniorenhaeuser.de)  
 Weitere Informationen:  
[www.comunita-seniorenhaeuser.de](http://www.comunita-seniorenhaeuser.de)



## Klinik für Urologie, Kinderurologie und Urogynäkologie am Krankenhaus Maria-Hilf

# Behutsam unter die Gürtellinie

„Die Prostata ist nur für Urologen da.“ Der Scherz unter Ärzten bezieht sich darauf, dass kaum einer weiß, wozu die Prostata gut ist, aber er rührt an einer noch tieferen Wahrheit: Denn Beschwerden „da unten“ sind oft schambehaftet oder gar tabuisiert. Im Gegensatz zu anderen Zipperlein wird das Problem mit dem „Wasserlassen“ oder „Wasserhalten“ eher selten beim Kaffeekränzchen oder Frühschoppen diskutiert. Dr. Jens Westphal, Chefarzt der Klinik für Urologie, Kinderurologie und Urogynäkologie, sowie Dr. Walter Batzill, Sektionsleiter für Kinderurologie und Urogynäkologie, leisten mit ihrer Arbeit ihren Beitrag, Betroffene von ihren Beschwerden zu befreien und ihnen die Scham zu nehmen.

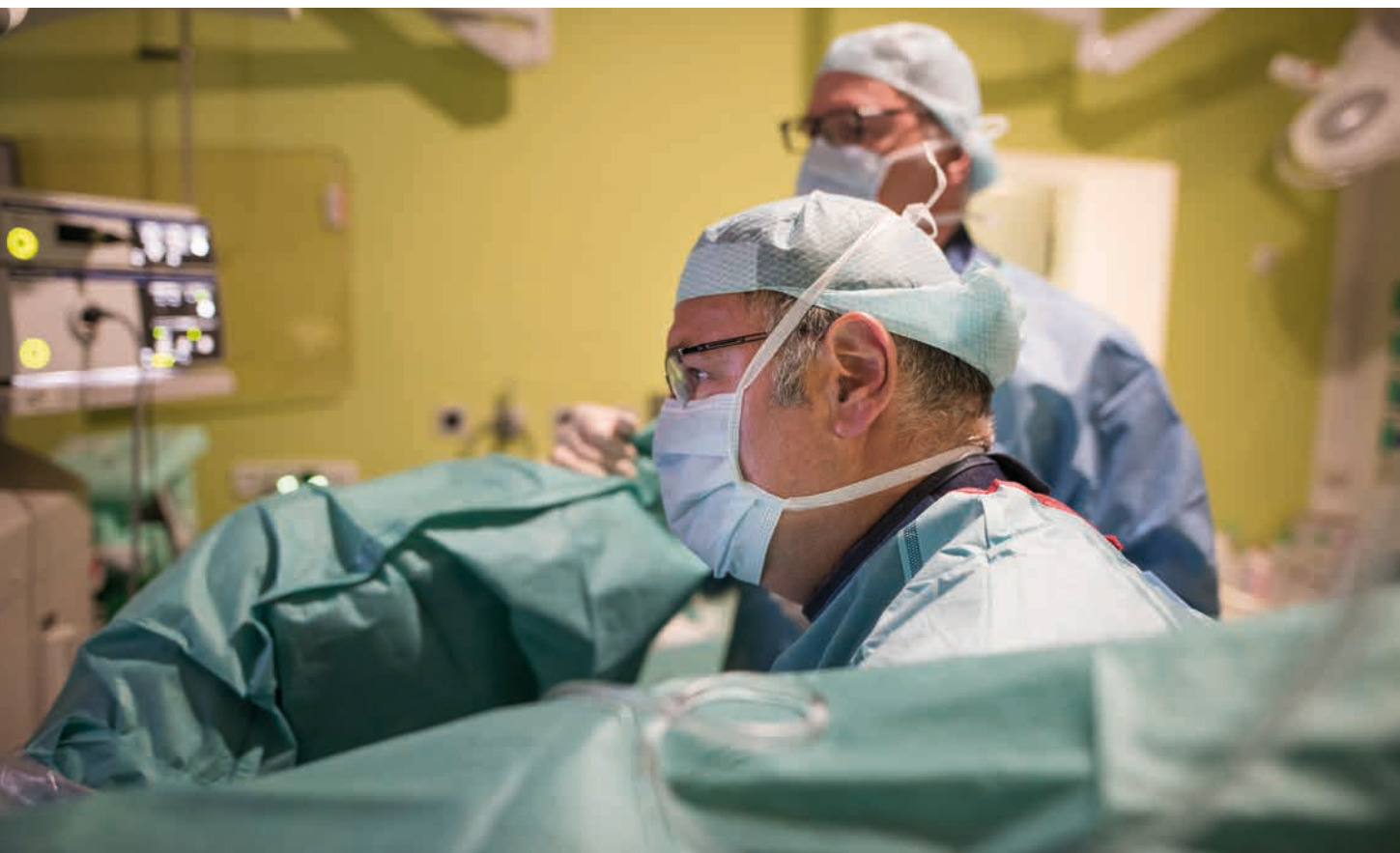


Foto: Alexianer

Das schwierige letzte Jahr steckt allen noch in den Knochen, aber Dr. Westphal und Dr. Batzill zeigen keinerlei Spur von Müdigkeit, im Gegenteil: Die Neuorganisation der urologischen Klinik des Maria-Hilf trägt auch dem Enthusiasmus der beiden anerkannten Spezialisten Rechnung, die gut gelaunt zum Gespräch empfangen. „Gute Frage!“, freut sich Westphal, als ich ihn eingangs bitte, das Tätigkeitsfeld des Urologen zu umreißen. Er deutet auf eine abstrakte künstlerische Darstellung, die die Organe zeigt, mit denen er sich tagtäglich beschäftigt: Niere, Harnleiter, Blase, Harnröhre, Prostata und primäre Geschlechtsorgane bei Mann und Frau. Westphal ist seit 2015 als Chefarzt am Maria-Hilf tätig, mit Batzill bildet er schon länger ein

„kongeniales Duo“: zwei ganz unterschiedliche Typen, geeint durch die Leidenschaft für ihr Fachgebiet und den Wunsch, ihren Patienten zu helfen.

„Als ich 2015 im Maria-Hilf anfang, genoss die hiesige Urologie bereits einen exzellenten Ruf, auf dem ich aufbauen konnte“, erinnert sich der Chefarzt. „Seitdem haben wir das Spektrum kontinuierlich erweitert.“ Zwar gehörte die Kinderurologie und Urogynäkologie schon länger zum Leistungsumfang des Maria-Hilf, aber sie soll genau wie die Urogynäkologie in der neuen Firmierung nun noch mehr Aufmerksamkeit erhalten.



Fotos: Simon Erath



Foto: Luis Nelsen

Das Bild an der Wand von Dr. Westphals Büro zeigt die Organe, mit denen sich die Urologie beschäftigt.

Chefarzt Dr. med. Jens Westphal (oben), Klinik für Urologie, Kinderurologie und Urogynäkologie. Dr. med. Walter Batzill (unten), Sektionsleiter der Bereiche Kinderurologie und Urogynäkologie im Krankenhaus Maria-Hilf.

„Nach dem allgemeinen Verständnis ist Urologie etwas ‚für Männer‘, erklärt Westphal. „Davon wollen wir weg, denn der Bedarf für urologische Behandlungen ist groß, umfasst alle Geschlechter und Altersgruppen.“ Mit der Umstrukturierung und der Ernennung von Dr. Batzill zum Sektionsleiter für Kinderurologie und Urogynäkologie hat das Krankenhaus die Grundlage geschaffen, Patienten noch besser versorgen zu können. „Der Teamgedanke wird bei uns groß geschrieben, wir haben eine hohe Kompetenz im Klinikum versammelt und arbeiten zum Wohle unserer Patienten zusammen. Dazu beziehen wir immer auch die niedergelassenen Ärzte mit ein“, resümiert Westphal.

Neues Augenmerk wird nun vermehrt auf Frauen und Kinder gelegt, deren Betreuung in den Verantwortungsbereich von Dr. Batzill fällt. Der ehemalige leitende Oberarzt und jetzige Sektionsleiter, der „nebenbei“ auch noch das Alexianer Kontinenz- und Beckenbodenzentrum leitet, ist auch nach vielen Jahren Berufserfahrung immer noch von der Bandbreite seines Berufs fasziniert. „Die Beschwerden, mit denen Männer, Frauen oder Eltern mit ihren Kindern zu uns kommen, sind sehr intim“, führt Batzill aus. „Wir nehmen uns daher viel Zeit für das erste Gespräch. Die Patienten spüren, dass wir sie ernst nehmen – und ihre Behandlung hier zum Alltag gehört. Darum, ‚sich unten freizumachen‘, kommen sie zwar nicht herum, aber wir lassen uns etwas Zeit bis dahin“, schmunzelt er.

Und die Beschwerden sind vielfältig: Männer leiden im Alter unter Prostatabeschwerden – Prostatakrebs ist noch immer der häufigste Krebs bei Männern –, Frauen unter Harnwegsinfekten, die Blase und Niere bedrohen. Bindegewebsschwäche begünstigt vor allem nach der Schwangerschaft den sogenannten Scheidenvorfall, das weibliche Gegenstück zum männlichen Leistenbruch. Bei Jungs kommen der Hodenhochstand und die Vorhautverengung sowie verstärkt Fehlbildungen des Penis hinzu. „Die Wissenschaft weiß noch nicht, worauf dieser Anstieg zurückzuführen ist“, berichtet Batzill. „Eine mögliche Theorie, die aktuell diskutiert wird, ist der Einfluss von Umweltfaktoren, wie zum Beispiel eine zunehmende Hormonbelastung des Grundwassers.“ Das männliche Glied ist in den frühen

**Feuchte Wände,  
nasser Keller?**

**KOX**  
**ABDICHTUNGSTECHNIK**

- elektronische Feuchtigkeitsmessungen
- Horizontal-sperren
- Sperr- u. Sanierputze
- Außenabdichtungen

Mevissenstraße 62b  
47803 Krefeld  
Tel.: 02151 76 333 71

mail: [kox@kox-abdichtungstechnik.de](mailto:kox@kox-abdichtungstechnik.de)  
[www.kox-abdichtungstechnik.de](http://www.kox-abdichtungstechnik.de)



Einfühlungsvermögen und Behutsamkeit sind bei der Behandlung von Kindern besonders wichtig.



Fotos: Maria-Hilf

Entwicklungsstadien im Mutterleib eine Platte, die sich erst nach und nach zu einer „Röhre“ formt. Bei manchen Säuglingen ist diese Schließung nicht komplett vollzogen. „Wir schauen uns jeden Einzelfall ganz genau an und untersuchen, inwiefern die Funktionalität des Geschlechtsorgans beeinträchtigt ist oder das Selbstbild des Jungen später leiden könnte. Auf dieser Grundlage treffen wir gemeinsam mit den Eltern eine Entscheidung für den weiteren Behandlungsverlauf“, beschreibt Batzill das behutsame Vorgehen.

Eine Beschwerde, die beide Geschlechter und alle Altersgruppen betrifft, ist die Kontinenzstörung. „Inkontinenz bedroht dein Leben nicht, sie nimmt es dir aber“, weiß Batzill. „Betroffene sind oft verzweifelt, verlassen mitunter ihre Wohnung nicht mehr.“ Sensibilität und Empathie sind gefragt, denn viele schämen sich für ihr unverschuldetes Leid – und sind unendlich dankbar, wenn ihnen geholfen wird. „Durch die moderne Ultraschalltechnik ist die Diagnostik heute viel genauer, dazu sind die Therapiemöglichkeiten vielseitig und die Eingriffe schonender als noch vor wenigen Jahren“, weiß der Spezialist. Westphal und Batzill sind nicht immer Freunde des Skalpell: „Sofern es eine Möglichkeit gibt, Beschwerden medikamentös oder minimalinvasiv zu lindern, ziehen wir dies einer offenen Schnittoperation immer vor“, bestätigt der Sektionsleiter. Vor allem bei den Kleinsten ist Behutsamkeit oberstes Gebot: „Auf Kinder wird ein enormer Druck ausgeübt, dabei ist es bis zum fünften Lebensjahr völlig normal, dass sie in die Hose oder ins Bett machen. Die Blasenkontrolle ist sehr komplex, dazu ist ihr Schlaf tiefer als der eines Erwachsenen“, so Batzill, selbst Vater zweier Kinder. „Sollte sich das Problem nicht

auswachsen, dann wird durch den niedergelassenen Kinderarzt der Kinderurologe hinzugezogen. Die Therapie ist auch hier überwiegend konservativ. Eine Operation ist nur in seltenen Fällen, zum Beispiel bei Engen der Harnröhre notwendig. Hier reicht dann ein winziger Schnitt, der bei Kindern immer unter Vollnarkose durchgeführt wird. Nach einer Nacht können sie wieder nach Hause“, berichtet der Kinderurologe, der als einer der ersten Urologen in NRW auch die Zusatzweiterbildung für Kinderurologie besitzt.

Bleibt noch die Frage nach der Funktion der Prostata. „Es ist eine Drüse, die die Transportflüssigkeit für die Spermien produziert“, erklärt Batzill. „Man kann sie mit einer Mandarine vergleichen: Außen eine Schale und innen Fruchtfleisch, durch das die Harnröhre verläuft. Das Fruchtfleisch fängt im Alter an, gutartig zu wuchern und verschließt dann manchmal die Harnröhre.“ In der griffigen Erklärung zeigt sich exemplarisch, was die beiden Köpfe der neu geschaffenen Klinik auszeichnet: ein lockerer, unverkrampfter Zugang zu einem für viele unangenehmen Thema. Das schafft echtes Vertrauen – und Entspannung unter der Gürtellinie. //on

**Krankenhaus Maria-Hilf**  
**Klinik für Urologie //Kinderurologie und Urogynäkologie**  
**Chefarzt Dr. med. Jens Westphal**  
**Dießemer Bruch 81 // 47805 Krefeld // Tel.: KR / 334-0**  
**Mail: info@alexianer-krefeld // www.alexianer-krefeld.de**

## Technikpartner Rinsch

Maybachstrasse 157  
47809 Krefeld  
Tel.: 02151 - 543888  
Mail: info@rinsch.de

[www.rinsch.de](http://www.rinsch.de)

# Wir bringen Sie auch in 2021 gut nach Hause



Selbst unter widrigen Bedingungen erreichen wir den baldigen Verkauf Ihrer Immobilie. Denn gerade jetzt suchen viele junge Familien aus dem Raum Düsseldorf, Köln und dem Ruhrgebiet die Sicherheit eines eigenen Zuhauses. Wir vermitteln diskret, kompetent und erfolgreich!

Tel. 02151 931818 · [schreurs-immobilien.de](http://schreurs-immobilien.de) · 4x in Krefeld: Bockum, Hüls, Traar, City

**SCHREURS**  
IMMOBILIEN

WIR VERKAUFEN UND VERMIETEN WOHNKULTUR

Physiotherapie Alexandra Lüke

# Leben in Bewegung



Alexandra Lüke ist seit 2007 staatlich anerkannte Physiotherapeutin.

Ein bisschen wirkt es so, als fielen die Sonnenstrahlen gleich von zwei Seiten in die Praxis ein, aus zwei gegenüberliegenden Richtungen. Ein wandhoher Spiegel begünstigt diese kleine optische Täuschung, die dem großen Trainingsraum ein noch freundlicheres Ambiente verleiht. Der ruhige und sehr grüne Stadtteil Verberg zeigt sich gleich hinter den breiten Fenstern, was die entspannte Atmosphäre noch einmal verstärkt. Die Farbe Weiß dominiert das moderne Interieur, feines Parkett bildet den Untergrund. Übungsmatten liegen bereit, eine Langhantel ruht gleich daneben. Neben dem Spiegel hängen Gurte von der Wand für ein spezielles Training, eine Rudermaschine rundet den sportiven Charakter des Ortes ab. Ein Gerät, das auch Alexandra Lüke noch bestens kennt aus ihrer früheren Zeit als Leistungssportlerin, als sie noch mit Skulls durch die Regattaseen ruderte.

Längst hat sie die Seiten gewechselt. Heute hilft sie Menschen dabei, sich wieder schmerzfrei bewegen zu können. Alexandra Lüke heilt mit ihren Händen. Im März 2020 hat sie sich mit ihrer Privatpraxis für Physiotherapie an der Gatzestraße selbstständig gemacht. Beistand hat sie sich vom griechischen Philosophen Aristoteles ins Haus geholt: „Das Leben besteht in der Bewegung“ ist so eine antike Weisheit von ihm, die auch im Jahr 2021 nichts von ihrer Richtigkeit eingebüßt hat. Menschen, die diese Aktivität nicht mehr ohne Weiteres ausführen können, sind in der schicken Praxis gut aufgehoben. Ob junge Sportler oder Personen im hohen Alter mit Beschwerden in Muskeln, Sehnen und Gelenken – Alexandra Lüke verfügt über ein breites Wissen und entsprechend ausgefeilte Therapiemöglichkeiten.

An ihren Beruf hat sie ihr Herz verloren. „Ich möchte meinen Patienten wieder zu mehr Freiheit verhelfen, ein Stück Lebensqualität

zurückgeben“, sagt die 37-Jährige aus Überzeugung. Im besten Fall lässt sich so eine kostspielige Operation verhindern. Auf die sanfte Weise hat sie schon vielen Personen auf die Beine geholfen. Leuten mit Schlaganfall, für die auf einmal nichts mehr selbstverständlich ist, oder die alte Dame mit Hüftproblemen, die ihre Tochter endlich wieder im zweiten Stockwerk besuchen kann. „Die Teilhabe am Leben ist für die Menschen enorm wichtig. Es ist für mich einfach schön anzusehen, wenn so etwas wieder möglich ist.“

Die Mutter von zwei Kindern ist seit 2007 staatlich anerkannte Physiotherapeutin. 2008 legte sie an der Hochschule Zuyd in Heerlen in den Niederlanden noch ihren Bachelor auf diesem Gebiet nach. Ein noch umfassenderes Studium, mit dem sie ihre Fähigkeiten und ihr Fachwissen weiter verfeinerte. Sie ist in der Lage, auf die vielfältigen, individuellen Bedürfnisse ihrer Patienten einzugehen. Nach einem Vorgespräch, einer körperlichen Untersuchung und der Ein-



Fotos: Luis Nelsen

Ihre Praxis im schönen Stadtteil Verberg ist ein Ort der Bewegung.

beziehung der ärztlichen Diagnose findet Lücke zusammen mit dem Erkrankten die richtige Therapie. Mit der Hochschule arbeitet sie noch eng zusammen, gibt dort Seminare. Lücke ist damit immer auf dem neuesten Stand der Wissenschaft und kann ihren Patienten die optimale Behandlung zukommen lassen. Zahlreiche Zusatz-Zertifikate, so zum Beispiel für die manuelle Lymphdrainage, hat sie seit ihrem Staatsexamen mit Ehrgeiz gesammelt. „Wenn man fertig ist, fängt die Ausbildung quasi erst richtig an“, erzählt sie mit einem Schmunzeln über ihren Berufszweig, bei dem man wie beim Hausbau immer weiter aufsteigt: Nach dem Legen des Fundaments folgt ein Stockwerk dem anderen. Auch Heilpraktikerin im Bereich der Physiotherapie darf sie sich nennen. Ihre Schwerpunkte setzt sie auf dem Gebiet der Sporttherapie mit der manuellen Behandlung, bei der Funktionsstörungen des Bewegungsapparats durch Mobilisationsübungen behoben werden. Leistungssportler wie der Ruderer Jonathan Rommelmann waren schon bei ihr, um ihre Leiden kurieren zu lassen. Das kommt nicht von ungefähr. Alexandra selbst war früher im Crefelder Ruderclub aktiv, wo ihr Mann Christoph Lücke heute Vorsitzender ist. Für Rommelmanns Kollegen, aber auch andere Athleten, stehen die Türen an der Gatztenstraße immer offen. Eine Behandlung bei Alexandra Lücke ist alles andere als eine Massenabfertigung. Die 37-Jährige nimmt sich viel Zeit für eine ausführliche Besprechung und Therapie. Bis zu 60 Minuten kann ein Behandlungstermin dauern. In ihrer Privat-Praxis arbeitet sie allein, kümmert sich persönlich und fürsorglich um jeden ihrer Patienten. Die Menschen, ihre Anliegen und die Fortschritte der Genesung kennt sie daher wie keine zweite. Ob Olympia-Traum oder einfach das schmerzfreie Treppensteigen – ist der Patient glücklich, dann gilt das auch für sie.

Zum weiteren Angebot zählen neben der Behandlung von Störungen des Kiefergelenks und der umliegenden Strukturen – medizinisch craniomandibuläre Dysfunktion (CMD) genannt – auch die Krankengymnastik mit aktiven und passiven Behandlungstechniken für die Funktionsfähigkeit der Muskeln und Gelenke. Die Neurophysiologie, die dem besseren Zusammenspiel von Muskeln und Nerven dient, gehört ebenso zu ihrem Portfolio wie die manuelle Lymphdrainage, eine sanfte Therapie zur besseren Ausscheidung von Entzündungsstoffen und Flüssigkeit im Gewebe. Zur stimulierenden Unterstützung von Muskeln und Gelenken wendet Lücke gekonnt das aus Japan stammende Kinesiotaping an. Die Massage und die Wärmetherapie, bei der Moorpackungen die Durchblutung fördern, Muskeln entspannen und Schmerzen lindern, runden das Angebot ab.

Alexandra Lücke genießt ihr Familienleben, hält sich in der Freizeit mit Laufen, Skifahren und Segeln fit. „Sport gehört zum Leben dazu. Mein Beruf erfordert eine gute Konstitution.“ Sie will ein Vorbild sein bei ihrer Passion, den Menschen ihre motorischen Fähigkeiten zurückzugeben – in ihrer modernen Praxis im Grünen, in ruhiger und entspannter Umgebung.//al

**Physiotherapie Alexandra Lücke**  
**Gatztenstraße 167a // 47802 Krefeld-Verberg**  
**Tel.: KR / 562331 // Mail: info@physiotherapie-luecke.de**  
**physiotherapie-luecke.de**






**Kohlen Immobilien**  
Ihr Spezialist für Anlageobjekte



Als Spezialmakler für Mehrfamilienhäuser, Wohn- und Geschäftshäuser oder Wohnanlagen in Krefeld und Umgebung setzen wir uns für Ihre Interessen ein.



**bauliche Begutachtung**  
Wertermittlung



**Beratung**  
Kaufabwicklung

Ganz **unverbindlich & kostenfrei** erstellen wir Ihnen eine schriftliche Wertermittlung

Sylvia Kohlen Immobilien | Hülser Straße 14 | 47798 Krefeld  
 Tel.: 02151/1542900 | www.kohlen-immobilien.com

Krefelder Pflegeunternehmen schafft ambulantes Corona-Testzentrum

# Oma und Opa sicher besuchen!



Foto: Luis Nelsen

Das Team des ambulantes Pflegedienstes „Pflege Gemeinsam“.

Die Corona-Pandemie stürzt viele Menschen in einen Zwiespalt, der nur schwer aufzulösen ist. Denn fast jeder hat Angehörige, die von dem Virus besonders gefährdet sind. Nahezu 90 Prozent der in Zusammenhang mit Corona gestorbenen Deutschen sind 70 Jahre oder älter, und die über 80-Jährigen stellen immerhin fast 70 Prozent der statistisch erfassten Corona-Toten. Soll man also Oma und Opa nicht besuchen, um sie keinem Ansteckungsrisiko auszusetzen? Denn gerade Jüngere mit einem kräftigen Immunsystem können sich infizieren, ohne Symptome zu zeigen. Sie selbst überstehen das alles problemlos, ihre hochbetagten Großeltern allerdings nicht. Auf der anderen Seite ist eine langanhaltende Isolation oft mindestens so schädlich wie körperliche Krankheiten. Gerade alleinlebende Menschen gehören zu einer Risikogruppe ganz anderer Art „Dauerhafte Einsamkeit kann unter anderem Depressionen, Ängste, Wut, Stress und gestörten Schlaf auslösen. Diese erhöhten psychosozialen Belastungen treten während der Isolations- und Quarantänemaßnahmen auf, können aber auch noch Monate und gar Jahre nachwirken“, sagt die Leipziger Gesundheitsforscherin Steffi Riedel-Heller.

Mit zunehmender Dauer der Pandemie wurde dieses Dilemma auch den Verantwortlichen des ambulanten Pflegedienstes „Pflege Gemeinsam“ immer schmerzlicher bewusst. Aber was konnte die Lösung sein? Eigentlich nur eines: den Angehörigen der betreuten Personen eine leicht zugängliche Möglichkeit für Corona-Schnelltests zu geben. Gesagt, getan, errichtete das Krefelder Pflegeunternehmen im November 2020 mit viel Einsatz und Manpower in der Rekordzeit von nur vier Wochen ein eigenes Testzentrum. „An einem separaten Ort in Uerdingen können wir nun unter strengsten Hygieneauflagen Dutzende Personen pro Tag mit einem Schnelltest auf Covid-19 überprüfen“ sagt Geschäftsführer Patrick Tejada. „Die baulichen Gegebenheiten dafür zu schaffen, das Testkonzept entsprechend (teilweise auch nachts!) zu erarbeiten und die praktische Umsetzung zu erproben, war eine immense Herausforderung für unser Team, aber der Erfolg gibt uns Recht, und ich bin sehr stolz auf uns.“ Um mögliche Fehlerquellen auf ein Minimum zu reduzieren, wird für die Testungen nur speziell geschultes Personal eingesetzt, wobei die Übungen zeigten, dass die Schnelltest mit wachsender Erfahrung immer angenehmer für die zu Testenden durchgeführt werden konnten.

Obwohl der hiermit verbundene Aufwand für „Pflege Gemeinsam“ immens ist, sind die Tests für alle Kunden, deren Angehörige und für die Pflegenden kostenlos, denn die tatsächlichen Kosten in Höhe von etwa 85.000 Euro pro Monat für Mehrarbeit, Testmaterial und Schutzausrüstung werden zum Glück von der Bundesregierung über den sogenannten Pflegerettungsschirm getragen. „Dankbar bin ich auch für alle Corona-Helfer, die unser Stamm- und Fachkräfteteam aktuell sehr gut entlasten und unterstützen. Wir haben sie über Kampagnen in den Sozialen Medien gefunden und es begeistert mich zu sehen, dass wir diese tolle Unterstützung erfahren dürfen“, freut sich der Pflege-Gemeinsam-Geschäftsführer. „Die gesellschaftliche Hilfe und die finanzielle Unterstützung der Bundesregierung zeigen deutlich, dass wir hier in Deutschland in einem Land leben, in dem Menschen und Politiker die Systemrelevanz der Pflege nicht nur beklatschen, sondern mit enorm tatkräftiger Unterstützung ermöglichen, dass die Versorgung unserer Seniorinnen und Senioren trotz dieser harten Zeiten sichergestellt werden kann“, so Patrick Tejada.





Foto: Luis Nelsen

Schutzkleidung ist Pflicht bei der Probeentnahme.

Und die Verantwortlichen bei „Pflege Gemeinsam“ können sich freuen, mit ihrem Projekt bei den Angehörigen der von ihnen betreuten Menschen quasi offene Türen eingerannt zu haben. „Die starke Nachfrage der Schnelltests zu den Weihnachtsfeiertagen, die den Besuch bei Oma und Opa ein Stück weit sicherer gemacht haben, zeigt auf schöne Weise das große Verantwortungsbewusstsein unserer Angehörigen, betont Nikias Deckner, Prokurist der Pflege Gemeinsam GmbH. „Auf diese Weise können wir den Menschen helfen, ihre älteren Verwandten zu schützen und sie trotzdem nicht allein zu lassen“, so Deckner. „Natürlich ist es der beste Schutz, soziale Kontakte zu vermeiden. Aber eine völlige Isolation über Monate würde auch einen großen Schaden anrichten.“

Nach den guten Erfahrungen der Startphase hat sich „Pflege Gemeinsam“ entschieden, die aufgebauten Testkapazitäten noch intensiver zu nutzen. „Wir laden alle Angehörigen und Besucher unserer Klienten ein, unser Testangebot wöchentlich zu nutzen“, erklärt Patrick Tejada. Über eine Online-Buchungsseite auf unsere Homepage kann ganz unkompliziert und bequem ein Termin in unserem Testzentrum gebucht werden. Daher appellieren wir eindringlich, dieses Angebot zum Nutzen ihrer Liebsten auch zu anzunehmen“, betont er. „Leider liegt in Deutschland der Fokus noch immer viel zu häufig auf den Alten- und Pflegeheimen. Dabei werden drei Viertel der Pflegebedürftigen gar nicht im Heim, sondern zu Hause versorgt. Aber auch hier ist es wichtig, diese stark gefährdeten Menschen keinen vermeidbaren Risiken auszusetzen – sondern sicherheitsspendende Angebote wie das von ‚Pflege Gemeinsam‘ noch stärker zu nutzen!“ //mo

**Pflege Gemeinsam GmbH**  
**Stephanstraße 38 // 47798 Krefeld**  
**Tel.: KR / 60 749 60 // [www.pflege-gemeinsam.de](http://www.pflege-gemeinsam.de)**  
**Corona-Schnelltest-Vereinbarung für Angehörige und Besucher der ambulanten Pflege-Gemeinsam-Klienten unter: [pflege-gemeinsam.de/coronatest-terminvereinbarung/](http://pflege-gemeinsam.de/coronatest-terminvereinbarung/)**

**Über 30 JAHRE**

**Helfen ist Herzenssache!**

[www.krebskinder-krefeld.de](http://www.krebskinder-krefeld.de)

Förderverein zugunsten krebskranker Kinder Krefeld e.V.

Sparkasse Krefeld  
IBAN DE37 3205 0000 0000 0088 88

Volksbank Krefeld e.G.  
IBAN DE32 3206 0362 0000 7700 00

Aktion Teddybär – ein Projekt unter dem Dach des Fördervereins

**HOTEL RESTAURANT Benger** ★★

**Jeden Dienstag**  
frische Spare Ribs aus dem Ofen **12,50€**

**Jeden Mittwoch**  
frische 1/2 Hähnchen **7,50€**

**Jeden Donnerstag**  
frische Reibekuchen **8,80€**

**Jeden Tag frische Schnitzel.**

Reservierung erforderlich:  
 Telefon: 02151 - 95 54 0  
 Mail: [reservierung@hotel-benger.de](mailto:reservierung@hotel-benger.de)  
 Uerdinger Str. 620 · 47800 Krefeld

**Küche von Mo-Do ab 17.30 bis 20.00 geöffnet**  
**Nur auf Vorbestellung.**

[www.hotel-benger.de](http://www.hotel-benger.de)

## Innovative Orthopädie Systeme

# Füße sind so individuell wie ein Fingerabdruck

Mit 26 Knochen und über 100 Muskel-, Band- und Sehnenansätzen ist der menschliche Fuß ein anatomisches Wunderwerk, das uns prächtig durchs Leben trägt. Allerdings verbringt das als Barfuß-Konzept gedachte Körperteil heute fast sein gesamtes Leben in Schuhen und läuft auf zu harten und glatten Böden herum. „Dabei sind Schuhe nichts grundsätzlich Schlechtes“, sagt Fußorthopädieexperte Axel Klapdor. „Aber wie viele Dinge im Leben sind sie eben Fluch und Segen zugleich. Denn mal sind sie zu breit, ein anderes Mal zu schmal, zu weich, zu klein oder zu eng, um nur ein paar Beispiele zu nennen.“ Daher resultiert heute bei modernen Menschen eine Vielzahl von Erkrankungen des Bewegungsapparats – von Fuß- und Kniebeschwerden bis hin zu Rücken- und Kopfschmerzen – aus Fehlbelastungen der Füße. Ein langes Leben in Bewegung ist nur auf einem sicheren Fundament – also gesunden Füßen – möglich. Dies zu erreichen, hat sich das Willicher Unternehmen IOS auf die Fahne geschrieben.



Fotos: Luis Neisen



IOS-Geschäftsführer Axel Klapdor.

Die drei Buchstaben I-O-S stehen für „Innovative Orthopädie Systeme“. Dabei versteht man sich sowohl als Hightech-Manufaktur für orthopädische Einlagen als auch als multidisziplinäres Team aus Orthopädietechnikern, Sportwissenschaftlern und IT-Spezialisten, das sich der systematischen Forschung und Analyse von Asymmetrien und Fehlfunktionen der Füße und deren Wirkung auf den ganzen Körper widmet. Gegründet wurde das Unternehmen vor 25 Jahren von Orthopädie-Schuhtechnikermeister Axel Klapdor, der sein Leben ganz bewusst dem gesunden Fuß verschrieben hat. Heute verfügt IOS über ein 35-köpfiges Mitarbeiterteam und arbeitet in modernen Firmengebäuden im Gewerbegebiet von Willich-Münchheide.

„Der Mensch benötigt Bewegung, um gesund und fit zu bleiben, Dies geht allerdings nur, wenn die Füße gut mit dem Rest des Körpers zusammenarbeiten – je besser das funktioniert, umso leichter und geschmeidiger können Sie sich bewegen“, ist Klapdor über-

zeugt. „Sind die Füße nicht in Ordnung, wird sich das auch auf den übrigen Körper auswirken. Entsprechend dieser Philosophie beginnt jede Analyse mit einem ausführlichen Gespräch über die Vorgeschichte des Kunden. Darauf folgen im zweiten Schritt Bewegungsanalyse und Fußvermessung. „Dabei sehen wir nicht nur die Füße, sondern ganzheitliche Bewegungsabläufe. So lassen sich Gangstil, Asymmetrien, Dysbalancen und Fußfehlstellungen noch schneller und deutlicher identifizieren“, erklärt Klapdor.

„Herzstück des gesamten Prozesses ist die LAUFBAHN®Analyse. Mithilfe der 18 Meter langen Indoor-Laufbahn und der Möglichkeit, die Bewegungen wiederholt und aus mehreren Perspektiven und in unterschiedlichen Geschwindigkeiten zu betrachten, kann eine Vielzahl an Daten erhoben werden, die alle zusammen wiederum sehr fundierte Aussagen ermöglichen“, so der



Fotos: Luis Neilsen



Ergänzend zu den Einlagen bietet IOS unter dem Namen MyDOC'S® individuell maßgefertigte Sandalen.

IOS-Geschäftsführer. Kunden haben dabei grundsätzlich die Auswahl zwischen unterschiedlichen Leistungen, wie „Basisorientierte Barfuß-Analysen“ und „Ganzheitlichen Bewegungsanalysen“. Unter [www.etermin.net/IOS-Technik](http://www.etermin.net/IOS-Technik) können sich Interessierte näher informieren und auch direkt einen Analyse-Termin buchen. Wer nicht nach Willich kommen kann, bekommt dank eines deutschlandweiten Partnernetzwerks auch an anderen Orten eine professionelle Analyse. „Wer vorab darüber Infos benötigt oder vorab gerne telefonisch beraten werden möchte, kann uns einfach anrufen, oder unser Kontaktformular benutzen“, erklärt Klapdor.

Die in der Fuß- und Bewegungsanalyse gewonnenen Daten sind dann Grundlage für die Fertigung individuell maßgefertigter orthopädischer Einlagen. „Füße sind so individuell wie ein Fingerabdruck“, betont IOS-Geschäftsführer Klapdor. „Daher arbeiten wir auch mit einer Kombination aus handwerklicher und digital gesteuerter Maßfertigung, die wir zukünftig um eine 3D-Druck-Abteilung ergänzen werden. Wichtig ist, dass Asymmetrien im Bewegungsapparat auch orthopädietechnisch richtig versorgt werden. Nur so können Probleme wie zum Beispiel ein funktioneller Schiefstand oder Fehlhaltungen korrigiert werden“, so Klapdor. „Für uns haben Einlagen immer eine korrigierende und nicht bloß eine stützende Funktion. Damit nehmen sie gezielten Einfluss auf die statische und dynamische Belastung Ihrer Füße und dementsprechend auf die Funktion Ihres gesamten Körpers.“ Ergänzend zu den Einlagen bietet IOS auf Basis der ermittelten Daten individuell maßgefertigte Sandalen. Unter dem Namen MyDOC'S® erfreut sich diese Produktneuheit bereits großer Beliebtheit.

„Unsere Dienstleistung wird sowohl von Leistungs- und Freizeitsportlern als auch von Menschen, die wenig oder gar keinen Sport treiben, nachgefragt“, berichtet IOS-Chef Klapdor. „Die LAUFBAHN® Analyse ist trotz Ihres Namens nicht nur für Läufer oder Sportler relevant, sondern gerade für Menschen, die nach Verletzungen oder einer OP wieder schmerzfrei gehen möchten. Und auch alle, die Ihren vielleicht sogar bereits langjährigen Beschwerden beim Stehen, Gehen oder Laufen auf den Grund gehen wollen, sind bei uns bestens aufgehoben. Im Sportbereich haben wir zum Beispiel Fußball-Bundesliga-Mannschaften wie Hannover 96, Bayer Leverkusen, Red Bull Salzburg, und viele andere, betreut. Wir sind aber auch in anderen Profi-Sportarten erfolgreich unterwegs. Auf diese Weise haben wir uns in der Sportwelt inzwischen einen guten Namen gemacht. Dementsprechend kommen unsere Kunden sowohl aus der Region um Krefeld und Mönchengladbach als auch aus ganz Deutschland und Europa. Wir freuen uns über jeden, der zu uns findet, um sein Leben wieder auf gesunde Füße zu stellen – egal ob aus der Nachbarschaft oder von weiter her“, so der IOS-Geschäftsführer. //mo

**IOS Innovative Orthopädie Systeme GmbH**  
**Jakob-Kaiser-Straße 7 // 47877 Willich**  
**Telefon: 0 21 54 / 9284-0**  
**[www.ios-technik.de](http://www.ios-technik.de)**

Die Stroke Unit des Helios Klinikums Krefeld

# Schlaganfall-Behandlung im Spezialisten-Team

Text: Oliver Nöding

In der Schlaganfall-Versorgung ist die zertifizierte Stroke Unit des Helios Klinikums das Maß der Dinge am Niederrhein. Spezialisten aus Neuroradiologie und -chirurgie, Gefäßchirurgie und Kardiologie arbeiten sowohl in der Akutbehandlung als auch in der wichtigen Nachsorge und Prävention eng zusammen, um Leben und Gesundheit der Patienten zu schützen und die drohende Gefahr eines zweiten Schlaganfalls auszuschließen.



Wenn die Neurochirurgie eingreifen muss, geht es meist um Leben und Tod.

„Time is brain“: Wird die Durchblutung in Teilen des Gehirns durch einen Hirninfarkt unterbrochen, tickt die Uhr erbarmungslos. Sechs bis acht Stunden bleiben, um sie wiederherzustellen und zu verhindern, dass die betroffenen Areale absterben und wichtige Funktionen dauerhaft ausfallen. Eile ist geboten. „Es ist darum immens wichtig, dass der Rettungsdienst immer direkt die Stroke Unit anfährt. Der Umweg über eine andere Klinik kann tödlich sein – auch wenn sie vielleicht näher gelegen ist“, mahnt Prof. Dr. Thomas Haarmeier, Chefarzt der Neurologie des Helios Klinikums. Bei Einlieferung eines Schlaganfall-Patienten startet in der Stroke Unit sofort ein eng getakteter Zeitplan: Innerhalb von 15 Minuten finden Erstuntersuchung und Computertomografie (CT) mit Kontrastmittel statt, die Aufschluss über Ort und Größe des Blutgerinnsels sowie die betroffenen Hirnareale gibt. Nach Bewertung des CT wird schnellstmöglich die Thrombolyse eingeleitet: die Injektion eines Medikaments, das das Gerinnsel auflösen soll. Zeigt

dies keinen Erfolg oder ist das Gerinnsel zu groß, wird innerhalb von 60 Minuten eine Thrombektomie vorgenommen: Durch die Leistenschlagader führt der Neuroradiologe über einen Katheter ein haarfeines Metallgeflecht ein, mit dessen Hilfe das Gerinnsel entfernt wird. „Die Erfolgsrate für diese Behandlung, erst seit 2015 medizinischer Standard, aber am Helios Klinikum bereits lang erprobt und verfeinert, liegt bei über 90 Prozent“, ergänzt Dr. Ralf Dörbecker, Leitender Arzt der Neuroradiologie.

„Das Zeitfenster für die Thrombektomie wird üblicherweise mit sechs Stunden beziffert“, berichtet Prof. Dr. Marcus Katoh, Chefarzt des Instituts für Diagnostische und Interventionelle Radiologie. „Aber es gibt durchaus Fälle, in denen sie auch später noch sinnvoll ist.“ Für die Identifikation solcher Fälle stehen an der Stroke Unit die Bildgebungsverfahren der Kernspintomografie zur Verfügung. Sie ermöglichen es, den Zeitpunkt des Schlaganfalls und das Aus-

Fotos: Simon Erath



Im Uhrzeigersinn von oben: Prof. Dr. Marcus Katoh, Chefarzt des Instituts für Diagnostische und Interventionelle Radiologie, Prof. Dr. Heinrich Klues, Chefarzt Kardiologie des Herzzentrums, und Priv.-Doz. Dr. Gabor Gäbel, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie.



Prof. Dr. Thomas Haarmeier, Chefarzt der Neurologie, und Dr. Ralf Dörbecker, Leitender Arzt der Neuroradiologie, vor einem CT-Schnittbild des Gehirns.

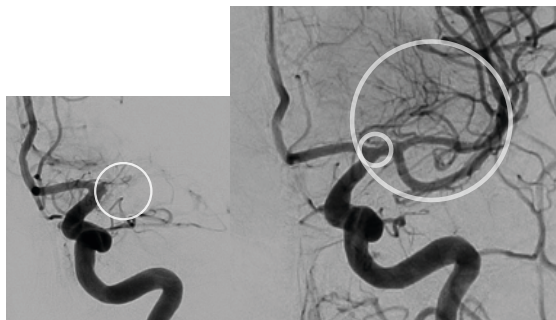
maß des bereits entstandenen Schadens zu ermitteln. „Das ist hilfreich, wenn der Patient bewusstlos ist oder keine genaue Auskunft geben kann, etwa wenn ihn der Schlaganfall im Schlaf ereilt hat. Wir können dank moderner Technik heute auch solchen Menschen helfen, bei denen wir das Risiko eines Eingriffs noch vor wenigen Jahren wegen mangelnder Erfolgsaussichten nicht mehr eingegangen wären“, erklärt Katoh. Dazu muss man wissen, dass der Eingriff ins Gehirn immer mit Gefahren verbunden ist, aber nicht jeder Schlaganfall schwere Folgeschäden nach sich zieht, die dieses Risiko rechtfertigen. „Es macht einen Unterschied, ob das Sprachzentrum, die Bewegungsfähigkeit oder das Leben selbst auf dem Spiel steht, oder ob Regionen betroffen sind, deren Schädigung für den Patienten selbst kaum spürbar sein wird“, weiß Haarmeier.

Die Spezialisten der Stroke Unit eint der „Mut zur Therapie“. Das gilt nicht zuletzt für Prof. Dr. Michael Stoffel, Chefarzt der Klinik für Neurochirurgie und Wirbelsäulenchirurgie. Wenn er in die Stroke Unit gerufen wird, geht es meistens um Leben und Tod. „Gewebe, das nicht mehr richtig durchblutet wird, schwillt an“, erklärt er eine lebensbedrohende Begleiterscheinung des Schlaganfalls. „Hirnhaut und Schädelknochen setzen dieser Schwellung eine natürliche Begrenzung entgegen. Wenn wir sie nicht entfernen, wird das Hirn durch den ansteigenden Druck beschädigt.“ Die lebenserhaltende chirurgische Maßnahme nennt sich Hemicraniektomie: „Wir entfernen eine Hälfte der Schädeldecke, um dem Gehirn den für die Schwellung nötigen Raum zu geben, und setzen sie dann später, rund zwei bis drei Monate nach dem Schlaganfall, wenn das

Hirn abgeschwollen ist, wieder ein“, beschreibt Stoffel den Eingriff. „Aufgrund der Schwere des Eingriffs wird die Hemicraniektomie in der Regel nur bei Patienten bis zum 60., selten bis zum 70. Lebensjahr durchgeführt – und nur dann, wenn das Leben auf dem Spiel steht.“ Das ist immerhin rund 15 mal im Jahr der Fall.

Mit der Beseitigung der akuten Bedrohung ist die Arbeit an der Stroke Unit aber noch nicht getan. „Die Gefahr, dass nach einem Schlaganfall ein weiterer folgt, ist groß“, erläutert Haarmeier, „Es gilt, die Ursachen hinter dem Schlaganfall zu ermitteln und einem Zweitereignis vorzubeugen.“ Diese Ursachenforschung beginnt schon mit der Akutversorgung – und fördert in rund 15 bis 20 Prozent der Fälle als Ergebnis eine Carotis-Stenose, die Verengung der Halsschlagader, zu Tage. „Dabei lagert sich Kalk zwischen der äußeren und der mittleren Gefäßschicht ab“, weiß Priv.-Doz. Dr. Gabor Gäbel, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie. „Durch den Druck des Pulses platzt er ab, die mittlere Gefäßwand reißt und es entsteht eine Wunde, an der sich Blutgerinnsel bilden, die den Infarkt auflösen.“ Die Vergabe blutverdünnender Medikamente ist auch hier der erste Therapieschritt, der jedoch nur bei kleineren Ablagerungen ausreicht. „Eine Operation an der Halsschlagader birgt immer Risiken: Im ungünstigsten Fall löst sie den Schlaganfall aus, den sie eigentlich verhindern soll“, erklärt Gäbel. Carotis-Operationen sind aus diesem Grund an hohe Qualitätsanforderungen geknüpft und werden über bundesweite Datenerhebung streng geprüft. Die Durchführung des Eingriffs, der Eversionsendarteriektomie (EEA), erfordert Erfahrung und ein hohes Maß an Präzision. „Zunächst wird die Halsschlagader abgeklemmt. Das bedeutet auch, dass wir die Blutzufuhr zum Hirn kurzzeitig stark verringern. Um sicherzu-

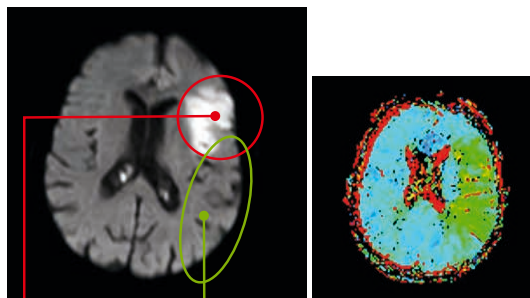
## Gefäßverschluss kurz nach einem Schlaganfall



Gefäßverschluss

Gefäß wieder offen

Hier lohnt sich die Eröffnung des Gefäßverschlusses durch den Katheter, um den Schaden zu begrenzen (Darstellung der hirnvorsorgenden Gefäße mit Kontrastmittel, unten).



Zerstörtes  
Hirngewebe

Bedrohtes Hirngewebe  
= Penumbra

Die kernspintomografische Untersuchung zeigt die Struktur des Gehirns in einem Schnittbild (links) und ihre Durchblutung (rechts). Ein mittelgroßer Strukturschaden (links rot umrandet) ist bei dem Patienten bereits vier Stunden nach Beginn des Schlaganfalls nicht mehr rückgängig zu machen.

Es droht jedoch der Untergang weiterer Hirnregionen (grün umrandet), da auch diese Bereiche unzureichend durchblutet sind (grün in der Durchblutungsdarstellung rechts).

stellen, dass es ausreichend versorgt ist, führen wir den Eingriff in lokaler Betäubung durch. So bleibt der Patient für uns immer ansprechbar und wir können seinen Zustand jederzeit überprüfen“, berichtet Gäbel. „Wir durchtrennen die Halsschlagader und lösen den Kalkzylinder. Danach wird die Carotis wieder angenäht. Der ganze Eingriff dauert meistens nicht länger als 60 Minuten.“

Eine weitere häufige Schlaganfall-Ursache und darüber hinaus ein markantes Frühwarnzeichen ist das Vorhofflimmern: Die Herzkammervorhöfe vibrieren, der normale Herzrhythmus und der Blutdurchfluss werden damit kurzzeitig gestört. „Das Vorhofflimmern an sich ist harmlos“, erklärt Prof. Dr. Heinrich Klues, Chefarzt Kardiologie des Herzzentrums. „Allerdings setzen sich dabei Blutgerinnsel im Herzen ab, die mittelfristig einen Schlaganfall auslösen können. Etwa 20 Prozent der Hirninfarkte lassen sich darauf zurückführen.“

Die Therapie nennt sich Antikoagulation und sieht die Vergabe blutverdünnender Arzneimittel vor, mit denen aber immer die Gefahr einer inneren Blutung einhergeht. Alternativ hat die Kardiologie

die Möglichkeit, die Herzrhythmusstörung durch Flimmerablation dauerhaft zu beheben: „Es handelt sich dabei um eine elektrophysiologische Verödung der Leitungsbahnen im Herzen, die dazu führt, dass die Störimpulse, die das Vorhofflimmern auslösen, nicht mehr weitergegeben werden“, erklärt der Kardiologe die Wirkungsweise. „Allerdings kommt diese minimalinvasive Operation nur für einen geringen Teil der Betroffenen in Betracht. Das Alter ist dabei ein ganz entscheidender Faktor.“

Nicht nur die Kardiologie setzt für die Zukunft der Schlaganfallbehandlung große Hoffnung in die Technik. „Blutdruck-Apps könnten bei Auftreten von Vorhofflimmern ein Signal an den User senden. Die Schlaganfallprävention würde davon immens profitieren“, weiß Klues. Bis es soweit ist, sind wir weiterhin auf die Erfahrung, Entschlossenheit und Innovationsbereitschaft medizinischer Spezialisten angewiesen. Angesichts der geballten Fachkompetenz der Experten, die an der zertifizierten und mehrfach prämierten Stroke Unit des Helios Klinikums Krefeld eine medizinische Heimat gefunden haben, eine Situation, mit der sich gut leben lässt.



## MÖCHTEN SIE IHRE IMMOBILIE VERKAUFEN?

Wir erleichtern den Abschied vom Eigenheim und bieten das „Rundum-sorglos-Paket“ für den erfolgreichen Verkauf Ihrer Immobilie:

- Vertraulicher Umgang mit Ihren Anliegen
- persönliche und einfühlsame Unterstützung
- Wertermittlung, professionelle Präsentation sowie individuelle Werbung
- Organisation der Haushaltsauflösung
- Grünflächenpflege durch caritative Partner und bewährte Fachunternehmen

KNUSPERHAUS IMMOBILIEN  
HIER FÜHL ICH MICH WOHL!



Kölner Straße 598 • 47807 Krefeld • Tel.: 02151 - 60 83 86 • [www.knusperhaus-immobilien.de](http://www.knusperhaus-immobilien.de)

# DER KREFELDPINGUINE

# FAN AUFSTELLER

[WWW.FANAUFSTELLER-  
KREFELD-PINGUINE.DE](http://WWW.FANAUFSTELLER-KREFELD-PINGUINE.DE)



## KFC Uerdingen

## Das Ende einer Zweckehe

Text: André Lerch

Wenn die Liebe in einer Partnerschaft schwindet, dann sagt man sich auch mal schonungslos ins Gesicht, was man vom jeweils anderen wirklich denkt. Einige Anhänger des KFC Uerdingen, aber auch der scheidende Hauptinvestor Mikhail Ponomarev, haben sich diesbezüglich im Januar gegenseitig klar zu verstehen gegeben, dass man in Zukunft lieber getrennte Wege geht. Die Einen fühlten sich im Stich gelassen, der Andere nicht genügend wertgeschätzt – zwar nicht von den Fans, aber von Stadtverwaltung und Politik. Enttäuschte Hoffnungen auf zwei Ebenen wurden da artikuliert. „Nie mehr Diktatur“, forderte eine Fangruppe auf einem der vielen Spruchbänder am Zaun der Grotenburg. „Lügen haben dicke Bäuche“ eine andere. Schmähungen gegen den Patron, der wenige Tage zuvor den Standort Krefeld und den Club in Misskredit gebracht hatte: „Der KFC ist kein attraktives Investment. Was haben wir? Eine Drittliga-Lizenz. Das ist alles“, schimpfte der Unternehmer aus Meerbusch, als er über die schwierige Suche seines Nachfolgers sinnierte.

Foto: Brauer-Fotoagentur



„Lügen haben dicke Bäuche“: Beim Fanprotest am 24. Januar nahmen die Fans des KFC Uerdingen kein Blatt vor den Mund.

Womit er durchaus einen wunden Punkt traf. Der Club besitzt so gut wie keine eigene Infrastruktur, dafür aber eine Menge von ihm persönlich gutbezahlte Fußballer. Der KFC ist seit Jahren überall nur ein Gast, aber nirgends wirklich zu Hause. Kein eigener Trainingsplatz, kein eigenes Stadion, kein Clubhaus für die Mannschaft von Trainer Stefan Krämer. Ein Nomadenleben. Dazu machte dem Impresario zuletzt wohl auch die Pandemie finanziell zu schaffen. Auf der Infoveranstaltung für Mitglieder, bei der Ponomarev sich mit großer Mehrheit die Erlaubnis einholte, seine Geschäftsanteile in der GmbH an einen Nachfolger zu übergeben, schleuderte er den Zuschauern wegen der insgesamt hohen Ausgaben noch entgegen: „Wer soll das bezahlen? Niemand!“ Ein Antrag auf ein Insolvenzverfahren in Eigenverwaltung folgte in den Tagen danach.

Ein Streitpunkt in der jüngsten Vergangenheit war der Umbau der Grotenburg in ein drittligataugliches Stadion gewesen, die nun wie

eine Ruine neben dem Zoo liegt. Der Stadtrat hatte wegen erheblich gestiegener Mehrkosten von 10,5 auf 16,7 Millionen Euro den Daumen vorerst gesenkt. Mit Kritik am zögerlichen Tempo der Sanierung und der insgesamt schlechten Trainingsbedingungen in Krefeld hielt sich Ponomarev nie zurück. Auch mit dem Stadionbetreiber der Düsseldorf Arena, DLive, lieferte sich der KFC zuletzt einen öffentlichen Zwist samt gegenseitiger Schuldzuweisungen wegen nicht gezahlter Mieten. Die eine oder andere Niederlage erlitt der KFC mit Ponomarev nicht nur auf dem Rasen, sondern auch vor dem Arbeitsgericht gegen ehemalige Spieler und Trainer wegen nicht überwiesener Gehälter. Bestes Beispiel: Weltmeister Kevin Großkreutz erstritt sich eine Nachzahlung von 442.500 Euro.

Die Wochen im Januar waren wie ein Schlusstrich des russischen Geschäftsmanns unter ein gut fünfjähriges Engagement. Bis 2018 ging sein Plan durchaus auf. Geld versprach Erfolg, als es noch ge-





Nach anfänglicher Euphorie herrschten am Ende von Ponomarevs Amtszeit Katerstimmung und Entfremdung.



Fotos: Brauer-Fotoagentur




Eines der Gesichter einer verfehlten Kaderplanung und Finanzpolitik: Kevin Großkreutz.

gen Feierabend-Fußballer ging. Er ließ die Fans träumen von einer goldenen Zukunft, die an die glorreiche Vergangenheit der 1980er-Jahre anknüpfen sollte. Es sah so aus, als könnte das Märchen fortgeschrieben werden, wären da nicht die Unwägbarkeiten der 3. Liga gewesen. Der hohe Wettkampfcharakter, dazu verglühte Sterne wie Großkreutz oder Dominic Maroh. Symbole einer verfehlten Personalpolitik. Die Mannschaft heute ist jünger, hungriger auf Erfolg, aber noch in der Entwicklung. Für sie und ihren Trainer Stefan Krämer geht es nun nur noch um Schadensbegrenzung in Zeiten des Übergangs. „Wir tun das, was wir beeinflussen können. Wir kümmern uns um Fußball“, sprach Krämer, als um ihn und das Team schon die Erde bebte.


Für Ponomarev, der den Club mit harter Hand und eigener Moralität regierte, war der KFC immer die Aussicht auf ein Millionen-Geschäft gewesen. Lukrativ sollte es in der 2. Liga werden. Für Sentimentalitäten oder Liebedienerei blieb da wenig Platz. Die von ihm gegründete GmbH trägt den Namen „KFC Uerdingen Entertainment“ – was genau das ungeschminkt vermittelt, was es sein sollte: Unterhaltung für die Kunden, das Publikum. Die Zweckehe wird nun beendet. In den Fängen der Mäzene befindet sich der Club schon seit über zwei Jahrzehnten. Der Blick in den Abgrund ist den Schlachtenbummlern dabei nicht fremd. Mit dem Rückzug Ponomarevs steht der KFC mal wieder am Scheideweg, wie schon 2002, 2005 und 2007, als der Club jeweils seine eigene Zahlungsunfähigkeit eingestand. „Das tut mir in der Seele weh“, hat die Uerdinger Legende und der Rekordspieler des Vereins, Friedhelm Funkel, vor ein paar Tagen über die verfahren Situation gesagt. Es müsse in Zukunft eine Ansammlung von Krefelder Geschäftsleuten her, die den Verein neu aufbauen, statt eines einzigen Investors. Für diesen Fall bot er seine Mithilfe an.

Das Schicksal als Traditionsverein mit großer Vergangenheit, der seine Gegenwart jedoch auf Provinzbühnen fristet, teilt der KFC mit anderen klangvollen Adressen des deutschen Fußballs. Die 3. Liga ist eine reine Zuschuss-Klasse. Geld verdienen lässt sich in ihr kaum. Dafür aber verspricht der Blick aufs Tableau jede Menge Nostalgie: Dynamo Dresden, 1860 München, Hansa Rostock, 1. FC Kaiserslautern, MSV Duisburg. Allein der KFC kommt auf 14 Jahre im Fußball-Oberhaus. Die letzte Spielzeit in Deutschlands höchster Spielklasse ist im kommenden Sommer jedoch 25 Jahre her.

„Ich kann den KFC nicht aus meinem Herzen streichen“, sprach Ponomarev als letzte Worte auf der Infoveranstaltung. Das gleiche Bekenntnis zu ihm wird heute nicht mehr allzu vielen Fans über die Lippen kommen.



**200 Jahre für Hüls.**  
**Löwen-Apotheke**  
**Danke für Ihre Treue.**



Seit 1820 Die Apotheke mit Vergangenheit und Zukunft.

Apotheker Karl Bedau    Telefon: 0 21 51-74 95 80  
Krefelder Straße 53    E-Mail: team@loewen-apo-huels.de  
47839 Krefeld-Hüls    www.loewen-apo-huels.de

Klinik Königshof

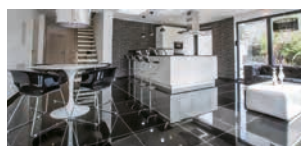
# Ausgebrannt und erschöpft? – Wege aus dem Burnout



Foto: Klinik Königshof

Menschen, die zu Perfektionismus neigen, sind besonders anfällig für das Burnout-Syndrom.

Manchmal hört man, Corona würde unser Leben entschleunigen. Durch das Virus bekämen wir eine zwar bittere, aber vielleicht doch heilsame Zwangspause verordnet. Es stimmt, dass viele Lebensbereiche aktuell gezwungenermaßen ruhen. Einige Unternehmen laufen auf Minimalbetrieb. Im Homeoffice entfällt der Stress, täglich zur Arbeit zu pendeln und zum nächsten Termin zu hetzen. Auf der anderen Seite erzeugen soziale Isolation, wirtschaftliche Unsicherheit und natürlich auch die Angst vor der Ansteckung mindestens genauso viel Stress wie eine atemlos hetzende Gesellschaft. „Wir stellen sogar fest, dass die Belastungen zugenommen haben. Viele der Menschen, die zu uns kommen, leiden unter ihrer Hilflosigkeit und der Tatsache, nichts planen zu können“, berichtet Lena Göbel, Psychologin an der Klinik Königshof. „Außerdem fehlt der Ausgleich durch soziale Aktivitäten, wie das Treffen mit Freunden oder gemeinsamen Sport. Und dann gibt es natürlich auch noch Berufsgruppen, die durch Corona unter einer wesentlich höheren Arbeitsbelastung leiden“, so Göbel.



## Wir suchen Grundstücke

- Für die Umsetzung unserer Neubaumaßnahmen suchen wir in Krefeld und Umgebung geeignete Grundstücke mit und ohne Bebauung.



### Wenn alles zu viel wird

Wer an einem Burnout erkrankt, fühlt sich ausgebrannt und erschöpft, hat keine Kraft mehr, einfachste Alltagsaufgaben zu bewältigen. Er oder sie leidet oft an Schlafstörungen, Appetitlosigkeit, Magen-Darm-Beschwerden und depressiven Verstimmungen. Es ist alles zu viel geworden: Selbst kleinere Entscheidungen wirken wie gewaltige Hürden. Hervorgerufen wird das Burnout-Syndrom in der Regel durch eine dauerhafte Überlastungssituation – durch zu hohe berufliche Arbeitsbelastung, aber auch durch anstrengende private Aufgaben, wie die Pflege von Angehörigen, oder eine Kombination von beidem. Die Corona-Krise zeigt, dass auch lang andauernde Ungewissheit und gefühlte Hilflosigkeit Burnout-Symptome auslösen können. Überlastet wird man, wenn man sich einer Situation nicht gewachsen fühlt – durch Dauerstress oder erzwungene Tatenlosigkeit.

### Perfektionisten sind stark gefährdet

„An Burnout erkranken meist Menschen, die einen besonders hohen Anspruch an sich selbst haben, die meinen, nur etwas wert zu sein, wenn sie etwas leisten. Perfektionisten sind stark gefährdet, sich zu viel zuzumuten“, weiß Silke Lippert, Leitende Psychologin der Klinik Königshof. „Diese Menschen vernachlässigen die eigenen Bedürfnisse, um Pflichten gegenüber anderen zu erfüllen, und nehmen Warnhinweise der Überlastung zunächst gar nicht wahr. Mit so einer Persönlichkeitsstruktur handelt man eher nach dem Motto, Zähne zusammenbeißen und durch“. Deshalb fragen sie oft erst nach Hilfe, wenn sie schon tief im Burnout stecken“, weiß die Psychotherapeutin.

### Nicht zögern, Hilfe zu holen

Wer Burnout-Symptome an sich feststellt, sollte aber nicht zu lange warten, sich Hilfe zu holen. Manchmal genügt es vielleicht schon, mit dem Partner oder einer Freundin zu sprechen und bewusst einen Gang herunterzuschalten. Wenn man das nicht kann, oder der Burnout schon zu weit fortgeschritten ist, begibt man sich am besten auf dem schnellsten Weg zum Hausarzt oder zu einer psychologischen Beratung. In der Institutsambulanz der Klinik Königshof lassen sich meist kurzfristig Termine vereinbaren. Im Notfall können Patientinnen und Patienten auch direkt in die Klinik kommen. „Es ist immer gut, wenn jemand sich entschieden hat, sein Problem anzugehen“, betont Lena Göbel. „Wir stellen dann so schnell wie möglich eine Diagnose und beginnen mit der Behandlung. Je nach Schwere

des Falles kann es notwendig sein, zunächst etwa drei bis vier Wochen stationär in der Klinik zu bleiben. Manchmal reicht aber auch eine Therapie in der Tagesklinik“, erklärt sie. „Daran schließen sich oft eine Reha-Maßnahme und eine ambulante Psychotherapie an.“

### Verhalten Schritt für Schritt ändern

„In der Therapie hinterfragen wir zusammen mit der Patientin oder dem Patienten das bisherige Verhalten und regen Änderungen an. Oftmals geht es als erstes darum, die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen, und zu lernen ‚Nein‘ zu sagen. Wichtig ist, sich der Glaubenssätze bewusst zu werden, die zum Burnout geführt haben“, betont Silke Lippert. „Dabei sollte man allerdings nicht annehmen, allzu schnell Änderungen erzielen zu können. Langjährige Verhaltensmuster lassen sich nicht in ein paar Wochen auflösen.“ Am Anfang steht immer der Wunsch, etwas zu ändern. Auf dieser Basis geht man Schritt für Schritt in die Umsetzung. Wobei auch das Umfeld des Betroffenen einbezogen werden muss. „Manche Burnout-Patienten sind deswegen so überlastet, weil sie nicht delegieren können“, weiß Lena Göbel. „Da hilft es oft schon weiter, Chefs oder Kolleginnen deutlich zu sagen, dass man Aufgaben nicht übernehmen kann“, berichtet sie. „Wichtig ist, auf jeden individuell einzugehen und seine oder ihre Sorgen ernst zu nehmen. Wir geben so viele Hilfestellungen wie nötig. Den Weg muss der Betroffene am Schluss allerdings selbst gehen.“ //mo

### JETZT ANMELDEN:

#### Online-Vortrag am 23. Februar

Unter dem Titel „Ausgebrannt und erschöpft – Wie man Burnout erkennt und behandelt“ hält Lena Göbel am 23. Februar um 17 Uhr einen Online-Vortrag zum Thema. Kostenlos anmelden kann man sich unter [www.klinik-koenigshof-krefeld.de/veranstaltungen](http://www.klinik-koenigshof-krefeld.de/veranstaltungen). Weitere Infos bei Cornelia Kahlert: 02151-82339996.

#### Klinik Königshof

**Am Dreifaltigkeitskloster 16 // 47807 Krefeld**  
**Tel.: KR / 8233 00 – Für Notfälle: KR / 5045684**  
**[www.klinik-koenigshof-krefeld.de](http://www.klinik-koenigshof-krefeld.de)**

## Verkaufen Sie lieber ohne Makler.\*

\* Wenn Sie Ihre Immobilie unter Marktwert verkaufen wollen.

#### Sie wollen den besten Preis für Ihre Immobilie?

Bei Engel & Völkers basiert der Vermarktungsprozess immer auf einer fundierten Marktpreiseinschätzung Ihrer Immobilie. Sie erhalten maximale Transparenz über sämtliche Vermarktungsaktivitäten und können außerdem Ihren persönlichen Immobilien-Experten jederzeit direkt kontaktieren.

Kontaktieren Sie uns gerne.

EuV Niederrhein Immobilien GmbH  
 Uerdinger Straße 577, 47800 Krefeld

Tel: +49-(0)2151-78 29 60 · [Krefeld@engelvoelkers.com](mailto:Krefeld@engelvoelkers.com)

Lizenzpartner der Engel & Völkers Immobilien Deutschland GmbH  
[www.engelvoelkers.com/krefeld](http://www.engelvoelkers.com/krefeld) · Immobilienmakler



**ENGEL & VÖLKERS**

## Dott & Ewalds Immobilien

# „Wir bleiben bodenständig und pragmatisch!“

Die Geschichte der Firma Dott & Ewalds Immobilien begann 1998 in einem 30-Quadratmeter-Büro an der Moerser Landstraße in Krefeld-Traar. Aus dem kleinen Maklerbüro entwickelte sich nach und nach ein Immobilienunternehmen, das nicht nur Häuser und Wohnungen vermittelt, sondern das gesamte Spektrum an Dienstleistungen rund um Immobilien abbildet. Entsprechend des erweiterten Aufgabenspektrums vergrößerte sich dann auch Stück für Stück die Bürofläche – und im Jahr 2018 wurde zusätzlich eine Filiale in Fischeln eröffnet. Heute werden die Kunden des Krefelder Unternehmens – von der Finanzierung über Umbaumaßnahmen bis zu Versicherungen – von einem fünfköpfigen Expertenteam betreut. „Grundlage unseres Handelns sind Werte wie Ehrlichkeit, Professionalität und Wirtschaftlichkeit“, erklärt Stefan Ewalds, einer der beiden Firmeninhaber. „Wir empfinden uns als verlässlicher und verantwortungsvoller Partner unserer Kunden.“



Foto: Luis Nelsen

V. l. n. r.: Christian Lutterbeck, Klaus Dott und Stefan Ewalds sind fest in Traar verwurzelt.

Für Klaus Dott und Stefan Ewalds stehen pragmatisches und bodenständiges Handeln eindeutig im Vordergrund. Mit ihrem Heimatstadtteil Traar fühlen sich beide stark verbunden und pflegen darüber hinaus gute Beziehungen zu Dienstleistern und Kooperationspartnern in Krefeld und am gesamten Niederrhein. „Durch unsere Versicherungskunden bekommen wir immer wieder Informationen über zu verkaufende Häuser oder Kontakt zu potenziellen Hauskäufern. Neue Hauseigentümer können wir zu allen Versicherungen rund ums Haus beraten – von der Wohngebäude- bis zur Hausratversicherung“, betont Klaus Dott. „Auf diese Weise ergänzen sich Immobilien- und Versicherungsgeschäft ideal.“ Stefan Ewalds ergänzt: „Natürlich kennen wir uns auch mit den finanziellen Aspekten eines Hauskaufs aus. Baufinanzierungen bekommen wir

bei der Provinzial im eigenen Haus, und kostenlose Wertermittlungen bieten wir schon lange als Service an.“

Ein großes Plus von Dott & Ewalds Immobilien ist das große Partnernetzwerk. Im Versicherungsgeschäft arbeitet man viel mit Handwerksbetrieben zusammen, die Schäden der Kunden reparieren. Darunter sind Dachdecker, Installateure, Fliesenleger, Maler und alle anderen Gewerke, die für Renovierungsarbeiten benötigt werden. Und auch zu Architekten haben die Versicherungs- und Immobilienprofis beste Kontakte. „Erst vor kurzem haben wir einem Hauskäufer dabei geholfen, sein neues Stadthaus in Bockum komplett zu sanieren. Wir haben den Kontakt zu einem uns bekannten Architekten hergestellt, der in kürzester Zeit die nötigen Handwerker besorgen



Fotos: Luis Nelsen



Das aktuelle Projekt von Dott & Ewalds: Ein modernes Mehrfamilienhaus mit integriertem Ladenlokal in Traar.

konnte“, ergänzt Klaus Dott. „Dafür war uns der Bauherr sehr dankbar, denn so schnell und professionell hätte er die Baumaßnahme selbst nicht managen können.“

Neben den beiden Inhabern gehören Stefan Ewalds Bruder Eugen sowie zwei weitere Immobilienmakler, Petra Lange und Christian Lutterbeck, zum Team. Die Traarer Immobilienexperten haben bereits Häuser und Wohnungen in vielen Teilen Krefelds, in Duisburg, Moers, Grevenbroich und sogar in Bielefeld vermittelt. Ihr neuestes Projekt ist allerdings unmittelbar vor der Traarer Haustür angesiedelt. Für ihr aktuelles Bauherrenprojekt haben sich Klaus Dott und Stefan Ewalds einen Standort direkt gegenüber ihren Firmenräumen an der Moerser Landstraße ausgesucht, wo in Kürze ein modernes Mehrfamilienhaus mit integriertem Ladenlokal gebaut wird. Dabei entstehen vier Wohneinheiten ab 82 Quadratmeter Wohnfläche, darunter ein Penthouse mit großzügigen 180 Quadratmetern sowie ein ebenso großes Ladenlokal. Klaus Dott und Stefan Ewalds sehen gerade in Traar großen Bedarf für modernen, barrierefreien Wohnraum. „Viele ältere Hauseigentümer wollen ihr Haus verkaufen und in eine passende Wohnung ziehen“, weiß Klaus Dott. „Auch für die bauen wir das Haus dort drüben. Und da uns Traar am Herzen liegt, achten wir besonders auf die städtebauliche Qualität unseres Bauprojekts. Wir haben das Architekturbüro Michael Kauth beauftragt, das einen tollen Entwurf abgeliefert hat.“ Bodenständig und pragmatisch zu bleiben und wenn immer möglich, eine Win-Win-Situation zu schaffen, bleibt das Geschäftsprinzip von Klaus Dott und Stefan Ewalds. //mo

**Dott & Ewalds Immobilien GbR**  
**Moerser Landstrasse 409 // 47802 Krefeld-Traar**  
**Telefon: KR / 564620 // [www.dottundewalds.de](http://www.dottundewalds.de)**



**Besser beraten.** Nutzen Sie unsere Schlafberatung und wir analysieren Ihre "Schlafsituation".



**Natürlich schlafen.**

- Metallfreie Betten aus massivem Zirbenholz
- Naturschlafsysteme von ProNatura
- 100 % Natur für Ihren erholsamen Schlaf!



**Wir bringen Ihnen den natürlichen & erholsamen Schlaf nach Hause!**  
 Für weitere Informationen erreichen Sie uns unter 02152- 95 99 052.  
**[www.naturraum-kempen.de](http://www.naturraum-kempen.de)**  
 von-Ketteler-Str. 3, Kempen

Marketing Club Krefeld

# Frischer Wind: Das Businessnetzwerk mit neuem Vorstand und neuen Veranstaltungen

Der Krefelder Marketing Club als Businessnetzwerk beginnt das Jahr mit frischem Wind: Nicht nur neue Veranstaltungen sind geplant, sondern auch im Vorstand gibt es Veränderungen. Lange Zeit war das Amt des Vizepräsidenten vakant, nun bekommt Präsident Dr. Ulrich Kiffe von der Tölke & Fischer Gruppe mit dem Krefelder Unternehmer Lothar Krengel einen starken Vertreter. „Lothar ist schon seit vielen Jahren Mitglied im Marketing Club und wir freuen uns sehr darüber, dass er uns nun im Vorstand unterstützt“, erklärt Geschäftsführer Michael Neppeßen. „Er kennt Krefeld wie seine Westentasche und stellt für uns einen wichtigen Gewinn dar.“ Krengel ist Inhaber und Geschäftsführer der B+K Group mit insgesamt mehr als 420 Mitarbeitern, Mitglied der Vollversammlung der IHK Mittlerer Niederrhein, Vorstandsmitglied der Unternehmerschaft und stellvertretender Aufsichtsratschef der Wirtschaftsförderung Krefeld.



Burg Linn: Das Wahrzeichen Krefelds soll als Weltkulturerbe ins UNESCO-Register aufgenommen werden.

Auch Tobias Polka wurde in den Vorstand des Marketing Clubs gewählt und löst im Bereich Finanzen Ralph Reiber ab, der lange Zeit den Marketing Club begleitete. Polka ist Wirtschaftsprüfer und Steuerberater in einer Kanzlei in Düsseldorf, lebt aber in St. Tönis. „Tobias engagiert sich für viele Projekte in unserer Stadt und hat vor allem in den letzten Jahren viel Potenzial in Krefeld entdeckt“, schildert Neppeßen. „Wir bedanken uns bei Ralph Reiber und freuen uns über den Generationswechsel.“ Der dritte im Bund der neuen Vorstandsmitglieder ist Kai Roß als selbstständiger Sachverständiger. Der Krefelder wird Isabel Conen als Beauftragte für die jungen Pioniere des Clubs unterstützen. „Die Nachwuchsarbeit im Marketingbereich ist für den Club deutschlandweit ein Steckenpferd“, beschreibt der Krefelder Geschäftsführer. „Mit Kai im Team sind wir nun noch besser aufgestellt.“

Aufgrund der Covid-Pandemie verzichtet natürlich auch der Marketing Club auf Präsenzveranstaltungen, lockt allerdings mit spannenden digitalen Themen, zu denen auch Gastzuhörer herzlich eingeladen sind. Am 18. Februar um 19 Uhr wird Dr. Jennifer Morscheiser als Institutsleiterin des Museumszentrums Burg Linn zum Thema „Römer und Weltkulturerbe in Krefeld – Archäologie als Chance“ referieren. Bereits letztes Jahr hatten die Bundesländer NRW und Rheinland-Pfalz sowie die Niederlande gemeinsam einen Antrag beim Welterbekomitee auf Eintragung ins UNESCO-Register gestellt. Rund um den damaligen Limes waren vor rund 2.000 Jahren bis zu 30.000 römische Soldaten stationiert. Das alte Kastellareal in Krefeld bildet den Kern des UNESCO-Antrags. Wie sich der Tourismus in Krefeld verändern könnte und was es mit der Archäologie der alten Römer auf sich hat, darüber berichtet Morscheiser im digitalen Vortrag.

**Anmeldungen für den 18.02.2021 um 19 Uhr via E-Mail an: [info@mc-krefeld.de](mailto:info@mc-krefeld.de). Die Teilnahme ist kostenfrei. Informationen rund um Aktionen, Termine und Mitgliedschaften im Marketing Club Krefeld finden Sie online auf [www.marketingclubkrefeld.de](http://www.marketingclubkrefeld.de)**



Verve

# Genussvoll durch den Lockdown



Fotos: Luis Neisen



Grünkohl mit Mettwurst und Kassler gibt es von Mittwoch bis Freitag am VerveMobil.

Der Lockdown trifft die Gastro-Branche hart – setzt aber auch kreative Energie frei, die zu ganz besonderen Ideen führt. Die im vorigen Sommer eröffnete Verve hat drei kulinarische Angebote entwickelt, mit denen Genießer genussvoll durch den Lockdown kommen.

**Das VerveMobil**

Immer Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 12 bis 15 Uhr steht das VerveMobil dienstbereit auf dem Parkplatz hinter der Verve. Serviert wird leckere bodenständige Küche wie Grünkohl mit Kassler und Mettwürstchen oder ein delikater Pulled-Pork-Burger. Der neueste Gaumenschmeichler aus der mobilen Küche ist das „Best Pastrami Sandwich in Town“.

**Verve-Genussautomat**

Der Verve-Genussautomat steht allen Home-Gourmets 24/7 zur Verfügung. Für das Automatenangebot hat Verve-Kooperationspartner „Balthasar kocht“ ehrliche Gerichte kreiert und für das To-Go-Geschäft optimiert. So kann man Balthasars Genussküche vorgegart, portioniert, verpackt und mit einer einfachen Anleitung versehen kontaktfrei bezahlen und mit nach Hause nehmen.

**Verve4Home – be my valentine**

Anlässlich des Valentinstags am 14. Februar ist die Genussstüte für das romantische Candle-Light-Dinner zurück. Ein 3-Gänge Menü, eine Flasche Champagner Taittinger 0,375 l sowie eine Rose für den Herzensmenschen gibt es für 99 Euro.

**VerveMobil und Genussautomat findet ihr an folgender Adresse:**

**Zur Feuerwache 5 // 47805 Krefeld**

**Kontakt für Infos und Bestellungen: Tel.: KR / 93 60 800 // [www.verve5.de](http://www.verve5.de)**

**Das Zuhause für Immobilien!**

Stephen Dolfen Immobilien  
 Immobilienshop: Friedrich-Ebert-Strasse 244, 47800 Krefeld  
 Telefon: 02151 / 56 93 83, Mail: [sdolfen@aol.com](mailto:sdolfen@aol.com)  
[www.dolfen-immobilien.com](http://www.dolfen-immobilien.com)

**die brille**  
 IM BLAUEN HAUS

LUNOR – handgefertigt im Schwarzwald  
 Der Trend geht, Qualität besteht.

Wir lieben, was wir täglich tun!

OSTWALL 59 · 47798 KREFELD  
 T. 02151 397623 · F. 02151 395460  
 MO · FR 9 · 13 · 14 · 18 · SA 10 · 14  
 FACEBOOK.DE/DIEBRILLEKREFELD  
 INFO@DIEBRILLE-KREFELD.DE  
 WWW.DIEBRILLE-KREFELD.DE



Foto: Luis Nelsen

**1000 Hände e.V.**

# Steuererklärungen für Kurzarbeitergeld-Empfänger

Seit Ausbruch der Corona-Pandemie im Frühjahr des vergangenen Jahres kämpfen viele Unternehmen ums Überleben. Zum Teil reagieren sie darauf, indem sie ihre Kosten minimieren und demzufolge Mitarbeiter in Kurzarbeit schicken. Auf die Betroffenen kommt damit die Verpflichtung zu, eine Steuererklärung für jene Jahre abzugeben, in denen sie Kurzarbeitergeld erhalten haben.

„Die schriftliche Aufforderung, diese Steuererklärung beim Finanzamt einzureichen, kann auch innerhalb eines Zeitraums von zehn Jahren rückwirkend erteilt werden – und dann wird es richtig teuer: Für jeden seit Ablauf der Abgabefrist verstrichenen Monat erhebt das Finanzamt nämlich einen Verspätungszuschlag in Höhe von 25 Euro. Hinzu kommt gegebenenfalls eine Steuernachzahlung, denn das Kurzarbeitergeld fließt wie andere Lohnersatzleistungen auch unter Progressionsvorbehalt in die Steuerberechnung mit ein“, weiß Christian Angioni, erster Vorsitzender des Lohnsteuerhilfvereins 1000 Hände e. V.

Er rät aus diesem Grund allen Empfängern von Kurzarbeitergeld, eine Beratungsleistung in Anspruch zu nehmen. „Wir prüfen, inwie-

weit eine Steuerpflicht besteht oder ob es sinnvoll ist, trotzdem eine Steuererklärung abzugeben, und stehen im Rahmen einer Vereinsmitgliedschaft bei der Erstellung der Steuererklärung mit Rat und Tat zur Seite“, so Angioni. Vorsicht ist besser als Nachsicht – und garantiert billiger!

**1000 Hände e.V. – Lohnsteuerhilfverein**

**Beratungsstelle KR-Zentrum**  
 Bleichpfad 15 F // 47799 Krefeld  
 krefeld.zentrum@1000haende.org  
 Tel.: 0 21 51 - 92 88 99 0  
 www.1000haende.org

**Beratungsstelle Kevelaer**  
 Marktstr. 65 // 47623 Kevelaer  
 Tel.: 0 2832 - 123 7078  
 Mail: kevelaer@1000haende.org  
 www.1000haende.org



**The B+K Group**  
Logistik-Partner für perfekte Lösungen!

Maßgeschneiderte Logistiklösungen für anspruchsvolle Kunden!



**Bönders**  
GmbH Spedition

- Distributionslogistik
- Lagerhaltung



**BKB Globe**  
int. Spedition GmbH

- See- und Luftfracht
- Import und Export



**Kreng & Bönders**  
Immobilien Verwaltungs GmbH

- Network Services
- Outsourcing

Bataverstr. 15 • 47809 Krefeld • Tel. 02151 5220-0 • Fax 02151 5220-43 • info@bk-group.de • www.bk-group.de





Integrationsbeauftragte Dr. Tagrid Yousef und Claire Neidhardt, Leiterin des Stadtmarketings Krefeld, mit dem Kochbuch „Geschmacksache Krefeld“.

## Kochbuch „Geschmacksache Krefeld“



# Essen bringt Menschen zusammen

Über 150 Nationalitäten haben ihre Heimat in Krefeld gefunden – und alle haben ein Stück ihrer kulturellen Identität mitgebracht. Ein wichtiger Ausdruck der Kultur ist dabei immer die Kulinarik. Denn nicht umsonst heißt es: „Essen und Trinken halten Leib und Seele zusammen!“ Um die kulinarische Dimensionen der Einwandererstadt Krefeld deutlich zu machen, haben das Stadtmarketing und der städtische Fachbereich Migration und Integration zusammen ein ganz besonderes Krefeld-Kochbuch auf den Weg gebracht, zu dem 65 Menschen je ein Rezept aus ihrem Herkunftsland beitragen durften.

„Geschmacksache Krefeld“ heißt das 280 Seiten umfassende Werk, in dem die Rezeptstifter erzählen, was sie heute mit der Stadt verbindet. Sie schwärmen von Kochritualen aus Ihrem Heimatland und geben Tipps zur Zubereitung. Auch Informationen, wo in Krefeld landestypische Zutaten gekauft werden können, sind enthalten. So wird eine kulinarische Reise quer durch die Kontinente geboten, angefangen beim ägyptischen „Koshari“ über Omas Linsensuppe aus Deutschland bis hin zum kalten Borschtsch auf weißrussische Art. „Essen bringt Menschen zusammen“, betont Integrationsbeauftragte Dr. Tagrid Yousef. „In einer bunten und vielfältigen Stadt wie Krefeld kann das jeder selbst ausprobieren.“

Warum nicht einfach beim Nachbarn klopfen und fragen: Was riecht hier im Flur so gut – was kochst du da eigentlich?“

**Erhältlich ist das Buch für 29,90 Euro unter anderem bei:**

**Klein'sche Buchhandlung, Der Andere Buchladen, Hülser Buchhandlung, Hafels Raumausstattung (et Kabäusken), Bockumer Buchhandlung und bald in der neueröffneten Uerdinger Buchhandlung „Rheinschmökern“.**  
**Oder via Mail an [stadtmarketing@krefeld.de](mailto:stadtmarketing@krefeld.de) bei der Stadt Krefeld.**



**Sie möchten eine Immobilie  
erwerben oder verkaufen?  
Mieten oder vermieten?**



Wir betreuen  
Sie individuell  
und persönlich  
mit „Herz und  
Kompetenz“.



**Olaf & Martina Dors - Immobilienvertrieb Niederrhein**  
Uerdinger Straße 400 // 47800 Krefeld  
Tel. 02151 - 56 46 30  
[info@immobilienvertrieb-niederrhein.de](mailto:info@immobilienvertrieb-niederrhein.de)  
[www.immobilienvertrieb-niederrhein.de/impressum](http://www.immobilienvertrieb-niederrhein.de/impressum)

**Stoffmehl**  
Gruppe

**UNSER SPAR- UND  
UMWELTHEIZÖL**

**SPARSAM FÜR DIE  
HEIZUNG UND GUT  
FÜR DIE UMWELT**

**PREISWERT • PÜNKTLICH  
ZUVERLÄSSIG**

**STOFFMEHL**  
Mineraloel GmbH

Dieselstraße 1 // 47608 Geldern  
Tel.: 0 28 31 - 93 88 0  
Fax: 0 28 31 - 8 03 02  
[info@stoffmehl-gmbh.de](mailto:info@stoffmehl-gmbh.de)



**BELLINI**  
SENIOREN-RESIDENZEN GMBH

**Pflegefachkräfte gesucht! Bewerbt euch jetzt!**

Am Schirkeshof 6 · 47804 Krefeld  
Telefon 02151-7377-0 · Telefax 02151-7377-447  
info@bellini-krefeld.de · www.bellini-krefeld.de

**Ein christlicher Friedhof in Krefeld mit pflegefreien Grabstätten.**




**GRABESKIRCHE  
ST. ELISABETH**

Krefeld · Hülser Straße 576  
täglich geöffnet 10 – 17 Uhr  
Büro in der Kirche  
Tel. 0 21 51-6 23 18 10  
info@grabeskirche-krefeld.de  
www.grabeskirche-krefeld.de

- Grabstätten in überschaubaren Einheiten
- Grabbesuch im geschützten Raum
- Möglichkeit für Trauergottesdienste
- Kirchlich geprägte Architektur
- Angebote zur Trauerbegleitung
- Parkplatz vor der Kirche
- Gut erreichbar mit Bus und Bahn

Besuchen Sie diesen spirituellen Ort – auch unabhängig von einem Todesfall.

**Die freundlichen Elche** Uerdinger Mietwagen **477477**  
G.Knorrek Personenbeförderungs GmbH

**Ruf doch mal an!**

**30 1000 SERVICE TAXI KREFELD**



**Hannappel** BESTATTUNGEN Seit 135 Jahren in Familienhand



Die Hinterbliebenen erfahren im Trauerfall bei uns eine pietätvolle, fachkundige Beratung und Hilfe. Seit über 135 Jahren Erfahrungen in allen Formalitäten zu äußerst günstigen Bedingungen. Ein eigener Abschiedsraum steht den Angehörigen zur Verfügung. Zu Vorsorgegesprächen sind wir jederzeit bereit.

**www.bestattungen-hannappel.de**  
**info@bestattungen-hannappel.de**

Zertifiziertes QM System nach ISO 9001:2008  
LGAZ InterCert

Dionysiusplatz 20 · 47798 Krefeld · Tel. 0 21 51 - 2 21 51  
Anrather Straße 31 · 47807 Krefeld · Tel. 0 21 51 - 30 34 08

**HERAUSGEBER**

CREVELT media GmbH  
Garnstraße 72, 47798 Krefeld

Michael Neppeßen  
Torsten Feuring  
David Kordes

Telefon: 02151 - 65 88 399  
E-Mail: redaktion@crevelt.de

**REDAKTION**

David Kordes (kor)  
Oliver Nöding (on)  
Ann-Katrin Roscheck (aro)  
Michael Otterbein (mo)  
André Lerch (al)  
CREVELT Redaktion (red)

**REDAKTIONSLEITUNG**

David Kordes (kor)

Stellvertreter  
Oliver Nöding (on)

**UMSETZUNG**

silk. Werbeagentur GmbH  
Garnstraße 72, 47798 Krefeld

**ART DIRECTION**

Christina Hübecker

**FOTOGRAFIE**

Luis Nelsen

**VERTRIEB**

Michael Neppeßen  
Mobil: 0163 - 25 24 605  
Mail: michael@crevelt.de  
Telefon: 02151 - 65 88 399

Yvonne Wehenkel  
Mobil: 0151 - 28 73 07 79  
Mail: yvonne@crevelt.de  
Telefon: 02151 - 65 88 399

Torsten Feuring  
Mobil: 0157 - 76 13 58 76  
Mail: torsten@crevelt.de  
Telefon: 02151 - 65 88 399

Michael Hälker  
Mobil: 0173 - 36 51 276  
Mail: michaelh@crevelt.de  
Telefon: 02151 - 65 88 399

**DRUCK**

L. N. Schaffrath DruckMedien GmbH & Co. KG  
Marktweg 42-50, 47608 Geldern

**AUFLAGE**

Gesamtauflage: 35.000 Stück

**VERTEILUNG**

120 Hotspot Aufsteller im gesamten Stadtgebiet  
Beilage Westdeutsche Zeitung  
Beilage Rheinische Post  
Postverteiler  
350 Auslagestellen im gesamten Stadtgebiet

**ABO**

Für eine garantierte Zustellung empfehlen wir Ihnen das Abo zum Selbstkostenpreis von 29.90 Euro pro Jahr für 10 Ausgaben.  
Bestellung unter: redaktion@crevelt.de

# DER NEUE PEUGEOT 3008 FÜR MEHR FAHRVERGNÜGEN



215€<sup>1</sup> /MONAT

im Leasing für den neuen PEUGEOT 3008 Allure

MULTIFUNKTIONS-MONITOR MIT 12,3" FARBDISPLAY

SCHLÜSSELLOSES STARTSYSTEM

VERKEHRSSCHILDERKENNUNG

MOTION & e-MOTION



PEUGEOT

- Überholensensor
- Sprachsteuerung für Radio u.v.m.
- 3D Navigationssystem

- Klimaanlage
- Kühlbox Mittelkonsole
- Einparkhilfe

- Spurassistent
- Startknopf
- Totwinkelassistent

**Auto Parc  
France GmbH**

Ein Unternehmen der Ruhrdeichgruppe



Saalestr. 15, 47800 Krefeld  
Ihr Ansprechpartner:  
Osman Karaca  
Telefon: 02151 579 65 - 18

Neumühler Str. 72, 47138 Duisburg

Hoedenkampstr. 77, 45143 Essen

Frankenstr. 71, 45134 Essen

Mühlenstr. 3, 47441 Moers

Fritz-Thyssen-Str. 6-8, 45475 Mülheim a. d. Ruhr

Kraftstoffverbrauch für den neuen PEUGEOT 3008 Allure 96 (131) kW (PS) (Benzin/Automatik) in l/100 km: innerorts 6,1, außerorts 4,6, kombiniert: 5,1;  
CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert) in g/km: 117. Effizienzklasse B.

<sup>1</sup> Ein unverbindliches Restwertleasingangebot für Privatkunden (Bonität vorausgesetzt) der PSA Bank Deutschland GmbH, Siemensstraße 10, 63263 Neu-Isenburg, für die Auto Parc France GmbH als ungebundener Vermittler tätig ist. Bei dem Angebot handelt es sich um ein repräsentatives Beispiel nach § 6a PAngV.

Anschaffungspreis (Nettodarlehensbetrag): 31.489 €; Leasingsonderzahlung: 3.500 €; Laufzeit: 48 Monate; 48 mtl. Leasingraten à 215 €; effektiver Jahreszins: 2,53 %; Sollzinssatz (fest) p. a.: 2,5 %; Gesamtbetrag: 33.888,03 €; Restwert: 20.063,71 €. Alle Preisangaben inkl. MwSt.; zzgl. Überführungskosten i. H. v 840 €; berechnet auf Basis einer Laufleistung von 10.000 km/Jahr. Angebot gültig bis zum 31.03.2021. Widerrufsrecht nach § 495 BGB. Eventuell vorhandene Schäden werden nach Vertragsende gesondert abgerechnet. Über alle Detailbedingungen informieren wir Sie gerne.

Die angegebenen Werte wurden nach vorgeschriebenem Messverfahren (§2 Nrn. 5,6, 6a PKW-EnVKV in der gegenwärtigen geltenden Fassung) ermittelt. CO<sub>2</sub>-Emissionen, die durch die Produktion und Bereitstellung des Kraftstoffes bzw. anderer Energieträger entstehen, werden bei der Ermittlung der CO<sub>2</sub>-Emissionen gemäß der Richtlinie 1999/94/EG nicht berücksichtigt.

Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und den offiziellen spezifischen CO<sub>2</sub>-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem „Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch und die CO<sub>2</sub>-Emissionen neuer Personenkraftwagen“ entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und bei der DAT Deutsche Automobil Treuhand GmbH, Helmuth-Hirth-Straße 1, D-73760 Ostfildern unentgeltlich erhältlich ist.



# Das eigene Zuhause. Leichter als gedacht.



Ob Haus oder Wohnung –  
finden und finanzieren Sie  
mit der Sparkasse  
ganz einfach Ihre eigene  
Traumimmobilie.

Jetzt beraten lassen.

[sparkasse-krefeld.de](https://sparkasse-krefeld.de)

 Sparkasse  
Krefeld