

CREVVELT

DAS MAGAZIN  FÜR KREFELD

Simon Arens
Ausgesprochen positiv!

OB Frank Meyer
Wie wird man eigentlich ...?

Marco Giorgio
Fit wie ein Profi

KREFELD KREFELD

KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD

KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD
KREFELD

STADTJUBILÄUM

KREFELD WIRD 650 JAHRE ALT

1373

650

2023

www.krefeld650.de

KREFELD KREFELD

„Vorsicht, Glatteis! Beim Verkauf unseres Hauses vertrauen wir lieber den Profis von Schreurs.“



In einem sich stabilisierenden Markt ist unser Know-how wichtiger denn je. Wir begleiten Sie sicher durch den gesamten Vermarktungsprozess. Sprechen Sie daher mit uns, wenn Sie zeitnah verkaufen oder vermieten möchten. Wir vermitteln diskret, kompetent und erfolgreich.

Tel. 02151 931818 · schreurs-immobilien.de · 4x in Krefeld: Bockum, Cracau, Hüls, Traar



Design: © Reinhold Janowitz Creative Direction

LIEBE CREVELTER,



Foto: Luis Nelsen

und da war er auch schon wieder vorbei, der erste Monat des neuen Jahres 2023. Für uns beginnt es mit dieser Ausgabe aber erst so richtig. Und was war das für ein Start!? Kalt war es bei unseren Terminen angesichts von Temperaturen um den Gefrierpunkt, doch der Ergiebigkeit unserer Gespräche hat das glücklicherweise keinen Abbruch getan. Zumal es unsere Redakteure wirklich außergewöhnlich gemütlich und angenehm hatten: Bei Sebastian Horn und Rainer Rozanski von der HR Baufinanzierung wurde Kaffee aus eigener Röstung kredenzt (S. 22), in der Bockumer ORTHO LOUNGE fühlte sich unser Autor wie im Wellness-Urlaub (S. 30), in Memo's Haarstudio gab es die Gastfreundschaft eines echten Krefelder Originals (S. 14) und gegen Simon Arens' Frohsinn hatte noch nicht einmal die eisige YAYLA Arena eine Chance (S. 10).

Natürlich können diese einzelnen Erlebnisse nicht ganz darüber hinwegtäuschen, dass wir alle dieser Tage mehr oder weniger versichert sind. Wir wissen noch nicht genau, mit welchen Kosten die Energiekrise zu Buche schlägt, wie sich die Preise für Lebens-

mitteln in den kommenden Monaten entwickeln werden. Am Krieg in der Ukraine sind wir nicht direkt beteiligt, aber die Angst, dass sich das ändern könnte, lässt sich nicht dauerhaft verdrängen. Und dann erinnern uns die Krankmeldungen aus dem Bekanntenkreis immer wieder daran, dass Corona keineswegs vorbei ist.

Wohl dem, der angesichts dieser Umstände im vergangenen Jahr den guten Vorsatz gefasst hat, sich von den Unwägbarkeiten des Lebens nicht länger unterkriegen zu lassen! In der ersten Folge unserer neuen Kolumne (S. 40) gibt es dazu passend von berufener Stelle die geeigneten Tipps. Jan Dreher von der Klinik Königshof weiß nämlich, wie man gute Vorsätze tatsächlich umsetzt! Ansonsten bleibt uns die Hoffnung, dass sich die Dinge bald zum Positiven verändern. Das Jahr mag nicht mehr ganz neu sein, aber es ist immer noch jung!

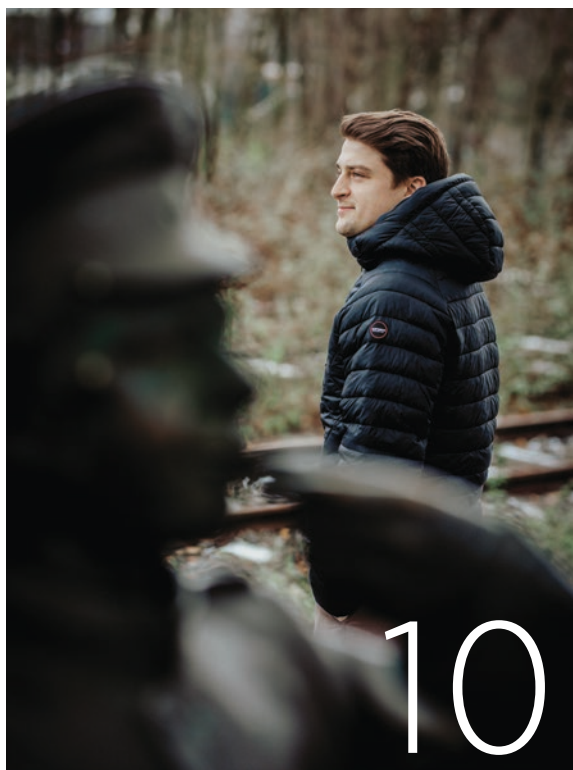
Viel Vergnügen beim Lesen

Michael Neppeßen, Torsten Feuring & David Kordes

草書



FEBRUAR 23



10



22



26



46

INHALT

Wie wird man eigentlich ... Oberbürgermeister? 06
 Frank Meyer

Ausgesprochen positiv! 10
 Simon Arens

Alle kennen Memo! 14
 Mehmet Ak

„Gestalten, machen, anpacken!“ 18
 Leading Ladies in Town

„Finanzierungsberatung ist wie guter Kaffee – unverzichtbar! 22
 Horn & Rozanski Baufinanzierung

Jubiläumsjahr: Offen für Neues! 24
 Stadt Krefeld

Atemübungen vor der Mathe-Arbeit 26
 Zehn Jahre Taiwan Do Training im Marianum

Zeit für den Menschen 30
 ORTHO LOUNGE

Ein echter Krefelder 34
 ReGINerate

Fit wie ein Profi 36
 MG Personal Training Athletic Training

Gute Vorsätze fürs neue Jahr 40
 Kolumne: Klinik Königshof

Strake Alternativen zu Neuwagen 42
 Porsche Zentrum Willich

Ein Pionierprojekt sucht Mitstreiter 46
 Lebensluft für Lebenslust

Die Evolution der Fassadenreinigung 50
 fassago

Schlaflos dank Technik 58
 Kolumne: Schiller Apotheke

Single Sign-on: Der Generalschlüssel fürs Netz 60
 Kolumne: Digitalisierung zum Anfassen

Refugium für pflegende Angehörige 64
 Hanseanum Krefeld



WIE WIRD
MAN EIGENTLICH ...

Oberbürger- meister

Text: Melanie Struve // Fotos: Felix Burandt

„Da ist Glitzer und Glamour!“, schreibt die Landeszentrale für politische Bildung über das Bürgermeisteramt. Dabei denken viele wohl zuerst an Aktenberge, Bürokratie und Gremien, wenn sie die Begriffe Rathaus und Stadtrat hören. Frank Meyer steht seit 2015 an der Spitze der Krefelder Verwaltung – an sieben Tagen der Woche, fast immer im Licht der Öffentlichkeit. Mit Humor, Durchhaltevermögen und einem engagierten Mitarbeiterstab trifft er täglich große und kleine Entscheidungen, die sich direkt auf das Leben der Menschen in Krefeld auswirken. Wir sprachen mit dem Oberbürgermeister über Heimatliebe, volle Terminkalender und gute Musik.



Trotz eines randvoll gestopften Terminkalenders und großer Verantwortung hat Frank Meyer das Lachen nicht verlernt.

Aufgeräumt betritt Frank Meyer den Konferenzraum im Rathaus, auch am letzten Wochenende vor Weihnachten ist bei ihm keine Müdigkeit zu spüren. Er trägt schwarze Schuhe zum dunkelblauen Anzug – und knallbunte Socken mit Motiven der Beatles. Vor wenigen Minuten endete die Pressekonferenz zum Verkauf des Stadthauses, das ein Investor aus Krefeld denkmalgerecht sanieren und in eine internationale Kunsthochschule verwandeln will. „Ein großartiges Projekt und eine der besten Nachrichten, die das Jahr zu bieten hat“, freut sich Meyer mit spürbarer Begeisterung. Wir bekommen einen ersten Eindruck, wie durchgetaktet das Leben des OB sein muss. Schnell ein schwarzer Kaffee, ein wenig Smalltalk mit dem Fotografen, schon tauchen wir ein in eine Biografie, die 1974 im Stadtteil Uerdingen begann. Noch heute verbringe der Lokalpolitiker seine wenige Freizeit am liebsten am Rheinufer, erzählt er heiter: Man kann ihn guten Gewissens als „Krefelder Jung“ bezeichnen.

Meyers Großmutter arbeitete als Sekretärin bei den Bayer-Werken, sein Großvater war ein Samtweber aus dem Nordbezirk, der Vater engagierte sich in der Gewerkschaft. Im Geschichtsunterricht des Gymnasiums am Stadtpark beschäftigt sich Oberstufenschüler Frank mit der Reichstagsrede des SPD-Vorsitzenden Otto Wels gegen das nationalsozialistische Ermächtigungsgesetz. „Die SA war schon im Saal, und der Sozialdemokrat hat mutig die Fahne der Demokratie und Freiheit hochgehalten. Das hat mich schwer beeindruckt und mich dazu bewogen, 1992 in die SPD einzutreten.“ Dass diese Partei am besten zu ihm passe, liege auch am Thema Gerechtigkeit, erklärt Meyer mit festem Blick. Und er nennt zwei Vorgänger im Amt, die ihn maßgeblich geprägt hätten: Willi Wahl und Dieter Pützhofer. Wir hören die erste von zahlreichen Anekdoten an diesem Freitag, denn vor uns sitzt ein aufgeschlossener Mann, der Menschen und ihre Geschichten mag: „An Willi Wahl schätze ich den interessanten Lebenslauf, den fairen Umgang mit anderen und die kürzeste Eröffnungsrede aller Zeiten, an der ich mir allerdings kein Beispiel nehmen werde“, schmunzelt der 48-Jährige. „Mit nur zwei Worten – ‚Mir nach!‘ – eröffnete Wahl das Uerdinger Stadtbad und sprang ins Becken. Von seinem Vorgänger und Nachfolger Pützhofer kann man sich auch eine Menge abgucken, beispielsweise seine gewinnende Art und die Kunst des Zuhörens.“

In Krefeld ergeben sich Funktion, rechtliche Stellung und Aufgaben des OB aus der Gemeindeordnung des Landes - Größe und Geschichte einer Stadt beeinflussen übrigens, ob sie von einem Bürgermeister oder einem Oberbürgermeister geleitet wird (für eine bessere Lesbarkeit wird im Text nur die männliche Form verwendet, ohne Wertung). Für Frank Meyer bedeutet dies, gleich mehrere Hüte tragen zu müssen: als Vorsitzender des Stadtrats, Repräsentant der Stadt nach außen und innen sowie Leiter der Verwaltung mit rund 4.500 Mitarbeitern. Insofern sei sein Arbeitstag prall gefüllt mit Sitzungen und Terminen, wie er mit einem Lächeln verrät. Und dass er schlecht nein sagen könne. „Aber ich mag diesen Ebenenwechsel: Heute war ich im Forstwald, um zwei historische Porträts zu enthüllen, die der Bürgerverein auf eigene Kosten restaurieren ließ. Danach ging es direkt zum Pressegespräch, um den Stadthausverkauf zu verkünden und einen Millioneninvestor vorzustellen. Für beides kann ich mich begeistern!“ Seine Maxime sei, zugesagte Termine auch einzuhalten. „Aber wenn kurzfristig der argentinische Botschafter angekündigt wird, kann das schon den Zeitplan umwerfen.“

Angela Merkel habe er leider nur in Videokonferenzen und nicht persönlich getroffen, Bundeskanzler Olaf Scholz jedoch schon mehrfach, was auch am Parteibuch liegen könnte. Ein Augenzwinkern. Dass er als OB in der Öffentlichkeit stehe und oft erkannt werde, gehöre eben dazu. „Die Krefelder sind aber eher zurückhaltend. Kinder fragen mich häufig nach Selfies, was ich natürlich gern erfülle.“ Meyer lacht herzlich. Es folgen Storys über Termine an Grundschulen, die dem OB offensichtlich viel Freude bereiten. Er wirkt bodenständig und zugänglich, und dass er die schwere Amtskette nur selten trage, da er nicht der Typ sein wolle, „der mit der Kette herumläuft“, passt gut ins Bild. „Bei Kindern holen wir schon mal den Koffer mit der Amtskette aus dem Tresor.“ Dann sei auch ein wenig von dem Glitzer zu sehen. Als gewiefter Redner nutzt er beide Hände, um den Effekt zu veranschaulichen. Wieder ein Lächeln.



**Keineswegs nur für die Füße:
OB Frank Meyer ist begeisterter Musikfan.**




Seit 1999 wird der Oberbürgermeister in Krefeld direkt und für fünf Jahre gewählt. Vorher war der Posten ein reines Ehrenamt. Mindestens drei formale Voraussetzungen müssen Kandidaten erfüllen: Vollendung des 23. Lebensjahres, einen Wohnsitz in Deutschland sowie die deutsche oder eine europäische Staatsangehörigkeit am Wahltag. Obwohl es also keine Bedingung ist, aus dem Ort zu stammen, für den man sich aufstellen lässt, betont Meyer einen wesentlichen Aspekt: „Ein gutes Gefühl für die Stadt zu haben, ist unabdingbar. Man sollte ein Interesse an den Menschen mitbringen und ein Gespür für die Schwingungen haben. Das bekommt man nicht am Schreibtisch, sondern nur, wenn man das Rathaus verlässt und eigene Eindrücke sammelt.“ Auch bei der Frage, was das Beste am Job sei, muss der gebürtige Uerdinger nicht lange überlegen. „Ich treffe viele spannende Menschen und erlebe die Wirksamkeit des eigenen Handelns.“ Er führt das Beispiel der Gesamtschule am Botanischen Garten auf und den langen Prozess von der Bauentscheidung bis zur Durchführung. „Es war ein Privileg, einen aktiven Anteil an dem Projekt zu haben.“ Und das Nervigste? „Die Notwendigkeit, Kompromisse zu schließen, um

Ziele zu erreichen. Manche Verwaltungsvorgänge können sehr langatmig sein, das ist schon herausfordernd.“ Was alles nicht funktioniert in der Stadt, höre er demzufolge sehr viel häufiger als Lob. „Aber ich bin stolz auf mein Team und das große Engagement für das Gemeinwohl.“ So fahre ein Standesbeamter auch mal nachts ins Krankenhaus, um eine Nottrauung durchzuführen. „Es gibt viele berührende Momente“, resümiert Meyer zufrieden.

Auf uns wirkt das Leben als Politiker und Verwaltungsfachmann vielleicht nicht gerade glamourös und glitzernd, aber doch abwechslungsreich und erfüllend. Zum Abschalten liest der OB oft Bücher, besucht Konzerte und sammelt Schallplatten. Sein Musikgeschmack ist dabei so breit aufgestellt wie sein Job: Sängerin Zaz, die Beatles oder Rockbands wie The National und Dropkick Murphys sind dabei. Dann kann er einfach mal nur privat sein - als Mensch Meyer.

**Pflege gut, alles gut.
Ihr ambulanter
Pflegedienst in Krefeld.**

www.pflegevonbrockerhoff.de • Uerdinger Straße 284, 47800 Krefeld



Als Coach unterstütze ich dich auf dem Weg zu deiner Berufung!

- ✓ Du stellst deinen aktuellen Job in Frage und suchst berufliche Erfüllung?
- ✓ Du möchtest herausfinden, wo deine Stärken liegen, was dich antreibt und einzigartig macht?
- ✓ Du suchst Klarheit und Mut, um dein Leben nach deinen Maßstäben zu gestalten?

Dann melde dich sehr gerne bei mir!

Sarah Weber
Coaching

Telefon: 0163 - 45 97 082

E-Mail: hallo@sarahweber-coaching.de

www.sarahweber-coaching.de



PORTRAIT

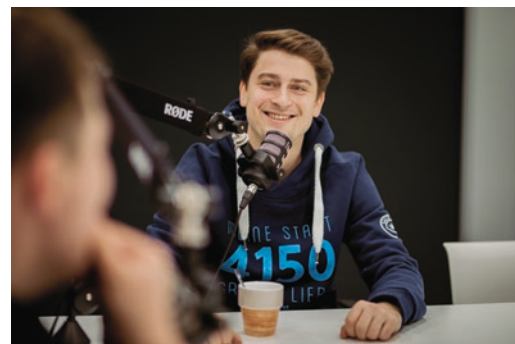
Simon Arens

AUSGE- SPROCHEN POSITIV

Text: Melanie Struve // Fotos: Luis Nelsen



Der krieewelsche Jong zeichnet sich vor allem durch seine positive Grundhaltung aus.



Seit 2020 ist Simon in Krefeld als Podcaster tätig.

„Video Killed the Radio Star“ hieß es vor gut vierzig Jahren, als die ersten Musikvideos über die Bildschirme flimmerten. Der Megahit der Buggles thematisierte gesellschaftliche Umbrüche durch die Verbreitung neuer Technologien. Doch dass sich Tradition und Moderne nicht ausschließen müssen, beweist der erst 27-jährige Simon Arens schon seit Jahren. Ob im Karneval oder Schützenverein, als Stadionsprecher beim KEV oder mit dem Podcast „KRIEWEWEL INSIDE“ – der charmante Krefelder ist stets neugierig, wortgewandt und gut gelaunt. Sein Geheimnis? Er liebt seine Heimatstadt, hat keine Angst vor neuen Herausforderungen und funktioniert am besten im Team. Und bleibt dabei einfach er selbst.

Die krieewelsche Aufforderung „Lott ens schwaade!“ muss man Simon Arens gar nicht zurufen, er ist an diesem Morgen schon putzmunter und sprudelt Details über seinen Lebenslauf heraus. Für Smalltalk oder gar investigative Fragen bleibt wenig Zeit, Zuhören ist angesagt. Doch das macht richtig Spaß, weil er viele Vertällekes zum Besten gibt und der niederrheinische Slang in der Stimme den Heimatort deutlich verrät. Kein Wunder, dass sich der sportbegeisterte Junge aus Verberg im Sommer als Stadionsprecher der Pinguine qualifiziert hat. Hauptberuflich arbeitet Simon als Kaufmann im Einzelhandel bei Intersport Borgmann, und dort sind wir auch verabredet – im Glaskasten auf der vierten Etage mit Blick über die Königstraße. Der Interviewort sagt viel aus über das gute Verhältnis zu seinem Chef Christoph Borgmann, denn es haben sich einige zeitintensive Nebenjobs angesammelt.

„Auch wenn ich 1995 zufällig in Düsseldorf geboren wurde, bin ich ein krieewelsche Jong“, erzählt Simon mit einem breiten Grinsen. Wo an-

dere von Schulfächern und Lehrern reden würden, zählt er die Sportarten auf, die er als Jugendlicher betrieben hat: Rollhockey, Feldhockey, Eishockey, Rudern und Tennis gehören dazu. Die Frage, ob er sich nach der Schule ganz dem Leistungssport verschreiben sollte, habe er schnell verworfen: „Ein normales Leben und Freunde waren mir am Ende wichtiger – und die Dauerkarte beim KEV.“ Wieder ein schelmisches Grinsen. Dass bei Facebook Erinnerungen hochpopperten, berühre ihn oft sehr, gibt er mit einem intensiven Blick aus hellgrauen Augen zu: „Dann höre ich die Stimme des ehemaligen Stadionsprechers Kristian Peters-Lach und fühle mich sehr geehrt, in seine Fußstapfen treten zu dürfen. Er ist ein großes Vorbild für mich, was Moderieren und Bühnenpräsenz angeht.“ Die Einladung zum Casting für den neuen Stadionsprecher der Krefeld Pinguine sei ihm zunächst „eine Nummer zu groß“ vorgekommen. Aber seine Eltern hätten ihn bestärkt, diese Chance zu nutzen: „Probiere es aus, es ist kein Beinbruch, wenn es nicht klappt. Ansonsten kannst du viel lernen!“ Diese bodenständige Haltung wird uns noch häufiger begegnen.



Als rasender Reporter sucht Simon den engen Kontakt zu den Fans.

Simon nimmt vor 100 geladenen Fans am Casting in der Halle teil. Er muss das Publikum begrüßen und fünf Minuten reden, außerdem eine Startformation mit Spielern aus verschiedenen Jahrzehnten bestimmen: „Ein Klacks.“ Als er die Pressevertreter bemerkt, fällt ihm auf, dass er seinen Chef gar nicht eingeweiht hat. „Ein Riesending war das. Und die Wahl fiel dann ja auf Patrick Kramp und mich als Sprecher-Duo. Ich habe noch am Freitagabend um halb neun bei Christoph angerufen. Er war ganz cool und sehr stolz auf mich.“ Die Freude darüber steht dem 27-Jährigen quer ins Gesicht geschrieben. Er erinnert sich an das erste Testspiel, bei dem er „natürlich nervös“ gewesen sei. „Ich war fasziniert von der schwarz-gelben Wand, die vom Eis aus gesehen noch beeindruckender ist. Die Lautstärke, das Adrenalin in den Adern und die Glücksgefühle haben die Anspannung schnell vertrieben“, analysiert er die Premiere, und seine Augen leuchten.

Dieser Posten sei, wie seine Arbeit bei Borgmann, für die Simon übrigens kein passender Jobtitel einfallen will, genau auf seine Stärken zugeschnitten. So kümmere er sich als „rasender Reporter“ überwiegend um Fans, Sponsoren und Netzwerke, während dem 17 Jahre älteren Patrick als „Einheizer“ der Platz am Sprechertisch gehöre. Mit witzigen Vlogs der Spieltage und besonderen Aktionen ist Simon in wenigen Monaten das „mediale Gesicht der Pinguine“ geworden. So bringe der große Mannschaftsbus auch mal Kinder aus einem Krefelder Kinderheim in die Arena. Das Ziel: „Mehr Transparenz schaffen: Wie arbeiten die Pinguine eigentlich? Unser Claim lautet schließlich ‚Familie. Heimat. Nähe.‘“ Auf den Mund gefallen ist er jedenfalls nicht, auch die Sprache der Marketingwelt beherrscht der Social Media Manager perfekt. Zudem wird ihm die langjährige Bühnenerfahrung als Karnevalist bei Creinvelt und der Prinzengarde sicher nicht schaden.

Der überzeugte Heimatkabarettist schmunzelt: „Mein Opa Franz-Josef erkannte früh, dass sein Enkel komisches Talent besitzt. Er schlug mir 2013 vor, unverbindlich eine Sitzung bei Creinvelt zu besuchen. Ich war der jüngste Teilnehmer, fand das Ganze auch etwas altbacken, aber die Bühne, die Technik, das Drumherum haben mich sofort fasziniert. Und der Bezug zu Krefeld. Denn die Gesellschaft ist seit 1927 dem Erhalt und der Förderung des Krefelder Brauchtums verpflichtet. Das gefällt mir, ich bezeichne mich schon als vaterstadtverbunden.“ Zwei Jahre später ist er nicht nur aktives Mitglied und Spouljong, ein



Als Fan der Pinguine selbst auf dem Eis vor der gelben Wand: ein Traum.

Lehrling auf dem Weg zum Ratsherren, sondern auch sehr begeistert. „Ist ja total nett hier“, fasst er lächelnd zusammen. Und sucht sich einen Partner, der Platt spricht und als „bessere Hälfte“ mit ihm ein Bühnenprogramm gestaltet: Dominik Schramm. Seitdem ist das lustige Duo aus dem Karneval nicht mehr wegzudenken und erinnert fast an gemischte Doppel wie Holmes & Watson oder Laurel & Hardy. Am 10. und 11. Februar werden sie im Seidenweberhaus mit anderen Creinveltern „wohlwollend bis kritisch und stets mit einem Augenzwinkern das Geschehen in Krefeld“ beleuchten.

Damit sind wir längst nicht am Ende von Simons Beschäftigungsfeldern angelangt. Mitten im Lockdown 2020 kommt dem im besten Sinne Krefeldverrückten eine Idee: „Es gibt keinen Podcast über Krefeld. Das müssen wir ändern!“ Wieder ist es Dominik, der als Partner erhalten soll. Ein Telefonat, ein Brainstorming an der Theke im Nordbahnhof – nur zwei Wochen später geht die erste Folge von „KRieewel INSIDE“ online. Ohne journalistische Vorkenntnisse, aber mit Herzblut und Spaß haben die zwei in mittlerweile 52 Podcastfolgen Gastronomie, Wirtschaft, Kultur und insbesondere das Brauchtum unter die Lupe genommen. „Wir treffen Menschen, die nicht über Krefeld meckern, sondern machen“, resümiert Simon. Der Erfolg gibt ihnen recht: Auf Instagram gibt es mehr als 1.500 Follower, allein die Premiere hatte 1.700 Zuhörer. „Geplant hatten wir mit 100“, lächelt Simon dankbar. Wir fachsimpeln noch ein wenig über potenzielle Gesprächspartner, da klingelt sein Smartphone, die Arbeit ruft.

Auf dem Heimweg über die Blumenstraße fällt auf, wie liebevoll ein paar Anwohner die Gehwege bepflanz haben. „Wenn alle etwas anpacken und nur ein wenig mitgestalten würden, wäre die Stadt viel schöner“, hatte Simon erst vor wenigen Minuten gesagt. Dafür brauche es meist keine Technik, nur eine positive Einstellung und Mut. Also: „Lott jonn!“

AKTION!

Vom 1. bis 28. Februar 2023

DEINE BEINE. DEINE FREIHEIT!

Kreieren Sie Ihre
Kompressionsversorgung nach
persönlichen Wünschen



- Farbe
- Material
- Zusätze
- Muster

**OHNE weitere
Kosten**

(lediglich die Rezeptgebühr
ist fällig)

Auch gültig in unseren
Filialen in Duisburg, Willich
und Mönchengladbach



MedicalFriends

Der Dienstleister im
Gesundheitsmarkt

Medical Friends GmbH
Traarer Rathausmarkt 3b
47802 Krefeld
Tel.: 0 21 51 - 65 816-0
info@medical-friends.de

VORHER

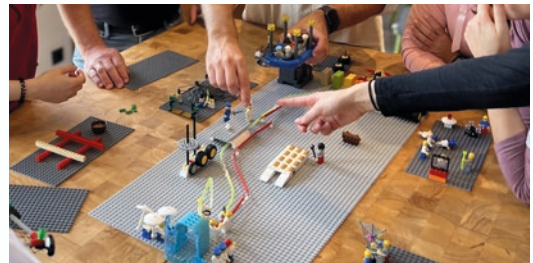


Viel reden und
im Kreis drehen.

Mach dein Team fit für
die neue Arbeitswelt.

KEENS HOF

#campus



Wir machen Offsite-Workshops.
Strategisch. Interaktiv. Co-kreativ.
Zum Beispiel: Lego® Serious Play®

www.keens-hof.de

Tolle Location mitten im Grünen.



NACHHER

Mehmet Ak

Alle kennen Memo

Fotos: Luis Nelsen



„Meister Memo“ bei der Arbeit. Auch nach fast 30 Jahren ist er mit Leidenschaft am Werk.

Wenn es keine Behörden, Passkontrollen an Flughäfen und ähnliches gäbe, kämen manche Menschen nur mit ihrem Vor- bzw. Spitznamen sehr gut durchs Leben. Memo aus Fischeln, wahlweise auch „Meister Memo“ genannt, ist dafür ein Paradebeispiel. Mehmet Ak, so sein bürgerlicher Name, nennt ihn praktisch niemand. Im Stadtteil, aber auch darüber hinaus, ist der gebürtige Türke mit eigenem Friseursalon bekannt wie ein bunter Hund. Das liegt nicht zuletzt am Sport.

Ein früher Dienstagnachmittag in Fischeln. Im „Memo's Haarstudio“ an der Hafelsstraße, im Erdgeschoss des hohen Mehrfamilienhauses kurz vor der Kreuzung Wilhelmstraße, ist ein ständiges „Klick-Klick-Klick-Klack-Klack“ zu hören. Routiniert kümmert sich der Inhaber um einen Stammkunden. Flink geht seine Schere durch die Frisur. Immer wieder unterbrochen durch ein kurzes Schlagen gegen den Kamm, um die abgeschnittenen Haare zu entfernen. Sachte trudeln diese zu Boden. „Noch zehn Minuten“, ruft der Friseur seinem Besuch entgegen. Stift und Block müssen sich also noch etwas gedul-

den, der Fotograf kann aber schon loslegen. Memo in action – die Fotos zeigen einen Mann, der seinen Beruf auch nach Jahrzehnten noch mit Leidenschaft ausübt. Dabei ist er ein „Barbier“ wie aus dem Bilderbuch. Bart und Haare sind natürlich perfekt gepflegt und akkurat gestutzt. Auf seiner schwarzen Weste ist eingestickt „Meister Memo“ zu lesen.

Der Beweis für die Richtigkeit dieser Behauptung hängt gleich hinter der Eingangstür: der Meisterbrief. 1996 bekam er ihn in Düsseldorf



Den Meisterbrief erwarb Memo 1996.

verliehen. Seine Ausbildung absolvierte er zuvor in der Landeshauptstadt, arbeitete danach als Angestellter in Willich und Krefeld. Seinen eigenen Betrieb (vormals Salon Immig) führt er inzwischen seit mehr als 25 Jahren. Dabei hatte es anfangs gar nicht danach ausgesehen, als würde sein Weg schnurstracks in dieses Handwerk führen. „Als Junge und junger Mann wollte ich eigentlich Polizist werden“, meint Memo. Seinen Kunden hat er inzwischen herzlich verabschiedet. Nun hat er etwas Zeit für ein Interview. Also: Was

kam zwischen ihm und seinen ersten Berufswunsch als Freund und Helfer in Uniform? Memo zuckt die Schultern: „Es hat halt irgendwie nicht geklappt.“ Fest steht: Selbst als sogenannter Dorfscherriff hätte Mehmet Ak keine größere Popularität in seinem Lebensumfeld erlangen können. „Ich kenne tatsächlich ein paar Leute hier“, meint er. Das ist stark untertrieben. Memo ist eine Marke in Fischeln. Mit aller Welt ist er per Du. „Nennt dich überhaupt jemand bei deinem vollem Namen“? Kurzes Überlegen. Kopfschütteln. „Nö.“

Mehmet Ak kommt im Sommer 1967 in Subatan zur Welt. Das kleine Dorf liegt in der Zentraltürkei. Als bekannteste Stadt in der Nähe nennt der Krefelder Konya, weltberühmt für seine tanzenden Derwische. Mit fünf Jahren kommt er zusammen mit seiner Familie an den Niederrhein. In Willich wächst er auf, besucht die Grund- und die Hauptschule. „Nach einigen Stationen in meiner persönlichen Laufbahn als Dreher, Industrie-Stricker und Kfz-Mechaniker ergriff ich

Natürlich schlafen Sie gut! In metallfreien Betten aus Massivholz



- Schlafberatung

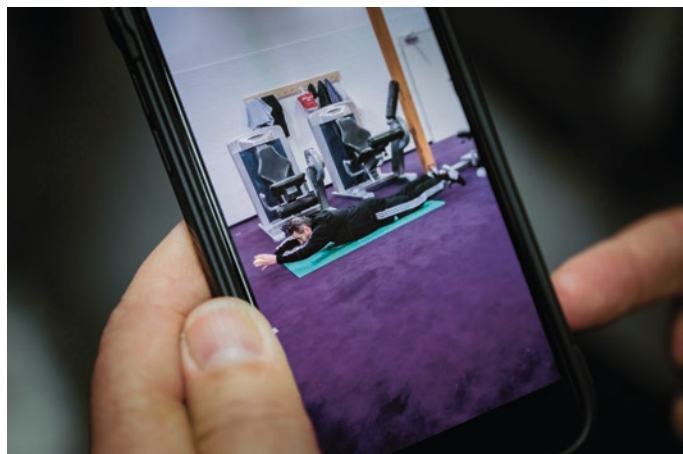
- Naturschlafsysteme von

ProNatura
ergonomisch besser schlafen

- 100 % Natur für Ihren erholsamen Schlaf!



NATURRAUM by holztec
www.naturraum-kempen.de
Ich freue mich auf Sie! Christian Schleupen



Auch als Fitnesstrainer war Memo schon tätig. Und er treibt noch heute selbst begeistert Sport.

den Friseurberuf – eine Entscheidung, die ich bis heute nie bereut habe.“ Der Umgang mit Menschen, der direkte Kontakt zu seinen Kunden bereiten ihm viel Freude. Auch deshalb hat er sich sowohl als Fitnesstrainer als auch als Betreuer auf einer Kartbahn engagiert. „Parallel dazu bereitete ich mich in Abendkursen auf meine Prüfung zum Friseurmeister vor.“

Anschließend übernahm er den Friseursalon in Krefeld, in dem er zuvor als Angestellter gearbeitet hatte. Bis heute führt der dreifache Vater den Betrieb mit seiner Frau Semra. „Da mir besonders die Förderung des Nachwuchses am Herzen liegt, war ich aktives Mitglied des Gesellenprüfungsausschuss der Kreishandwerkerschaft Krefeld.“ Zusätzlich half er als Dozent an Schulen, dass junge Menschen sich diesem Beruf erfolgreich zuwenden. Und: „Rund 40 Azubis habe ich bis heute selbst betreut.“ Auch aktuell lernen angehende Gesellen bei ihm.

„1998 stellte ich mich einer neuen Herausforderung und sanierte einen zuvor insolventen Friseur-Salon, ebenfalls im Fischeln.“ Nach erfolgreichen drei Jahren verkaufte er ihn weiter. Einen zweiten Salon eröffnete er vor rund 20 Jahren in St. Tönis: „Er ist heute eine feste Größe in der Nachbarstadt.“

Sein hoher Bekanntheitsgrad in der Region Krefeld rührt aber vor allem aus seiner größten Leidenschaft: „Sport ist mein Leben“, sagt er – und meint es auch so. Von Kindheit an rennt er dem Ball hinterher und widmet sich auch anderen Disziplinen. Kickboxen und Wing-Tsun etwa betreibt er seit Jahrzehnten. In Meerbusch trifft er sich dazu regelmäßig mit Leuten ab 45. „Mir macht es vor allem Spaß, anderen Menschen etwas beizubringen“, sagt Memo. „Vielleicht hätte ich Lehrer werden sollen.“ Zumindest ist er Fußball-Jugendtrainer mit C-Lizenz.

Wenn ihn einmal das Sportfieber gepackt hat, kann er nur sehr schwer aufhören. „In der Tor-Fabrik konnte ich früher von einem Team zum nächsten gehen. Irgendwann waren dann drei Stunden rum und ich hatte am nächsten Tag einen schmerzenden Körper.“ Inzwischen hat er Tennis für sich entdeckt. Auch in dieser Disziplin strebt er schnelle Fortschritte an. Diese körperliche Ausdauer hilft ihm auch bei ausgelassenen Partys. „Ich bin meistens der erste und der letzte auf der Tanzfläche.“ //db



VON ANFANG AN
VERTRAUEN.



Kidsclub
Zahnärzte
am Friedrichsplatz

WWW.ZAHNAERZTE-AM-FRIEDRICHSPLATZ.DE

Leading Ladies in Town

„GESTALTEN, MACHEN, ANPACKEN!“

Fotos: Luis Nelsen

Es ist der zweite Montag im neuen Jahr, ein wolkenverhangener Morgen. Nieselregen lässt den zu milden Januar kälter wirken. Noch nicht ganz warmgelaufen, werden wir über das Gelände der SWK zum Büro unserer Gesprächspartnerin geleitet, und dort geht dann die Sonne auf. Daniela Jost, seit November Leiterin Asset Management und Planung bei der NGN, hat trotz Montagmorgen gute Laune und eine Ausstrahlung, die den grauen Tag erhellt. Das passt, denn die öffentliche Beleuchtung Krefelds fällt neben Gas, Wasser, Strom und Fernwärme auch in ihr Ressort.

Für althergebrachte Rollenbilder und überkommene Strukturen hat Daniela Jost wenig übrig. Mit vereinzelt Ärgernissen in einer männlich geprägten Arbeitswelt will sie sich nicht lange aufhalten. Ein Professor, der überrascht ist, dass ‚in dem hübschen Köpfchen auch etwas drin‘ sei, oder Kollegen, die sie für ‚zu jung‘ hielten, als sie mit Dreißig eine Führungsposition übernahm, diese Anekdoten wirft die inzwischen Vierzigjährige nebenbei ein. Um gleich anschließend zu betonen: „Ich will mich mit meinen Aufgaben beschäftigen, nicht mit den altmodischen Vorstellungen anderer Leute!“ Diese pragmatische Haltung verdankt die gebürtige Dresdnerin wohl ihren Eltern. Der Vater ließ sie an seiner Werkbank ihre Liebe zur Technik entdecken, die Mutter war Bauleiterin und nahm sie als ‚MiKi‘, als Mitarbeiter-Kind, schon mit vierzehn auf Großbaustellen mit. Von ihr lernte sie, sich von Gegenwind nicht aufhalten zu lassen. Maschinenbau gehörte bei Daniela Jost zu den Abiturfächern, es folgte logisch das Studium zur Wirtschaftsingenieurin in Mittweida. An der kleinen Hochschule schätzte Jost vor allem die Praxisorientierung: „Dort saß ich nicht in einem riesigen Hörsaal, um der Theorie zu lauschen, sondern konnte in Laboren und Werkstätten die Dinge wortwörtlich begreifen. Ich habe zum Beispiel als Studentin auch das Schweißen gelernt.“

Ein Praktikum im sechsten Semester brachte sie nach Düsseldorf, wo sie sich verliebte: in den Niederrhein und in ihren heutigen Ehemann. 2006 zog sie aus Sachsen in die Landeshauptstadt zurück und schrieb ihre Diplomarbeit im Asset Management der Stadtwerke Düsseldorf. In einer Traineeestelle erhielt sie Einblick in alle Bereiche des Versorgungsunternehmens. „Wenn man aus dem Studium kommt, kennt man ja die wirkliche Arbeitswelt noch nicht“, räumt Jost ehrlich ein, „und mir war wichtig, einen ganzheitlichen Blick auf das Unternehmen zu bekommen, in dem ich arbeite.“ Dieser umfassende Eindruck führte sie zunächst weg von der Technik, in die Strategie und die Personalentwicklung. Dennoch war es die richtige Entscheidung, erklärt die selbstbewusste Frau: „Ich würde mich als Generalistin beschreiben. Ich denke strategisch und bin prozessaffin, sehr organisiert und kommunikativ. Mir war wichtig, etwas Sinnstiftendes zu tun und spürbare Veränderungen zu bewirken.“ Mit dieser Maßgabe übernahm sie schließlich die Leitung der Entwicklung neuer Geschäftsmodelle für die Stadtwerke Düsseldorf, eine Position, in der sie es 2019 sogar zur Düsseldorferin des Jahres brachte. Die Auszeichnung erhielt sie für ihre entscheidende Rolle in der Einführung der eddys: leise, emissionsfreie und flexible Elektroroller, die im ganzen Stadtgebiet gemietet werden können. Daniela Jost erlebte





Daniela Jost ist eine ausgezeichnete Kommunikatorin, weiß aber auch, wie man anpackt.

diese Zeit als besonders spannend: „Ich hatte mit Marketing, der Strategie und der Finanzierung unterschiedlicher Projekte zu tun. Da war jeder Tag anders!“

Doch nach acht Jahren dort spürte sie selbst das Bedürfnis nach einer Veränderung, außerdem war Jost mit ihrem Ehemann schon 2018 nach Krefeld gezogen. „Die SWK hatte ich daher bereits als Kundin kennengelernt und einen sehr positiven Eindruck gewonnen“, erzählt die überzeugte Seidenstädterin. Im letzten Frühjahr bewarb sie sich kurzerhand auf eine ausgeschriebene Stelle bei der NGN und durchlief in nur zwei Wochen den Bewerbungsprozess. Seit November vergangenen Jahres leitet Daniela Jost nun den Bereich Asset Management und Planung, mit dem Anspruch: „Gestalten, machen, anpacken!“ Ihre erste Amtshandlung war es, mit allen Mitarbeitenden Kennenlerngespräche zu führen, um das Vertrauen zueinander aufzubauen, das Jost als Grundlage ihres Führungsstils wertet. „Ich arbeite nicht nur an technischen Netzwerken, ich zehre auch zwischenmenschlich von der Gemeinschaft“, fasst die aufgeschlossene Führungskraft ihr Selbstverständnis in Worte.

Damit ist sie eine naheliegende Ergänzung für das Netzwerk der Leading Ladies in Town, mit dem sie in den kommenden Wochen erste Termine wahrnimmt. Ihre Motivation: Schubladendenken aufzubrechen und zu einem Kulturwandel beizutragen. „Meine Karriereentscheidungen waren intuitiv, ich habe nie etwas getan, ‚nur‘ weil ich eine Frau bin“, betont Jost ernst, „dennoch wurde ich manchmal gefragt, warum ich ‚als Frau‘ in einem technischen Bereich arbeite.

Diese Denkweisen sollten wir aufbrechen, bei jungen Frauen wie in den Unternehmen. Die Leading Ladies leisten dafür wichtige Arbeit hier in Krefeld, bei der ich mich gerne einbringe.“ //Imp

Über LLiT - Leading Ladies in Town

- Ziel des Netzwerks „Leading Ladies in Town“ ist es, lokale Unternehmen mit topqualifizierten Frauen zu vernetzen und Future Leading Ladies zu gewinnen und zu unterstützen
- Initiator*innen: Kerstin Abraham, Mario Bernards, Heike Hinsin, Inge Röhnel
- 170 Frauen und Männer aus Wirtschaft, Politik, Bildung, Sport und Kultur sind bereits miteinander vernetzt
- Zuletzt trat das Netzwerk am 5. Januar beim Marketing Club Krefeld auf
- Nächste Möglichkeit, den LLiT live zu begegnen: LLiT-ExklusivVorstellung „Frauengold“, Dienstag, 21. März 2023, Beginn um 20 Uhr im Theater Krefeld (Einlass 19:30 Uhr) Karten (je 22 Euro) einfach persönlich oder telefonisch (02151 - 805125) mit dem Stichwort „LLiT-Netzwerk“ an der Theaterkasse kaufen

[linkedin.com/company/llit-krefeld](https://www.linkedin.com/company/llit-krefeld)
www.llit-krefeld.de

2023

KICK-OFF in der VERVE



Kindheitserinnerungen

WIR ZAUBERN IHNEN EIN LÄCHELN INS GESICHT

Neue kreative Highlights, unsere geliebten Klassiker & Kindheitserinnungen liebevoll von Chef Philip Rümmele & Team für Sie zusammengestellt.

Immer **Dienstag bis Samstag** ab 18:00 Uhr geöffnet.

Familienfeiern • Restaurant • Workshops • Seminare • Events • Hochzeit • Geburtstag

Verve GmbH | Zur Feuerwache 5 | 47805 Krefeld | 02151 - 9360800 | info@verve5.de | [@verve5Kr](https://www.instagram.com/verve5Kr)



In den Uerdinger Räumlichkeiten der HR Baufinanzierung befand sich einst eine Kaffeerösterei.

Horn & Rozanski Baufinanzierung

„FINANZIERUNGSBERATUNG IST WIE GUTER KAFFEE – UNVERZICHTBAR!“

Fotos: Luis Nelsen

Es war ein bewegtes Jahr für den Immobilienmarkt: Erhöhte Bauzinsen, gestiegene Materialpreise und eine allgemeine Unsicherheit ließen die Nachfrage nach Finanzierungen einbrechen. Doch der Traum von Eigenheim oder Sanierung ist noch lange nicht ausgeträumt. Jetzt sind Spezialisten gefragt, die über langjährige Erfahrung verfügen und individuelle Finanzierungskonzepte entwickeln können. Die nicht nur einfach auf die Höhe des Zinssatzes schauen, sondern auch beachten, ob die Größe der Traumimmobilie oder die Absicherung der Familie in zehn Jahren noch passt. Die beiden Uerdinger Sebastian Horn und Rainer Rozanski haben sich 2021 als freie Baufinanzierer selbstständig gemacht. Und wissen, was beim Immobilienkauf nun wichtig ist.

Die Inhaber der Horn & Rozanski Baufinanzierung haben eine Mission: „Qualität und Service stehen für uns an erster Stelle. Bei uns dreht sich alles um die passende Finanzierungslösung. Und richtig guten Kaffee“, erklären sie unisono, fast wie ein altes Ehepaar. Als Firmensitz haben sich die gut vernetzten Uerdinger Jungs eins der attraktivsten Gebäude im Stadtteil ausgesucht. Dass im spätbarocken Haus Neuhofs aus dem Jahr 1778 eine Kaffeerösterei untergebracht war, hat bei der Standortwahl sicher nicht geschadet. Wir probieren die hauseigene Kaffeemischung aus dem Café nebenan und bewundern die modern durchgestylte Einrichtung im historischen Backsteinam-

biente. Die Freude an der relativ frischen Selbstständigkeit ist den zwei Gründern in jeder Minute anzumerken. Sogar ihr Kleidungsstil ist auf das schlichte Corporate Design abgestimmt: schwarzes Sakko, weißes Hemd, Jeans und schwarze Schuhe. Ob die Andeutung an die Kultmusiker Blues Brothers auch bewusst gewählt ist? Die gelernten Bankkaufleute mit ausgewiesener Berufserfahrung in Kreditprüfung, Kreditvermittlung und Baufinanzierung wirken jedenfalls lässig und zuverlässig zugleich.

**Die Blues Brothers der
Baufinanzierung: Sebastian Horn (unten)
und Rainer Rozanski (rechts)
erläutern ihre Mission.**



Mit der hauseigenen Kaffeemischung schlagen Horn und Rozanski die Brücke in die Vergangenheit.

„Kennengelernt haben wir uns in der Sparkasse Krefeld“, sagt der 34-jährige Rainer Rozanski mit einem offenen Lächeln. Und der drei Jahre ältere Sebastian Horn ergänzt: „Während meiner Tätigkeit bei der LBS trafen wir uns wieder, später arbeiteten wir gemeinsam bei einem Finanzierungsvermittler, um bald festzustellen: Das können wir selbst besser und anders.“ Im Laufe des Gesprächs wird es noch häufiger vorkommen, dass der eine den Satz des anderen vollendet; die mittlerweile enge Freundschaft macht es möglich. Ihre gemeinsame Geschäftsidee richte sich überwiegend an private Kunden, die eine Immobilie gefunden hätten oder noch suchten und diese finanzieren wollten, erläutert Horn sachlich. „Wir arbeiten deutschlandweit mit rund 600 Banken und allen gängigen Plattformen zusammen. Der Vorteil: Wir müssen keine Vorgaben von oben einhalten, sondern sind wirklich unabhängig tätig“, betont Rozanski. Anfragen erhielten sie sowohl aus ihrem regionalen Netzwerk, das kompetente Makler und zuverlässige Bauträger umfasse, als auch über eine Onlineplattform. So sei es durchaus möglich, dass sie an nur einem Tag Beratungsgespräche zu Immobilien in Hamburg, München und Krefeld führten. „Aber das macht den Reiz unseres Jobs aus“, lächelt Horn. „Jede Finanzierung, jeder Kunde ist anders. Ich freue mich immer, eine gute Idee zu finden!“ Wer nicht aus der Gegend komme oder keine Zeit für den klassischen Beratungstermin in Anzug und Krawatte habe, erhalte einen Link zum Kundenportal, beschreibt Rozanski das pragmatische Konzept der Baufinanzierer. „Hier kann man Daten eingeben, Unterlagen hochladen, Angebote vergleichen – ein-

fach bequem vom Sofa aus.“ Dieses Portal stehe auch später noch zur Verfügung, beispielsweise wenn es um eine Anschlussfinanzierung gehe oder einen Wechsel zu einer anderen Bank.

Auch wenn beide in der volatilen Marktsituation keine pauschalen Tipps geben wollen, sind sie sich auf Anhieb einig: „Das Motto lautet: ‚Lass‘ uns drüber reden! Man kann heutzutage wieder gut mit den Verkäufern sprechen und sollte keine Angst vor der Baufinanzierung haben. Rechnen lohnt sich immer!“ Im Beratungsgespräch beleuchteten sie neben Eigenkapital, Zins- und Darlehenshöhe auch Tilgungsoptionen wie Bausparverträge oder Versicherungen und geben Denkanstöße zu den Anforderungen an eine Immobilie. „Wenn sich die Familie einen Garten wünscht, reicht vielleicht ein Reihenmittelhaus oder eine Wohnung im Erdgeschoss“, weiß Horn. Und Rozanski fügt hinzu: „Es müssen auch nicht immer 200 Quadratmeter für ein kinderloses Paar sein, üblich sind jetzt etwas kleinere Immobilien.“ Ein kostenfreies Suchportal sei daher ebenfalls im Portfolio.

Im Film über die Blues Brothers waren Jake und sein Bruder Elwood nur ein paar Tage im Auftrag des Herrn unterwegs. Die Mission von Horn und Rozanski ist auf einen deutlich längeren Zeitraum ausgelegt. Denn trotz aktuell rasanter Marktveränderungen steht fest: Eine gute Tasse Kaffee in den eigenen vier Wänden muss kein Traum bleiben. //ms

Horn & Rozanski Baufinanzierung GbR
Am Zollhof 2a // 47829 Krefeld
Telefon: 02151 - 44 20 702 // E-Mail: info@hr-baufinanzierung.de
www.hr-baufinanzierung.de



Oberbürgermeister Frank Meyer und Claire Neidhardt, Leiterin des Stadtmarketings, schauen zum Stadtjubiläum nach vorn.

Stadt Krefeld

JUBILÄUMSJAHR: OFFEN FÜR NEUES!

Fotos: Stadt Krefeld, Presse und Kommunikation

Das 650-jährige Jubiläum der Stadt Krefeld bietet uns allen Gelegenheit, Krefelds Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft zu beleuchten, zu verbinden und nachhaltige Projekte für die kommenden Jahre zu schaffen. Das Festjahr soll dabei mehr sein als eine Aneinanderreihung verschiedener Event-Highlights: Es soll Perspektiven eröffnen, um Krefeld weiterzudenken und zu entwickeln, die städtische Identität zu stärken sowie Bürger und Bürgerinnen aller Hintergründe miteinander zu verbinden. Krefelds Historie und die Toleranzgeschichte unserer

Stadt stehen hierbei als identitätsstiftende Elemente im Fokus – denn die wirtschaftliche Entwicklung sowie die interkulturelle bürgerschaftliche Zusammenarbeit haben Krefeld seit jeher geprägt.

Seit Mitte Oktober ist die zentrale Austauschplattform www.krefeld650.de online. Dort finden sich Projektaufrufe und Mitmachoptionen, Buchungsplattformen der Wanderinfrastrukturen und die Geschichten rund um das Stadtjubiläum. Die hinterlegten Teilnahme- und

JETZT KLIMARETTER*IN WERDEN

➤➤ Ohne das Handwerk lassen sich die klimapolitischen Ziele nicht erreichen

JETZT BEWERBEN
Bruno-Specht.de

HEIZUNG	SANITÄR	BÄDER

Bruno Specht GmbH



schutzwände unter die Lupe, die sich für Street Art eignen könnten. Im Dezember wurde auch die nächste „Ideenrunde“ eingeleitet: So konnten Vorschläge für die Projekte „Festivalsommer“ sowie zwei verschiedene Talkformate eingereicht werden.

Noch offen ist hingegen das Projekt „Herbstleuchten“: Inspiriert vom leuchtenden Laub der Bäume sind Veranstalter und Lichtkünstler dazu aufgerufen, Krefeld stimmungsvoll zu gestalten. Es geht um einen neugierigen Blick Richtung Zukunft und besondere Momente im Jetzt – Technologie, Industrie und Architektur sowie Mode und Design stehen in dieser Saison besonders im Fokus. Das Herbstleuchten wird die Innenstadt mit attraktiven Elementen bereichern, den öffentlichen Raum zur Disco werden lassen, einen Blick auf innovative und visionäre Ideen gewähren und die Zukunft der Mobilität in den Fokus rücken. Wer eine Projektidee zum Thema „Herbstleuchten“ hat, kann seine Konzeptidee noch bis zum 10.03.2023 auf www.krefeld650.de einreichen. Auch hier gilt: Das Fragen-Formular ausfüllen und die gewünschte Fördersumme nennen.

Lasst uns den runden Geburtstag unserer Stadt mit Kreativität und Aufbruchsstimmung begleiten!

www.krefeld650.de

Kontaktoptionen erlauben es allen Interessierten, sich zu informieren, zu vernetzen und aktiv zur Gestaltung des 650. Geburtstags der Stadt beizutragen. Jeweils monatlich sendet die Stadt Krefeld außerdem einen Jubiläumsnewsletter, der einzelne Projekte und Mitmachoptionen aufgreift sowie MitgestalterInnen und Formate vorstellt.

Die ersten Runden der Bürgereinreichungen sind bereits abgeschlossen: 14 Projekte wurden bislang zur Förderung ausgewählt. Außerdem haben die Bürgerinnen und Bürger in der ersten Phase 66 Standorte für „Essbare KrefELDer“ vorgeschlagen. Die Orte befinden sich noch in der Prüfphase. Das Kuratorenteam der Urban Art Gallery, eine Fortsetzung der Rhine Side und der Woodland Gallery, nimmt Brand-



ZEUS

ELEKTROTECHNIK

☎ 0174 6800577 Hr. Goritsas

☎ 0179 2697447 Hr. Mantzounis

✉ info@elektrozeus.de

www.elektrozeus.de

ELEKTRO PHOTOVOLTAIK SMART HOME
www.elektrozeus.de

Zehn Jahre Taiwan Do Training im Marianum

ATEMÜBUNGEN VOR DER MATHE-ARBEIT

Fotos: Luis Nelsen



Christian Focke beginnt jede Trainingseinheit mit Meditation und Atemübungen.

Atmung, Haltung und Konzentration, das sind drei wichtige Säulen des Taiwan Do Trainings. Dazu kommen Bewegung und Praktische Lebensphilosophie. Damit möchte die vor über 40 Jahren gegründete Taiwan Do Akademie modernen Menschen einen Weg aufzeigen, dem hektischen Alltag etwas entgegensetzen. Und das ist nicht nur ein Angebot für gestresste Berufstätige. Denn wie wir wissen, setzt Stress heute bereits oft bei Kindern und Jugendlichen ein. Nicht umsonst gibt jeder zweite Jugendliche an, häufig, oder sogar sehr häufig, gestresst zu sein. Und wenn das schon bei Kindern, die in behüteten Verhältnissen aufwachsen, der Fall ist, um wie viel schwieriger ist das Leben für Jungen und Mädchen, die fern vom eigenen Elternhaus in einer stationären Jugendhilfeeinrichtung leben?

Aus diesem Grund hatte die Taiwan Do Akademie bereits in den 1980er-Jahren ein mehrjähriges Pilotprojekt in einem Düsseldorfer Kinderhilfezentrum durchgeführt, und dort sehr gute Erfolge mit den Angeboten Tai Chi Chuan und Kung Fu Wu Shu gemacht. Bei Kung Fu Wu Shu handelt es sich um eine traditionelle ostasiatische Kampfkunst. Tai Chi Chuan ist eine chinesische Gesundheitslehre.

Beide verbinden „innere und äußere Übungen“, trainieren gleichermaßen Körper und Geist. Und beide Übungssysteme werden seit inzwischen zehn Jahren auch im Krefelder Marianum angewendet. Hier trainiert Christian Focke, der über den 7. Toan (Meistergrad) verfügt und den Titel „Kong Shi Fu“ (Nachfolger) führt, regelmäßig eine Gruppe von zehn bis zwölf Kindern und Jugendlichen.



Unterstützung beim Training erhält Focke durch die 14-jährige Lia Sengstock.



„In das Training starten wir immer mit Meditation und Atemübungen, damit die Kinder erst einmal ankommen. Dabei beginnt das Training, bevor es angefangen hat, mit dem gemeinsamen groß Aufbauen der Matten. Denn auch dadurch wird bereits soziale Kompetenz entwickelt“, ist Focke überzeugt. „Die Kinder im Marianum haben alle ihre Päckchen zu tragen und sind daher oft sehr sensibel, leicht erregbar und anfällig für Störungen. Klare Regeln geben ihnen Halt und die Möglichkeit, die Emotionen im Griff zu behalten.“ Dazu zählt für Focke zum Beispiel, dass während des Trainings nicht geflucht wird, und nicht über andere Kinder gelacht, wenn jemand eine Übung mal nicht so gut macht. „Gegenseitiger Respekt ist eine Grundlage unserer Gruppe. Auf diese Weise ist es nur selten nötig, dass ich Sanktionen ausspreche, wie zum Beispiel Straf-Liegestützen. Und es kommt fast nie vor, dass ich ein Kind von einem Erzieher abholen lassen muss“, freut sich Focke.

Unterstützt wird Christian Focke von der 14-Jährigen Lia Sengstock als Assistentin. Lia hat einen Blaugurt in Kung Fu Wu Shu und hilft

dem Trainer vor allem bei der Betreuung der Mädchen in der Trainingsgruppe. „Gerade in einer Einrichtung wie dem Marianum weiß ich nicht, was die Mädchen bereits erlebt haben, und möchte ihnen daher nicht zu Nahe kommen“, begründet er. Dass Focke mit seinem Taiwan Do Training einen positiven Einfluss auf die Kinder hat, bestätigt auch Einrichtungsleiterin Beatrix Raedt. „Viele Kinder bei uns haben Probleme, sich zu konzentrieren. Dabei hilft ihnen Taiwan Do auf jeden Fall. Ein Fünfzehnjähriger, der bereits lange mittrainiert, nutzt zum Beispiel die Atemübungen, um sich vor Mathe-Arbeiten zu beruhigen“, erzählt sie, „und manche Ehemaligen sagen mir, wenn ich sie nach Jahren wiedertreffe, dass das Taiwan Do Training einer der großen Pluspunkte ihres Aufenthalts bei uns war.“

Im Marianum leben aktuell 84 Kinder und Jugendliche bis zu einem Alter von etwa 20 Jahren. Als stationäre Jugendhilfeeinrichtung hat das Marianum die Aufgabe, Kindern eine Heimstatt zu geben, die aus unterschiedlichen Gründen nicht bei ihren Eltern wohnen können. Gegründet wurde das Haus bereits vor 165 Jahren von der „Katholische Armenverwaltung Krefeld“, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, Kindern aus einem benachteiligten Umfeld zu guten Startchancen im Leben zu verhelfen. Damit denken die Träger des Marianum grundsätzlich in die gleiche Richtung wie Mario Frerker, dem Gründer der Taiwan Do Akademie, der sein Training bewusst auch für Kinder und Jugendliche konzipiert hat.



Taiwan Do-Leiter und Shi Zhu Mario Frerker weiß, wie sinnvoll das Erlernen einer Kampfkunst gerade für junge Menschen sein kann.

„Kung Fu steht wörtlich übersetzt für ‚etwas durch harte, geduldige Arbeit erreichen‘ und bedeutet sinngemäß ‚das Bemühen, aus seinem Tun, seinem Leben und seinem Denken etwas Positives zu erschaffen‘, erklärt der Taiwan Do Leiter und Stilbegründer „Shi Zhu“ Mario Frerker die Philosophie hinter dem Kampfkunsttraining. „Tai Chi Chuan verstehen wir im Taiwan Do als ‚Bewegen nach universellen Prinzipien.‘ Das hilft vor allem dabei, eine innere Ruhe zu gewinnen.“ Dabei betont Frerker immer wieder, dass Kampfkunst für ihn einen Kampf miteinander und nicht gegeneinander bedeutet. „Wir wollen keinen Wettkampf, bei dem es darum geht, am Ende der Sieger zu sein“, stellt Frerker fest. „Bei uns gibt es keine Verletzungen und blaue Flecken. Kampf ist im Taiwan Do immer vor allem ein Kampf mit sich selbst. So gewinnt man ein hohes Maß an innerer Ruhe und Gestaltungsmacht. Wir lernen das Kämpfen, um es zu ver-

meiden. Das ist auch eine wichtige Fähigkeit für junge Menschen, die ihre Aggressionen so sinnvoll kanalisieren und sich weniger provozieren lassen.“//mo

Taiwan Do Akademie
Moritzstr. 3 // 47803 Krefeld
Telefon: 02151 - 97 67 45 (täglich ab 15 Uhr)
www.taiwando.de

Marianum Krefeld
Hubertusstraße 226 // 47798 Krefeld
Telefon: 02151 - 8 07 80 // www.marianum-krefeld.de



Blumen Femers
 vom Feinsten Floristik | Pflanzen | Friedhof



Abholung



Lieferung

Am Badezentrum 54
 47800 Krefeld
 (0 21 51) 59 21 47

www.blumen-vom-feinsten.de



SAISONAL,
 FARBENFROH
 KREATIV

AMRENT



Wo auch immer Sie tätig sind, vermietet AMRENT Maschinen und Geräte zum Heben von Personen und Material.

- Hubarbeitsbühnen aller Art
- Teleskopstapler
- Industriestapler
- Radlader
- Kettenlader
- Rollgerüste
- Glaslifter
- Materiallifte



AMRENT GmbH

Mevissenstraße 62 b

47803 Krefeld

Tel.: 02151-65710 40

krefeld@amrent.de

www.amrent.de

ORTHO LOUNGE

ZEIT FÜR DEN MENSCHEN

Fotos: ORTHO LOUNGE



Orthopäde Dr. Sinan Yücel nimmt sich viel Zeit für seine Patienten.

Der großzügige Eingangsbereich ist modern und freundlich. Entspannte Musik wabert durch die Luft wie ein sanfter Windhauch. Von den geschmackvollen Designerstühlen im Wartezimmer möchte man eigentlich gar nicht mehr aufstehen. Moderne Kunst und prächtige Bildbände bieten anregende Zerstreuung. Man fühlt sich hier ein bisschen, wie in einem Wellness-Urlaub. Selbst dem eleganten Logo sieht man an, dass hier nichts dem Zufall überlassen wurde. Der Name ist Programm: Die ORTHO LOUNGE ist ein Ort der Entschleunigung und Entspannung, der Ruhe und des Wohlbefindens. Vor allem aber ein Ort, an dem Menschen mit körperlichen Beschwerden die Zeit und Kompetenz gewidmet wird, die ihnen zusteht.

So mancher Patient fühlt sich bei Betreten einer Arztpraxis erst so richtig krank: Der Geruch von Desinfektionsmitteln hängt in der Luft, die Apotheken-Umschau im Wartezimmer warnt vor Erkrankungen, die man noch nicht hat, und es herrscht jene klinisch-sterile Atmosphäre, die man allgemein mit Krankenhäusern assoziiert. Keine guten Voraussetzungen, um gesund zu werden. Das erkannte auch der Orthopäde Dr. Sinan Yücel – und schuf die ORTHO LOUNGE als bewussten Gegenentwurf zum meist eher traurigen Praxis-Einerlei.

Das Konzept mag in unserer heutigen Zeit, in der es so oft um Effizienz und Gewinnmaximierung geht, ungewöhnlich sein, doch für Dr. Sinan Yücel ist sie das logische Resultat der eigenen Erfahrungen. 16 Jahre lang führte der Facharzt eine Kassenpraxis in Köln, in der er mit seinen Kollegen pro Tag bis zu 300 Menschen behandelte. „Die Zeit möchte ich nicht missen“, resümiert er. „Denn ich habe in Köln viel gelernt, sowohl in menschlicher als auch in fachlicher Hinsicht. Aber ich habe auch erkannt, dass diese Art der Massenmedizin nicht



Orthopädische Praxis oder Wellness-Hotel? Bei der Gestaltung der Räumlichkeiten wurde nichts dem Zufall überlassen.

das ist, was ich machen möchte. Ich habe eine andere Vision von Medizin!“ Der 54-Jährige zog die Konsequenzen aus dieser Erkenntnis und kehrte zurück in seine niederrheinische Heimat. Direkt am Bockumer Schützenplatz fand er den Ort, an dem er seine Vorstellung von Medizin in die Tat umsetzen konnte.

Ganz wesentlich dafür ist, den Patientinnen und Patienten mit ihren Beschwerden und Ängsten Raum zu geben. „Ein Erstgespräch in der ORTHO LOUNGE dauert in der Regel 45 Minuten, das ist das Neunfache von dem, was in vielen Praxen üblich ist“, sagt der Mediziner. „Auf diese Weise baue ich schon beim ersten Termin das Vertrauen auf, das für eine längere Behandlung erforderlich und eine Voraus-



setzung für ihren Erfolg ist.“ Menschen jeden Alters wissen diese Zugewandtheit zu schätzen, sind nach den Erfahrungen mit überfüllten Arztpraxen und im Akkord arbeitenden Ärzten geradezu überrascht, mit welcher Ruhe und Zuwendung ihnen hier zugehört wird. Neben Einfühlungsvermögen und Empathie verfügt der erfahrene Orthopäde aber natürlich auch über das erforderliche medizinische Know-how: Er kümmert sich um unfallchirurgische wie sportmedizinische Belange, behandelt Arthrose genauso wie Fersensporn.

Besonders am Herzen liegt dem Vollblutmediziner die Kinderorthopädie. „Wenn man Langzeitschäden verhindern möchte, sind bei der Anamnese, Diagnose und Behandlung von Kindern Erfahrung und Sorgfalt in besonderer Weise gefragt“, weiß er. Und natürlich der Faktor Zeit: „Wenn ein Kind mal nicht so möchte, wie man selbst, muss man das akzeptieren. Da helfen nur Verständnis und Geduld.“ Einen Schwerpunkt bildet auch die Betreuung der Altersgruppe ab 45 Jahren. Hier sind es keineswegs immer Krankheitssymptome, die zu einem Besuch führen. „Häufig suchen mich Menschen auf, die nach vielen Jahren wieder Sport treiben möchten und merken, was Bürojob und Bewegungsmangel im Allgemeinen mit ihren Körper angestellt haben.“ Das fünfköpfige Team der ORTHO LOUNGE, zu dem auch eine Sporttherapeutin gehört, hilft ihnen dabei, auf gesunde Weise fit zu werden. Akupunktur, digitales Röntgen sowie

Yücel investierte vor der Eröffnung in modernstes Hightech-Equipment.



Zum Team der ORTHO LOUNGE zählt auch eine Sporttherapeutin.

Stoßwellen- und Kernspin-Resonanztherapie runden das Leistungsspektrum der Praxis für Privatpatienten und Selbstzahler ab. Um diese Bandbreite auf höchstem Niveau anbieten zu können, investierte Yücel nicht nur in die ansprechende Gestaltung seiner Räumlichkeiten, sondern auch in modernste Medizintechnik. Besonders stolz ist er auf das sogenannte DIERS 4D motion lab: „Das ist eine hochmoderne Ganzkörper-Vermessung mittels Laufband, Kameras, Hard- und Software. Das Verfahren liefert in einzigartiger Weise Erkenntnisse zu den verschiedensten Fehlstellungen und Krankheitsbildern – und zwar auch dann, wenn noch gar keine Beschwerden aufgetreten sind.“

Man spürt die Leidenschaft und Begeisterung für seinen Beruf, wenn Dr. Sinan Yücel von modernen Erkenntnissen und neuen Behandlungsmethoden, aber auch von Erfolgen und Erlebnissen mit seinen Patienten berichtet. Wahrscheinlich wurde ihm der Keim schon in die Wiege gelegt und hatte dann viele Jahrzehnte Zeit zu reifen: Schon Dr. Yücel's Vater praktizierte lange als Allgemeinmediziner in Duisburg, sein Bruder ist ebenfalls als Orthopäde tätig. In der ORTHO LOUNGE sind Patienten demnach sehr gut aufgehoben. Und Gesundheit und Wohlbefinden haben eine neue Heimat in Krefeld. //db

ORTHO LOUNGE
Am Badezentrum 5b // 47800 Krefeld
Telefon: 02151 - 98 53 890 // E-Mail: team@ortholounge.de
www.ortholounge.de

NASSE WÄNDE?

FEUCHTER KELLER?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

Mit bisher über 100.000 erfolgreichen Sanierungen in der ISOTEC-Gruppe bieten wir Ihnen die Sicherheit für trockenes und gesundes Wohnen.



Abdichtungstechnik
Dipl. Ing. (FH) Morscheck GmbH
T. 02151 4530998 · krefeld@isotec.de
www.isotec-morscheck.de



ISOTEC[®]
Wir machen Ihr Haus trocken



*Wir kennen uns nicht.
Aber ich bin bereit, Ihr Leben
zu retten.*

- Bitte nicht vergessen:**
- » Vor der Spende ausreichend essen und trinken
 - » Personalausweis mitbringen
 - » Nach der Spende gibt es einen kleinen Imbiss

*** Mit Ihrer Blutspende können wir bis zu vier Leben retten.**



Alexianer

ALEXIANER KREFELD GMBH
KRANKENHAUS MARIA-HILF
Akademisches Lehrkrankenhaus der
Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

Blutspenden! Leben retten!*

Wann?

Dienstag, 21. Februar 2023
von 13.00 bis 17.00 Uhr

Wo?

Krankenhaus Maria-Hilf Krefeld
Alexianer-Tagungszentrum
Oberdießemer Str. 95

Anmeldung und Online-Reservierung

<https://terminreservierung.blutspendedienst-west.de/oeffentliche-spendeorte/Alexianer-Krefeld>

Anmeldung



Blutspendeaktion in Zusammenarbeit
mit dem DRK-Blutspendedienst West



ALEXIANER KREFELD GMBH | Dießemer Bruch 81 | 47805 Krefeld
Tel.: (02151) 334-0 | Fax: (02151) 334-3680 | info@alexianer-krefeld.de | www.alexianer-krefeld.de

ReGINerate

EIN ECHTER KREFELDER

Foto: ReGINerate



Zum 650. Geburtstag ihrer Heimatstadt Krefeld hat sich ReGINerate gemeinsam mit Feldsaaten Freudenberger und dem Benrader Obsthof zusammengetan, um einen eigenen limitierten Jubiläumsgin zu kreieren.

Die Idee: Es werden ausschließlich Zutaten aus Krefeld und von Krefelder Unternehmen verwendet, um einen echten Krefelder Gin zu machen.

Im Vorfeld wurden Krefelder on- und offline befragt, welche Zutaten sie sich wünschen, und hatten so die Möglichkeit, sich aktiv an der Entwicklung zu beteiligen. Zur Auswahl standen neun verschiedene Botanicals und Zutaten, von denen letztlich drei das Rennen gemacht haben.

„Eine spannende, aber auch dankbare Aufgabe, diese Zutaten in Harmonie zu bringen“, fasst Martin Kern, Kopf von ReGINerate, die Herausforderung zusammen. „Einen neuen Gin zu entwickeln, ist immer spannend, aber diesmal war es etwas ganz Besonderes. Normalerweise weiß man vorher, in welche Richtung es gehen soll und wählt die passenden Zutaten dafür. Hier war es genau anders herum: Die Zutaten standen fest und wir mussten daraus, einen schmackhaften Gin kreieren.“ Eine Aufgabe, der sich das Team von ReGINerate gerne angenommen hat.

Auch das Design ist natürlich entscheidend und so wurde ein befreundeter Grafiker damit beauftragt, der Spirituose ein passendes grafi-

sches Gesicht zu geben. Die Wahl fiel auf den Samtweber, aber anstatt der Tuchrolle trägt er nun eine Flasche Gin auf der Schulter.

Was ist drin?

Koriandersaat von Feldsaaten Freudenberger, Äpfel vom Benrader Obsthof, von ReGINerate angebaute Hopfen und natürlich Wacholder.

Wie schmeckt er?

Es ist ein fruchtiger Gin entstanden, der mit würzigen Noten und einem herben Abgang besticht. Ein schöner Tropfen, der jedem Botanical seine Bühne überlässt. Pur ist er mit seinen milden 40 % alc. Vol. sehr gut zu genießen. Als Gin Tonic mit einem mediterranen Tonic Water und einer Apfelizeste garniert ist er aber auch ein fantastischer Longdrink.

Wie kommt der Gin an?

„Die erste Resonanz auf dem Krefelder Weihnachtsmarkt war gigantisch und die ersten Flaschen ruckzuck vergriffen. Wir mussten schnell nachlegen, aber das war Gott sei Dank kein Problem! Wir haben noch genug Gin auf Lager“, lacht Kern.

Das ist auch gut so, denn den Gin wird es für Unternehmen und Vereine auf Wunsch auch wieder mit eigenem Logo geben.

ReGINerate
Fürstenbergstr. 10 // 47804 Krefeld
Telefon: 02151 - 44 67 89 4
www.reginerate.de

PREMIUM-DEPOTS ZU DISCOUNTER-PREISEN



Individuelle Fondsauswahl, Modellportfolios oder Vermögensverwaltung

Über den Neutralis Fondsshop haben Sie die Möglichkeit, zwischen drei Varianten und einer Liechtensteiner Versicherungslösung zu wählen. Natürlich können Sie auch mehrere Depots mit unterschiedlichen Zielen online eröffnen.

Je nach Lebensphase und Vermögen ist der Bedarf sehr unterschiedlich. Als zertifizierter Finanzplaner helfe ich Ihnen, Lösungen in allen Bereichen des Vermögensmanagements, Vermögensschutzes und Vermögensnachlasses zu erarbeiten.

ONLINE-DEPOTERÖFFNUNG IN NUR 10 MINUTEN!

Individuell, kinderleicht und transparent.
So muss Investment heute sein!

- ✓ Legitimation online
- ✓ Online-Dokumentation
- ✓ Onlinezugang zu Ihrem Depot
- ✓ Auch per App möglich
- ✓ Einfache Depotübertragungen nach der Depotöffnung möglich

Premium-Depots zu Discounter-Preisen

- ✓ Keine Ausgabeaufschläge oder Einstiegsentgelte
- ✓ Die Summe, die Sie einzahlen, wird investiert!
- ✓ Geringe Service-Gebühren



Dipl.-Betriebsw. (FH) Rolf Klein
European Financial Planer €FP
Camesstr. 59, 47807 Krefeld
Tel.: 02151-313148 // E-Mail: klein@proneutralis.de
Details unter: www.neutralis-fondsshop.de



Neutralis
Kapitalberatung

MG Personal Training | Athletic Training

FIT WIE EIN PROFI

Foto: Luis Nelsen



Marco Giorgio verfügt über 20 Jahre Erfahrung im Leistungssport. Sein Wissen gibt er heute an Profi- und Hobbysportler weiter.

Viele Berufstätige, die einen sportlichen Ausgleich zu ihrer Tätigkeit suchen, wünschen sich eine individuellere Betreuung als die, die in den großen Fitnessstempeln angeboten wird. Personal Trainer sind da sehr attraktiv, denn das persönliche Coaching durch einen ausgebildeten Fachmann hat viele Vorteile gegenüber einsam absolvierten Laufband-Kilometern und Push-ups. Besonders gilt das, wenn man einen Profi wie Marco Giorgio an seiner Seite weiß. Der 31-Jährige kann auf eine lange, erfolgreiche Karriere im Leistungssport zurückblicken und seinen Kunden eine Expertise anbieten, die in Krefeld und Umgebung einzigartig ist.

Das kleine, hochmodern ausgestattete Studio verbirgt sich hinter einer unscheinbaren Fassade im Herzen der Krefelder Innenstadt. Hier hat sich Marco vor zwei Jahren niedergelassen, mitten in der Pandemie. „Ich bin dieses Wagnis eingegangen, weil ich wusste, dass ich mit den Kunden, die ich bereits hatte, gut aufgestellt war“, erklärt er. Neben Berufstätigen, die etwas für ihre Fitness tun wol-

len, um nicht einzurosten, vertrauen ihm vor allem Profisportler wie die Feldhockeyspielerin Lynn Krings oder der Fechter Paul Veltrup, die athletische Bewegungsabläufe optimieren, Dysbalancen ausgleichen oder sich gezielt auf Wettkämpfe vorbereiten möchten. Neben dem sportwissenschaftlichen Fachwissen, das Marco in seiner Ausbildung als staatlich anerkannter Sport- und Fitnesskaufmann



Fotos: Calo Ballaera

Marcos Studio ist mit hochmodernem Hightech-Equipment ausgestattet.

Marco macht nicht nur Leistungssportler wie die Hockeyspielerin Lynn Krings (unten) fit, er bereitet auch Soldaten (oben) oder Polizisten auf Fortbildungen und Prüfungen vor.

sowie als lizenziertes Personal und Athletic Trainer erworben hat, kann er auch seine Wettkampferfahrung aus über 13 Jahren in der italienischen Kunstrad-Nationalmannschaft einbringen. „Mein Vater ist Italiener und so eröffnete sich für mich diese Chance“, erinnert er sich. Marco nahm an insgesamt zehn Welt- und sechs Europameisterschaften teil, gewann darüber hinaus zahlreiche internationale Wettbewerbe und hielt sich jahrelang in den oberen Rängen der UCI Weltrangliste, bis er seine aktive Laufbahn 2017 beendete. „Familie, Selbstständigkeit und Leistungssport gleichzeitig zu meistern, war mit dem Anspruch, den ich an mich stelle, nicht möglich“, erläutert er seine Entscheidung. Bereit hat er sie nie, zumal er den Kontakt zu seinem alten Sport immer noch hält: „Ich betreue die italienische Kunstrad-Nationalmannschaft weiterhin als Technik- und Athletik-Trainer. Derzeit bereite ich sie auf die Europameisterschaft, die World Cup Serie und die erste disziplinübergreifende Radsport-Weltmeisterschaft vor, die im Sommer in Glasgow stattfindet.“

Um seine besondere Befähigung nach außen zu kommunizieren, nahm er den Zusatz „Athletic Training“ mit in den Namen seiner Unternehmung: „Ich weiß einfach, wie Profisportler ticken, welche

Ziele und Ängste sie haben, was ihnen in der Wettkampfvorbereitung durch den Kopf geht. Zusammen mit den Kenntnissen, die ich in meiner Ausbildung erworben habe, kann ich ihnen optimale Unterstützung anbieten. Es wäre schade, wenn ich dieses sehr spezielle Wissen nicht weitergeben könnte.“ Aber natürlich profitieren von dieser Erfahrung auch Hobbysportler, die Marco in seinem Studio empfängt, für eine Trainingseinheit zu Hause besucht, im Bewegungspark im Stadtwald trifft oder via Online-Coaching begleitet, wenn sie unterwegs sind. „Ich lege großen Wert auf ein freundschaftliches Miteinander, auf Zuverlässigkeit, Vertraulichkeit und Flexibilität“, verspricht der Familienvater. „Ich möchte, dass meine Kunden ihre gesteckten Ziele erreichen – und Spaß auf dem Weg dahin haben.“

Am Anfang steht immer eine gründliche Anamnese, bei der Marco sich ein Bild von den individuellen Wünschen, der aktuellen Leistungsfähigkeit, den jeweiligen Lebensumständen, aber auch even-

Foto: Oliver Stoll



13 Jahre lang trat Marco bei Kunstradwettkämpfen für die italienische Nationalmannschaft an.

tuell bestehenden Einschränkungen macht. Auf dieser Grundlage wird ein Trainingsziel formuliert, aus dem sich dann der konkrete Trainingsplan sowie die Gestaltung der einzelnen Trainingseinheiten ergeben. „Bei mir gibt es keine vorgefassten Pläne, die ich aus der Schublade ziehe. Ich betrachte jeden Menschen individuell. Dazu gehört auch, dass ich immer seine jeweilige Tagesform und Stimmung berücksichtige. Ich erkenne sehr schnell, ob jemand gut drauf und entsprechend belastbar ist oder ob ich es nach einem anstrengenden Tag lieber etwas ruhiger angehen lasse.“ Außerdem macht Marco regelmäßig junge Leute fit, die eine Laufbahn bei der Polizei anstreben und sich auf die Einstellungsprüfung vorbereiten, oder aber aktive Soldaten und Polizisten, die eine Zusatzausbildung absolvieren möchten. So hat sich Marco einen Kundenstamm erarbeitet, der ihm bereits mehrere Jahre die Treue hält. „Das ist keineswegs selbstverständlich und zeigt mir, dass ich meine Sache ganz ordentlich mache“, schmunzelt er selbstbewusst, aber nicht überheblich.

Marco weiß sehr gut, was er kann, aber auch, wo zumindest derzeit noch seine Grenzen liegen. „Der Wettbewerb in der Sportstadt Krefeld ist groß und ich bin noch relativ frisch dabei, aber ich bin mir sicher, dass es hier einen Platz für mein Angebot gibt“, ist er überzeugt und fährt fort: „Krefeld ist eine absolute Sporthochburg mit



Foto: Calo Ballaera

Der Krefelder Fechter Paul Veltrup weiß: Er profitiert nicht nur von Marcos Fachwissen, sondern auch von seiner langjährigen Erfahrung in internationalen Wettbewerben.

vielen begeisterten Hobbysportlern und talentierten Athleten in den verschiedensten Sportarten. Ich möchte diesen Sportlern mein Wissen und meine Erfahrungen aus 22 Jahren Leistungssport weitergeben, ihnen zu einem bewussteren Körpergefühl verhelfen und sie zu größerer Leistung befähigen, sowohl im Sport wie auch im Alltag.“ Mit dieser Botschaft geht es für ihn zunächst vor allem darum, sich zu konsolidieren – und gleichzeitig bekannter zu werden, denn mit seinem eigenen Studio ist Marco längst noch nicht am Ende seines Weges angekommen. Er hat noch weitere Ambitionen. „Ich könnte mir durchaus vorstellen, einmal ein größeres Unternehmen zu führen und habe auch schon eine Idee. Die verrate ich aber noch nicht. Ich bin ja noch jung!“, zwinkert er. Man darf gespannt sein, denn Marco ist noch Einiges zuzutrauen. An der erforderlichen Begabung mangelt es ihm ganz sicher nicht. Und am Ehrgeiz schon gar nicht. //on

MG Personal Training | Athletic Training
Ostwall 123 // 47798 Krefeld // Telefon: 0162 - 2897628
mgptat.com

BETREUTES WOHNEN IN KREFELD

Ihr persönlicher Wohnraum

Das Betreute Wohnen ist die optimale Wohnform für Senioren, die autark leben möchten, jedoch auf einen gewissen Komfort und ein Höchstmaß an Sicherheit nicht verzichten möchten.

Leistungsangebot/Kapazität

Das **Betreute Wohnen Crefeld** bietet **36 Apartments** von **34 – 99 m²** und ein Gästezimmer.

- **Flexibler Wechsel in die Kurzzeit- oder Dauerpflege** in unserem Netzwerk
- **Inkl. Notrufsystem und Vermittlung von Ambulanten Pflegeleistungen** bei Bedarf
- **Ansprechpartner und Concierge-Service** für Ihr Wohlbefinden
- **Büroservice & Verwaltung** für Ihre Wünsche und Anliegen
- **Veranstaltungskalender**
- **Hobby- und Aktivitätenrunden**
- **Freizeit- und Gesellschaftsangebot**
- **Verpflegung:** Darüber hinaus bieten wir Ihnen ein umfangreiches Angebot für Frühstück, Mittagessen und Abendessen sowie viele weitere haushaltsnahe Dienstleistungen.

Gerne stehen wir Ihnen für ein persönliches Beratungsgespräch und eine Hausführung zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserer Einrichtung oder auf Ihren Anruf. Unsere Beratung ist für Sie kostenfrei und unverbindlich.

Regionalmanager Betreutes Wohnen Ronny Kockel:
rk@comunita-seniorenhaeuser.de | Mobil: 0 173 9458059

Comunita Betreutes Wohnen Crefeld
Moerser Straße 1-3 | 47799 Krefeld
Tel.: 02151/78 19-100 | Fax: 02151/78 19-599
www.comunita-seniorenhaeuser.de



**Offener
Besichtigungstag
am Freitag 24. Feb. 23
von 11:00 bis 17:00 Uhr!**

**Nur noch wenige
Wohnungen frei !!!**

**Wir laden Sie
herzlichst zu
einem Stück Kuchen
und einer
Tasse Kaffee ein!**

*Wo das Herz wohnt,
sind wir zuhause.*



**Comunita
Seniorenhaus Crefeld**





Foto: Simon Erath

Chefarzt Dr. Jan Dreher, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie.

Klinik Königshof

GUTE VORSÄTZE FÜRS NEUE JAHR

Ich möchte zehn Kilogramm abnehmen, ich will kündigen und einen neuen Job finden oder sogar eine Weltreise machen. Solche guten Vorsätze für das neue Jahr fassen wir nicht selten in der Silvesternacht. Doch bringen uns diese Wünsche auch wirklich zu unserem Ziel?

Wichtig ist es vor allem, Handlungen anstatt Ziele zu formulieren, denn konkrete Handlungsweisen können wir einfacher umsetzen. Anstatt uns vorzunehmen, zehn Kilogramm abzunehmen, könnte ich beispielsweise den Plan fassen, zu jeder Mahlzeit Gemüse zu essen und einmal in der Woche zum Sport zu gehen. Die Änderungen dieser kleinen Gewohnheiten sind meist die besten Ansatzpunkte, um unsere großen Wünsche und Ziele wahr werden zu lassen. Viele kleine Schritte in die richtige Richtung addieren sich und lassen uns am Ende unser großes Ziel erreichen.

Genauso wichtig ist aber auch, einen kleinen Rückschritt nicht gleich als Grund zur Aufgabe zu nehmen. Nur weil ich es mal eine Woche nicht zum Sport geschafft oder am Wochenende Fast Food gegessen habe, muss ich nicht mein ganzes Ziel infrage stellen. Vielmehr geht es darum, auch kleine Niederlagen zu akzeptieren. Alle Menschen, die große Erfolge in ihrem Leben gefeiert haben, wissen, dass Niederlagen

dazugehören. Genau dann gilt es, nicht die Flinte ins Korn zu werfen, sondern weiterzumachen. Eine Niederlage hat nichts mit Willensschwäche zu tun, sondern gehört zum Leben dazu. Manchmal sind es auch außenstehende Situationen, die wir gar nicht beeinflussen können, die uns das Leben im wahrsten Sinne des Wortes schwer machen. Wenn wir zum Beispiel gerade an verschiedenen Punkten in unserem Leben kämpfen, können wir nicht immer noch ein neues Projekt oben drauf packen. Stattdessen dürfen wir uns dann auch mal erlauben, unsere Ressourcen in anderen Projekten einzusetzen.

Als besonderen Ansporn können wir unsere neuen Handlungsweisen auch mit anderen Menschen besprechen. Möchte ich mit dem Rauchen aufhören, könnte ich das zum Beispiel meinen Mitmenschen mitteilen. Aber auch für das Ziel, mehr Sport zu treiben, könnte ich mir einen Verbündeten suchen, der mich motiviert, wenn mein innerer Schweinehund zu groß ist.

Übrigens: Wer glaubt, es macht nur Sinn, Ziele am Jahresende zu fassen und dann gleich am besten für ein ganzes Jahr, der irrt. Der Zeitraum von einem Jahr ist viel zu lang für das realistische Setzen und Einhalten von menschlichen Vorsätzen. Viel mehr eignen sich vier bis acht Wochen. Daher ist es auch gar nicht schlimm, wenn Sie sich noch keine neuen Handlungsweisen für 2023 überlegt haben, denn Sie können auch jetzt noch damit starten. Überlegen Sie sich, welchen kleinen Schritt Sie gern ändern möchten, und versuchen Sie genau das in den nächsten sieben Wochen umzusetzen. Danach pausieren Sie eine Woche und starten danach mit einer neuen Handlung.

Viel Erfolg dabei wünscht Ihnen
Ihr Jan Dreher

Klinik Königshof // Am Dreifaltigkeitskloster 16 // 47807 Krefeld
Telefon: 02151 - 8233 00 - Für Notfälle: 02151 - 8233-6032
www.klinik-koenigshof-krefeld.de



UNTERSTÜTZUNG FÜR UNTERNEHMEN!

— Du steckst fest, willst dich verändern oder skalieren?

— Dir fehlt Kompetenz oder Kapital?

— Du brauchst einen geeigneten Nachfolger
oder strategische Hilfe?

Telefon: 02151 - 6588399 / E-Mail: info@kr-beteiligung.de

www.kr-beteiligung.de



**DANN
MELDE DICH
BEI UNS!**



KR Beteiligungsgesellschaft

GmbH & Co. KG

Porsche Zentrum Willich

Starke Alternativen zu Neuwagen

Fotos: Luis Nelsen



Richard Krause kann man keine Katze im Sack verkaufen: Er verfügt über 34 Jahre Erfahrung im Gebrauchtwagenhandel.

Die Nachmittagssonne streicht an einem Januartag sanft über die schicken Sportwagen. Kraft, Dynamik und das Gefühl von Freiheit gehen von den ausgestellten Porsche Fahrzeugen der Baureihe 911 aus. So auch hier, im Porsche Zentrum Willich, wo mit ihnen die Grenze zwischen Neuheit und Bewährtem schwimmt. Nur das Kennzeichen verrät etwas über die Vorgeschichte der schnittigen Zweisitzer. „Porsche Approved“ liest man auf den Schildern. Das Gütesiegel im Reich des geliebten deutschen Sportwagen Herstellers. Was äußerlich wie ein Neuwagen aussieht, ist in Wahrheit ein zugekaufter Gebraucher, der den höchsten Ansprüchen der Weltmarke genügt.

Wer seinen Porsche für einen attraktiven Preis zum Ankauf anbieten möchte, ist hier an der richtigen Adresse. Nie war ein gebrauchter Porsche so wertvoll wie heute. Darauf können sich die Kunden verlassen. Richard Krause ist als Einkäufer ein angesehener Fachmann weit über die Stadtgrenzen hinaus und handhabt das erfolgreiche Geschäftsmodell. Das 57 Jahre alte Krefelder Urgestein ist prädestiniert für diese Art des Handels, bringt er doch über 34 Jahre Berufserfahrung im Gebrauchtwagensektor mit. Eine Katze im Sack kann man ihm nicht andrehen. Sein geschultes Auge und seine Fachkenntnis machen ihn zur besten Besetzung für diesen Job im Porsche Zentrum Willich. Der Familienvater aus Fischeln durchforstet die Internetbörsen. Standzeitenüberwachung gehört genauso zu seinen Arbeitsfeldern wie die Einpreisungen und die Marktbeobachtung ganz Deutschlands. „Die Welt wandelt sich. Alles kann sich auf den Automarkt auswirken, im positiven wie negativen Sinne“, erzählt Richard Krause an seinem Schreibtisch im Porsche Zentrum Willich. Zwei Kinder hat der Porsche-Experte. Seine Tochter hat die Affinität des Vaters zum Automobil längst übernommen und arbeitet heute auch tatkräftig mit im Familienunternehmen

an der Jakob-Kaiser-Straße. Krause denkt im Gespräch gerne zurück an seine Jugendjahre, als er mit Vorliebe an Autos bastelte, begeistert von der Technik. „Die Neugier war immer schon da“, sagt er über sein Herzensthema und die große Faszination, die ihn immer wieder motiviert. Über einen privaten Autokauf kam er einst eher zufällig in die Branche. Man warb den gelernten Großhandelskaufmann Krause an. So ging es los. Als Verkäufer bei der Tölke & Fischer-Gruppe stieg er 1989 ein, von 1998 bis 2013 war er Verkaufsleiter im Audi Zentrum Krefeld. Nach der Leitung im Audi Zentrum verantwortete er bis 2020 das Großkundengeschäft der Tölke & Fischer Gruppe, bevor er dann weiter zu Porsche nach Willich ging, das ebenfalls zur Tölke & Fischer-Familie gehört. Immer schon lag das weite Gebiet der Neu- und Gebrauchtwagen in seinem Fokus.

Mit dem umfangreichen 111-Punkte-Check vor dem Ankauf steht Porsche für die höchste Qualität bei Automobilen. Sämtliche Technik und Optik wird an den Gebrauchtwagen überprüft, ehe sie übernommen werden und sie das Gütesiegel „Porsche Approved“ erhalten – und das



Mit einem 111-Punkte-Check stellt Porsche jeden Gebrauchtwagen auf den Prüfstand.



Erfahrung, Sachverstand und Augenmaß zeichnen Krause aus: Ihm bleibt kein Mangel verborgen.

Fahrzeug somit als attraktive Alternative zu einem Neuwagen auf den Markt kommt. „Wir verkaufen nur Fahrzeuge, die unseren höchsten Ansprüchen entsprechen. Nur Porsche-Händler können dieses Siegel anbieten“, erzählt der Einkäufer Krause, der sich an seinen Arbeitstagen auch mal selbst vor Ort ein Bild beim Verkäufer macht und herausfährt. Auch Bildmaterial studiert er, dazu sammelt er schon am Telefon wichtige Eindrücke des Gegenübers. Keine versteckten Lackschäden, keine Steinschläge, keine alten Reifen. Krause redet den Verkäufern ins Gewissen: Alle Karten sollen auf den Tisch. Tauchen später noch versteckte Mängel auf, hat das Nachverhandlungen und Preissenkung zur Folge. „Die Kunden werden nicht enttäuscht“, kann Krause beruhigen. „Wir bieten die lückenlose Historie der Fahrzeuge an. Wir achten auf eine lückenlose Porsche-Händler-Wartung.“ Das seriöse, fachkundige Auftreten macht den Konzern und das Autohaus in Willich aus.

Krause hat Höhen und Tiefen der Autoindustrie in den zurückliegenden 34 Jahren miterlebt. Auch die Pandemie mit ihren Zwangsschließungen war ein Einschnitt. Mit dem Geschäftsmodell des Ankaufs vergrößert das Porsche Zentrum Willich sein Angebot und präsentiert somit weitere attraktive Alternativen zu Neuwagen. „Das Modell ist erfolgreich“, sagt Richard Krause, der überzeugt ist und die gute Resonanz beim Absatz sieht: „Dieses Geschäft wird bleiben.“ Die Nachfrage an leistungsstarken, schicken und einwandfreien Porsche-Fahrzeugen ist wieder deutlich gestiegen.

Das Familienunternehmen, welches bereits seit 1950 den Porsche-Händlervertrag hat, sitzt seit 32 Jahren in Willich und ist mit seinen 53 Mitarbeitern und jeweils über 300 Neu- und Gebrauchtwagen in der Vergangenheit schon räumlich expandiert. Vier Mal in Folge gewann das Haus zuletzt den Porsche Deutschland Marketing Award. Ein weiteres Gütesiegel für die Autoliebhaber. Das Team arbeitet eng zusammen und lebt ein gutes Miteinander. „Das merkt der Kunde auch“, spricht Richard Krause über die gute Bindung zur Käuferschaft, die die vertrauensvolle Arbeit schließlich mitbarer Münze zurückzahlt. Eine gegenseitige Wertschätzung unter dem Porsche Emblem. Der Sinn für höchste Qualität wird hier eben nicht nur propagiert, sondern auch täglich umgesetzt. Bei Richard Krause geht es los. Welches Auto seine strenge Prüfung besteht, kann getrost als wertvolle Alternative zum Neuwagen verstanden werden, die sich wirklich lohnt. //al

Porsche Zentrum Willich

Tölke & Fischer Sportwagen GmbH & Co. KG

Jakob-Kaiser-Str.1 // 47877 Willich

Gebrauchtwageneinkauf: Richard Krause

Telefon: 02154 - 9189-0 // Mobil: 0173 - 5198637

E-Mail: richard.krause@toefi.de

Die Kleinsten e. V.

KITA IN NOT!



Fotos: Luis Neisen

Die KiTa Die Kleinsten e. V. im Stadtteil Moers-Repelen sucht dringend neue Räumlichkeiten. Nach 29 Jahren flatterte dem Verein Anfang Januar völlig überraschend die Kündigung des Vermieters ins Haus. Wenn bis zum 31. März keine neue Unterkunft gefunden wird, sind nicht nur die 17 Kinder unter 3 Jahren ohne Betreuungsplatz, sondern auch sieben festangestellte Betreuerinnen ohne Arbeit.

„Wir sind auf dringende Hilfe aus Moers angewiesen. Wir benötigen eine räumliche Übergangslösung, damit wir etwas Zeit gewinnen“, fasst die pädagogische Leiterin Dagmar Anton ihre Hoffnung in Worte. Denn innerhalb von knapp drei Monaten geeignete Räumlichkeiten zu finden und diese den Anforderungen der Kleinkinderbetreuung anzupassen, ist für die Mitglieder des ehrenamtlich betriebenen Vereins – die Eltern der hier betreuten Kleinen – unmöglich. Die Kleinsten selbst bekommen von all den Sorgen der Großen zum Glück nichts mit. Die Erzieherinnen versuchen sich nichts anmerken zu lassen, egal, ob sie wie Dagmar Anton oder Anke Paulsen seit Anfang an mit dabei sind oder hier gerade

ihre Ausbildung absolvieren, wie Nikola Höfken. Natürlich haben sie alle auch ein berechtigtes eigenes Interesse am Fortbestand des Vereins, aber darüber spricht niemand. Es geht Ihnen vor allem darum, dieses kleine Idyll zu bewahren, zu dem sie alle jeden Tag ihren Teil beitragen – und das längst auch ihre Heimat geworden ist.

Jede Art von Hilfe ist der KiTa herzlich willkommen, Handwerker, die Kapazitäten für kommende Baumaßnahmen haben, ebenso wie tatkräftige Hilfe beim Umzug. Jeder, der Ideen hat oder mit anpacken kann, sowie Eigentümer, die dem Verein kurzfristig ein Grundstück oder Räumlichkeiten in Moers zur Verfügung stellen können, wenden sich gerne an:

KiTa Elterninitiative Die Kleinsten e.V.
An der Schneckull 23-29 // 47445 Moers
Telefon: 02841 - 769390 // Email: diekleinsten@web.de
www.diekleinsten-moers.de



IHR ZERTIFIZIERTER BETRIEB IN SACHEN ELEKTROMOBILITÄT

An der Elfrather Mühle 91 | 47802 Krefeld | Tel.: 02151 473700 | www.elektro-hucken.de





PRIVATKLINIK DUISBURG

Das Leben wieder stärken

Private Tagesklinik für
Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie

T. 0203 348 68 310

info@privatklinik-duisburg.de
privatklinik-duisburg.de

Indikationen

- Depressive Erkrankungen
- Angst- und Panikstörungen
- Anpassungsstörungen
- Stressfolgeerkrankungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- somatoforme (Schmerz-) Störungen
- Psychische Folgen körperlicher Erkrankungen (z. B. Long Covid-Syndrom)

Lassen Sie sich von uns beraten.



Lebensluft für Lebenslust

Ein Pionierprojekt sucht Mitstreiter

Fotos: Luis Nelsen

Als Erika Vercoulen erstes Leben endet, liegt sie im Krankenwagen. Die an COPD erkrankte 71-Jährige bekommt von alledem nichts mit. Weder von der Fahrt unter Blaulicht, dem künstlichen Koma auf der Intensivstation noch vom Luftröhrenschnitt und der externen Beatmung. Jeden Tag werden hunderte Menschen auf den Intensivstationen der Bundesrepublik aus ganz unterschiedlichen Gründen durch eine Kanüle beatmet. Immer dann, wenn der Erhalt des Lebens ohne diese Maßnahme nicht garantiert werden kann. Je länger Menschen in diesem Zustand verweilen, desto größer ist die Herausforderung, sie wieder der selbstständigen Atmung zuzuführen. Reguläre Weaning-Stationen (Weaning = Entwöhnung) leisten dabei fast überall gute Arbeit, sind aber aufgrund verschiedener Faktoren in ihren Mitteln begrenzt. Damit aber so viele Menschen wie möglich wieder zur Selbstatmung zurückgelangen, hat das Helios Klinikum Krefeld die Station „Lebensluft“ geschaffen, in der zehn Fachbereiche ihre Expertise zum Wohle der Patienten bündeln und so Pionierarbeit leisten. Für Erika Vercoulen war diese Station ein Geschenk des Himmels.

„Tatsächlich habe ich erst hier mein Bewusstsein wirklich wiedererlangt“, beginnt die Krefelderin zu erzählen, „über die Etappen davor musste ich mir von meiner Familie berichten lassen. Ich habe zwar offenbar schon davor mit meinen Angehörigen kommuniziert, aber daran kann ich mich beim besten Willen nicht erinnern.“ Geschichten wie diese sind nicht neu für die examinierte Altenpflegerin Denise Laws und den Anästhesie-Intensivpfleger Stefan Dominik. „Ein Delir schleicht sich langsam aus. Oft sind die Patienten geschockt, wie viele Tage und Wochen vergangen sind, seit ihre Erinnerung aussetzte“, so Dominik über die Frühphase des Stationsaufenthalts. Kommt ein Patient vom Weaning zur Lebensluft, wird er zunächst ausführlich untersucht. Dann wird der Status quo erhoben und der Plan gefasst, mit welchen Methoden und Übungen er Stück für Stück der Selbstatmung zugeführt werden kann. Während Pneumologen dabei die medizinische Verantwortung tragen, kümmert sich ein Team aus Gesundheits- und Krankenpflegern, Altenpflegern,

Atmungstherapeuten, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Wundmanagern, Stomaberatern und Diabetologen um die vielen kleinen Stellschrauben, an denen gedreht werden muss, damit ein Patient wieder richtig atmen kann. Bis zu sechs Monate können dabei vergehen.

„Am Anfang machen wir kleine Schritte“, berichtet Denise Laws. „Bei Menschen, die über Wochen nahezu bewegungsunfähig an Bett gefesselt waren, sind die Muskeln stark degeneriert. Oft gilt es also, zunächst einmal das Setzen auf die Bettkante zu üben, Arme und Beine zu bewegen, um danach langsam die ersten Schritte zu gehen.“ Während so an Muskeln und Motorik gefeilt wird, richten andere ihren Fokus auf die Atem- und Schlucktechnik. „Das, was gesunde Menschen reflexartig machen, müssen unsere Patienten wieder bewusst erlernen“, so Dominik weiter. „Geduld, Einfühlungsvermögen und eine gesunde Portion charmante Hartnäckigkeit sind



„Menschen von der Bettlägerigkeit wieder hin zu einem selbstbestimmten Leben zu führen, ist derart bereichernd und erfüllend, das ich es mit Worten kaum beschreiben kann.“

„Dieser Augenblick, in dem die Menschen wieder selbstständig atmen und dann für Alltag trainiert werden können, hat etwas Magisches, das man nirgendwo anders so erleben kann.“

Es ist nicht zuletzt die enge Verbindung zwischen Patienten und dem Pflorgeteam der Lebensluft, die Stefan Dominik an seiner Arbeit so schätzt.

hier die Zauberwörter.“ All das erinnert Erica Vercoulen nur zu gut: „Ja, es war hart und manchmal fällt es einem schwer, aber die Menschen hier sind so nett, engagiert und motivierend, dass man die Übungen zwar natürlich in erster Linie für sich macht, aber auch zu einem großen Teil für die Freude und Anerkennung der Pfleger.“ Die Nähe zwischen Pflegern und Patienten könnte hier größer kaum sein, aber genau das sei ein Teil der Erfolgsgeschichte der Station, die rund 60 Prozent ihrer Patienten als Selbstatmer oder unterstützte Selbstatmer entlässt, sagen Laws und Dominik unisono.

Für Denise Laws und Stefan Domnik ist der Wechsel zur Lebensluft die goldene Karriere-Entscheidung gewesen. „Als Anästhesie-Intensivpfleger hatte ich stets mit schlafenden Menschen zu tun. Natürlich hatte diese Tätigkeit ihren Wert und ich fand Gefallen daran, aber das, was ich hier erlebe, steht in keinem Verhältnis dazu. Menschen von der Bettlägerigkeit wieder hin zu einem selbstbestimmten Leben zu führen, ist derart bereichernd und erfüllend, dass ich es mit Worten kaum beschreiben kann. Für uns ist jeder Patient wie ein einzelnes Projekt, bei dem wir mitfiebern und jeden kleinen Fortschritt mit den Patienten zelebrieren“, erzählt Stefan mit leuchtenden Augen und Laws ergänzt: „Es ist einerseits die enge Verbindung zu den Patienten, andererseits aber auch die Qualität unserer Arbeit, die mich hier so begeistert. Mit wie viel Sachverstand alle Teammitglieder zusammenarbeiten, bis wir endlich den großen Moment erleben, in dem die Kanüle gezogen wird, ist unglaublich. Dieser Augenblick, in dem die Menschen wieder selbstständig atmen und dann für den Alltag trainiert werden können, hat etwas Magisches, das man nirgendwo anders so erleben kann. Klar mochte ich die Altenpflege, aber das hier ist so viel spannender.“

Erika Vercoulen ist heute noch den Tränen nah, wenn sie an ihren magischen Moment denkt: „Der Arzt hat mich damals hinters Licht

geführt. Er sagte, er würde bis Drei zählen und dann die Kanüle entfernen. Aber er machte es wie bei einem Pflaster ganz plötzlich und siehe da: ich konnte atmen. Ich war so erleichtert, die blöde Tröte endlich los zu sein.“ Der Grundstein für ihr zweites Leben war damit gelegt, aber das Ende der Therapie noch nicht erreicht. Denn auch nach der Rückführung zur Selbstatmung wartet Arbeit mit den Physiotherapeuten, die sicherstellen, dass die Patienten fit genug sind, um den Herausforderungen des heimischen Alltags zu trotzen. Für das gesamte Team der Lebensluft sind die Anerkennung und die Dankbarkeit ihrer „Projekte“ der größte Lohn und sie könnten mit ihrer glühenden Leidenschaft nicht besser für die Arbeit werben, für die es immer wieder neue Mitstreiter braucht, die dem Beispiel von Denise Laws' und Stefan Domnik folgen. Beide haben hier ihre Bestimmung gefunden. Und Erika Vercoulen ein neues Leben. //dk

Open House für potenzielle Kolleg:innen!

Für Intensiv-, Gesundheits- und Kranken- sowie Altenpflegekräfte, die sich mit dem Gedanken tragen, in ihrem Berufsleben eine neue Richtung einzuschlagen, öffnet die Station Lebensluft am Donnerstag, 2. März, zwischen 14 und 18 Uhr ihre Pforten. Interessierte können in diesem Zeitraum einfach ohne vorherige Anmeldung hereinschauen und buchstäblich Lebensluft schnuppern. Helios Klinikum Krefeld, Lutherplatz 40, Haus 6, 3. Etage.

**Helios Klinikum Krefeld
Lutherplatz 40 // 47805 Krefeld
Telefon: 02151/32-0 // info.krefeld@helios-gesundheit.de**

Foto: Boris Breuer



Meyer Konzerte

Luke Mockridge: Trippy

Nach dem erfolgreichen Abschluss seiner vergangenen Live-Tournee mit über 600.000 Zuschauern zieht es Luke Mockridge 2023 mit seinem neuen Programm „Trippy“ wieder zurück auf die Bühne. Am 18. Mai gastiert er in der Krefelder YAYLA Arena.

Luke Mockridge hat schon länger den Eindruck, wir leben in einem Film. Ein Film, der krasser ist als jeder Film, den wir jemals geguckt haben. Hat die Realität die Fiktion längst eingeholt? Clowns werden zu Präsidenten, Präsidenten werden zu Clowns und wir sind irgendwo mittendrin, ohne zu wissen, ob wir über all das noch lachen dürfen. Luke ist klar: Wir dürfen, sollten und müssen lachen. Über alles, jeden, laut, zu jeder Zeit und jetzt erst recht! Voller zurückgewonnener Zuversicht macht sich Deutschlands erfolgreichster Comedian ans Werk: Allen Absurditäten unserer Zeit begegnet er mit bedingungslosem Optimismus, einem Haufen Instrumente und einer Unbeschwertheit, die nur ein 90s Kid haben kann. Auf die Zuschauer wartet ein Abend voller Nostalgie. So nahbar, dass sich jeder wiederfindet, so künstlerisch, dass sich auch Aktivisten dran festkleben werden. Alles trippy! Wissen wir überhaupt noch, wer wir sind? Weiß es unser Algorithmus besser? Ist die Welt wirklich so schlecht, wie sie uns immer verkauft wird? Blaue oder rote Pille? Kommt vorbei... denn es wird trippy! Karten unter meyer-konzerte.de

Do, 18.05.2023, 20 Uhr
YAYLA Arena // Westparkstr. 111 // 47803 Krefeld



Ideencenter Lemmen Fenster + Türen

Glockenspitz 109-111 • 47800 Krefeld
 E-Mail: fensterbau@lemmen.de
 Telefon: +49-(0) 2151/54 29 79



Eine neue Haustür? – Wir machen das!

Gayko Haustüren bieten höchste Qualität, geprüfte u. zertifizierte Sicherheit für Ihr Zuhause. Denn „Made in Germany“ gibt es seit 40 Jahren. Also Erfahrung pur ...

Sparen Sie jetzt doppelt:

Unsere derzeitige Aktion Plus sichert Ihnen eine Ersparnis bis zu **1.000,00€** ✓

Hinzu kommt der staatliche Zuschuss auf den Austausch der Haustüren bis zu **20%** ✓

Überzeugen sie sich von unseren Leistungen. Vereinbaren Sie heute noch Ihren persönlichen Beratungstermin.

www.lemmen.de



Egal ob Wohn- oder Gewerbeimmobilien - wir helfen Ihnen gerne

Engel&Völkers zählt seit mehr als 40 Jahren zu den führenden Dienstleistungsunternehmen für die Vermittlung von Wohn-, Gewerbe, und Anlageimmobilien. Unser globales Netzwerk und die lokale Marktkenntnis unserer Experten vor Ort bilden das Fundament unseres Erfolgs.

Kompetenz, Exklusivität und Leidenschaft zeichnen und ebenso aus wie unser umfassender Service – von der individuellen Erstberatung bis zum erfolgreichen Vertragsabschluss.

Egal, ob Sie auf der Suche nach einer Wohn-, Gewerbe- oder Anlageimmobilie sind, oder über den Verkauf Ihrer Immobilie nachdenken, wir begleiten Sie gerne beim erfolgreichen An- bzw. Verkauf Ihrer Immobilie als Ihr zuverlässiger Partner.

Wohnimmobilien:

Engel & Völkers Krefeld
EuV Niederrhein Immobilien GmbH
Uerdinger Str. 577 · 47800 Krefeld
Telefon +49-(0)2151-78 29 60
Krefeld@engelvoelkers.com
www.engelvoelkers.com/krefeld



Gewerbe- und Anlageimmobilien:

Engel & Völkers Commercial Krefeld
EVC Rheinland GmbH
Petersstraße 137 · 47798 Krefeld
Telefon +49-(0)2151-38 82 26 0
Krefeldcommercial@engelvoelkers.com
www.engelvoelkers.com/krefeldcommercial




ENGEL & VÖLKERS

ENGEL & VÖLKERS
COMMERCIAL

fassago

DIE EVOLUTION DER FASSADENREINIGUNG

Fotos: Luis Nelsen



Mit fassagos neuer Granatpuder-Reinigung werden auch Klinker- und Backsteinfassaden wieder sauber – und selbst Graffitis stellen kein Problem mehr da.

Peter Hellings blickt auf drei turbulente Jahre zurück: Eigentlich wollte er während der Pandemie nur die Straßenfront seines Uerdinger Wohnhauses streichen lassen. Das kleine Projekt entwickelte jedoch eine ganz eigene Dynamik und nur wenige Monate später ging Hellings schließlich mit seinem Unternehmen fassago unter die Fassadenreiniger. Nach Aufbau und Konsolidierung macht er nun den nächsten Schritt – und erweitert sein Leistungsspektrum erheblich.

Am heutigen Tage haben ihm Temperaturen um den Gefrierpunkt einen Strich durch den eigentlich gut gefüllten Terminplan gemacht, und so hat Hellings Zeit, zurück-, vor allem aber nach vorn zu blicken. „Bedarf und Interesse an unserer Dienstleistung sind nach wie vor riesig“, so berichtet er, „denn verschmutzte Hausfassaden sind in unseren von Straßenverkehr und Schmuttelwetter geprägten Breiten allgegenwärtig.“ Die Herausforderung bestand in den vergangenen Jahren somit weniger darin, Algen oder Feinstaub und Ruß von Hauswänden abzuwaschen, als vielmehr darin, Menschen von der preisgünstigen, aber mindestens ebenso wirksamen Alternative zum teuren und aufwändigen Neuanstrich in Kenntnis zu setzen. Die kostenlosen Probeflächenreinigungen, zu denen das fassago-Team im eigens angeschafften Transporter mit integrierter Wasseraufbereitungsanlage bei Hausbesitzern anrückte, waren absolute Türöffner. „Der Trick besteht in der Kombination aus geringem Druck, Wassermenge und natürlich dem zugesetzten Reinigungsmittel“, gestattet er den kurzen Blick in den Werk-

zeugkasten. Und dieses Fachwissen hilft in Verbindung mit dem passenden Equipment dabei, grün, rot oder dunkelgrau verfärbte Hauswände aus WDVS (Wärmedämm-Verbundsystem), gestrichenem Klinker, Metall, Beton oder Kunststoff plötzlich in neuem Glanz erstrahlen zu lassen.

„Das bisher von uns angewendete Verfahren eignet sich hervorragend, um die Spuren äußerer Einfüsse von Wetter und Verkehr an gängigen Hausfassaden zu tilgen“, weiß Hellings. „Aber ihm sind auch Grenzen gesetzt.“ Bei Häusern mit Fassaden aus Brandsteinen oder ungestrichenen Klinkern, an deren Wänden sich der Feinstaub seit Jahrzehnten angesammelt hat oder sich Schmierer mit Spraydosen ausgetobt haben, musste der Unternehmer regelmäßig schweren Herzens abwinken, obwohl die Nachfrage auch hier sehr groß war.



Peter Hellings freut sich darauf, Krefelder Immobilienbesitzern künftig einen noch umfassenderen Service anbieten zu können.



Algen und Ruß bekämpft fassago nach wie vor mit langen Teleskopplanzen und sanfter Spülung.

Eine Erweiterung des fassago-Portfolios musste her – und wurde schließlich gefunden. Das Wundermittel ist ein je nach Anwendungsbereich feiner oder gröber gekörntes Granatpuder, mit dem nahezu jede Verschmutzung mühelos abgetragen wird. Was zunächst sehr einfach klingt, bedarf jedoch eines sensiblen Feintunings. „Es kommt auf das Zusammenspiel der einzelnen Faktoren an. Wie hoch ist der Luftdruck, welche Körnung hat das Strahlmittel, wie viel Wasser gebe ich zu? Je nachdem, welches Reinigungsergebnis ich erzielen möchte und welches Material ich bearbeite, muss ich diese Kombination individuell verändern“, gibt Hellings einen Einblick in die Herausforderungen seines Handwerks. Mit dem neuen Verfahren kann er künftig nicht nur grobe Verschmutzungen und Schmierereien von Klinker-, Putz- und Sandsteinfassaden absolut schonend entfernen, auch Kunststoff- und GFK-Oberflächen sowie Beton oder Holz lassen sich damit reinigen, ohne das Material zu beschädigen. Ein weiterer Vorteil für die Kunden: Da das Strahlmittel feucht aufgetragen wird, gibt es keine lästige Staubbildung. „Wir fegen das feuchte Puder am Ende auf und verlassen unseren Arbeitsplatz besenrein“, verspricht der Experte. „Und natürlich gelangen auch keine schädlichen Stoffe in die Luft oder ins Grundwasser. Das Puder ist absolut umweltfreundlich.“

Hellings war von den Möglichkeiten so überzeugt, dass er für die neue Reinigungsmethode in einen Trailer investiert hat. Auf diesem ist nicht nur das komplette Equipment installiert, es ermöglicht auch ein völlig autarkes Arbeiten. „Wir freuen uns wirklich sehr darauf, den Kunden in Krefeld und Umgebung ein noch deutlich breiteres Leistungsspektrum anbieten zu können“, gesteht er voller Tatendrang. Wie zum Start seines Unternehmens wird er aber nicht umhin kommen, noch ein wenig die Werbetrommel zu rühren. „Diese Reinigungsmethode ist bislang fast ausschließlich ein Thema für Gewerbekunden gewesen“, sagt er, „dabei schlummert im Privatkundenbereich ein großes Potenzial. Das möchte ich mit meinem Team heben!“ Verdrehte und beschmierte Häuserwände haben ab sofort einen noch stärkeren Gegner – fassago. //on

Jetzt informieren!
Telefon: 02151 – 327 2000 // E-Mail: info@fassago.de
www.fassago.de

Holz-Michel und MS-Seiltechnik

Auch die größten Spieler haben klein angefangen



Das Vereinsleben hat bereits in der Pandemie stark gelitten. Nun, wo gemeinsame Aktivitäten wieder möglich sind, machen vor allem den kleinen Vereinen die gestiegenen Energiekosten zu schaffen. Für Michael Stöcker von MS-Seiltechnik und Michael Sell, den ‚Holz-Michel‘, war es deshalb ein besonderes Anliegen, mit ihrem Sponsoring an der Basis Hilfe zu leisten. „Das Vereinsleben muss weitergehen, die Gesellschaft braucht dieses Engagement“, betont Stöcker und Sell fügt hinzu: „Es war uns wichtig, etwas für die

nächste Generation zu tun.“ Und so kann sich in diesem Jahr die U9 der Young Tigers Moers, der Jugendverein des GSC Moers e.V., über neue Trainingsanzüge und Jacken aus den Händen der beiden Unternehmer freuen. Bei den Young Tigers können alle, die Lust auf Eishockey haben, den Schritt aufs Eis wagen. Christian Kamps, Trainer der Nachwuchsmannschaften U7-9, weiß den Einsatz zu schätzen: „Besonders im Breitensport zählt jeder Euro. Und wir suchen immer Kinder ab sechs Jahren, die Eishockey spielen wollen!“

<p>[Meyer-Konzerte] Gefördert durch die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien. NEU START KULTUR DTHG Die Beauftragte der Bundesregierung für Kultur und Medien</p>	
<p>Ralf Schmitz SCHMITZFREI</p> <p>18.03.23 YAYLA-Arena Krefeld</p>	<p>LUKE MOCKRIDGE TRIPPY TOUR 2023</p> <p>18.05.23 YAYLA-Arena Krefeld</p>
<p>Eure Mütter COMEDY</p> <p>„BITTE NICHT AM LUMPI SAUGEN!“</p> <p>22.04.23 Seidenweberhaus Krefeld</p>	<p>MARCO GIANNI LIVE TOUR 2023</p> <p>25.05.23 Kulturfabrik Krefeld</p>
<p>JÜRGEN B. HAUSMANN DAS JUBILÄUMSPROGRAMM Jung, wat biste groß geworden!</p> <p>13.05.23 Seidenweberhaus Krefeld</p>	<p>OSAN YARAN GUT, DASS DU FRAGST! LIVE</p> <p>01.10.23 Kulturfabrik Krefeld</p>
<p>Tickets & Infos: 02405-40 860 www.meyer-konzerte.de</p>	

DAS DERBY DES JAHRES

HSG KREFELD NIEDERRHEIN VS. TV ALDEKERK 07

GEMEINSAM FÜR DEN HANDBALL IN DER REGION

25.02.2023
20.00 UHR
YAYLA ARENA KREFELD

Tickets und weitere Infos unter:
www.HSG-KREFELD-NIEDERRHEIN.de

--	--	--	--

Die Provinzgiganten präsentieren

Music Made in Krefeldmeets orchestra



Hier trifft die Kraft und Melancholie der Niederrheinischen Sinfoniker auf die Songs von Krefelder Bands und Solokünstlern. Das ist neu und spannend - für Krefeld und weit darüber hinaus.

Mit dabei sind: Alex´s kept secret, Black Mesa, das Provinztheater, Dear Wolf, JANSEN, KOTZMANN, M. walking on the water, Mondo MashUp, Mothers of Guru, Patrick Richardt und SMOT. Unter der künstlerischen Leitung von Philip Lethen, haben Clemens Gutjahr, Sven Rossenbach (Arrangement: Black Mesa, Dear Wolf) und Axel Ruhland (Arrangement: M. walking on the water), die Kompositionen der Bands für das Orchester neu arrangiert und somit eine ernsthafte und gleichzeitig spannende Unterhaltungskurve geschaffen. Hier bilden U- und E- Musik zusammen das Ü, wir dürfen gespannt sein.



Freitag, 24.3.2023, 19.30 Uhr
Seidenweberhaus, Tickets 36 € plus VVK-Gebühren
www.seidenweberhaus.de

Über 30 JAHRE

Helpen ist Herzenssache!

www.krebskinder-krefeld.de

Förderverein zugunsten krebskranker Kinder Krefeld e.V.

Sparkasse Krefeld
 IBAN DE37 3205 0000 0000 0088 88

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

Aktion Teddybär – ein Projekt unter dem Dach des Fördervereins

WE WANT YOU

OBJEKT BETREUER (M/W/D) GESUCHT!

DIE H.O.B IST SEIT ÜBER 35 JAHREN ERFOLGREICH AM MARKT UND BIETET EIN SPANNENDES ARBEITSUMFELD.

KOMPETENT ✓
ZUVERLÄSSIG ✓
FLEXIBEL ✓

ALS OBJEKT BETREUER (m/w/d) verstärken Sie unser Team und arbeiten eigenverantwortlich an Immobilien in Krefeld und Umgebung.

Sie besitzen einen Führerschein, verfügen über handwerkliches Geschick sowie einen einwandfreien Leumund und sind ein echter Teamplayer.

H.O.B.
 Hausmeister-Objekt-Betreuung

- ✓ FIRMENFAHRZEUG
- ✓ FESTANSTELLUNG
- ✓ KRISENFESTER ARBEITSPLATZ

Uerdinger Straße 186 · 47799 Krefeld · Tel. 0 21 51 / 6 33 65 - 0
office@hob-krefeld.de · www.hob-krefeld.de

CREVELT ist überall.

Ein Lifestyle-Magazin braucht gute Geschichten.

Aber mindestens genauso wichtig ist ein Konzept, das sicherstellt, dass diese Geschichten beim Leser ankommen. Mit einer Auflage von derzeit rund 30.000 Magazinen und einem engmaschigen Verteilernetz, das in Krefeld einzigartig ist, sorgen wir dafür, dass CREVELT jeden Krefelder erreicht, ganz gleich, ob er in Hüls oder Fischeln, in Traar oder Forstwald lebt.



Foto: Luis Nelsen



Bei uns in der Linden Apotheke stehen Gesundheit und Wohlbefinden eindeutig im Fokus. Und wir freuen uns jeden Monat, wenn die neue Ausgabe des CREVELT Magazins ins Haus kommt. Es interessiert sowohl uns als auch unsere Kunden, was es in Krefeld Neues gibt. Oder auch was wir bisher einfach noch nicht entdeckt haben.
Myriam Kuckertz

Die CREVELT Hotspot-Aufsteller wurden realisiert mit freundlicher Unterstützung von:



47798

- Altenheim St. Josef** Tannenstraße 138
- Bäckerei Gruyters** Marktstr. 111
- Bäckerei Sommer** Friedrichstraße 30
- Bäckerei Sommer** Neusser Straße 25-27
- Bäckerei Sommer** Rheinstraße 122
- Bäckerei Sommer** Ostwall 94
- Bäckerei Ullrich** Ostwall 112
- Cafe IN** Ostwall 158
- CinemaxX** Am Hauptbahnhof 3
- EDEKA Kempken** Friedrichstraße 15
- fairKauf Möbel-Laden** Hansahaushaus
- Fysico** Friedrichsplatz 20
- Genuss Store** Carl-Wilhelm-Straße 27
- Haus & Grund Krefeld** Ostwall 175
- Jazzkeller** Lohstr. 92
- La Meseta** Petersstraße 135
- Mediothek** Theaterplatz
- Nordbahnhof** Oranierring 91
- Octapharma Plasma** Petersstraße 122
- Quickdruck** Sternstraße 53
- Restaurant mamma's** An d. alten Synagoge 1
- REWE** Marktstr. 97
- Grill Split** Breite Straße 43
- Fleischerei Kocjan** Gutenbergstr. 227
- Saturn** Neusser Straße 35
- SchwarzHandel** Marktstr. 64
- SINN** Hochstraße 89-93
- Stern Apotheke** Hülsener Straße 1
- Tabak Janßen** Hansa Centrum
- Tabak Janßen** Schwanenmarkt
- Textilpflege Weber** Breite Straße 92
- Theater KR & MG** Theaterplatz 3
- VHS Krefeld** Von-der-Leyen-Platz 2
- Wohnstätte** Petersstr. 121

47799

1000 Hände e.V. Bleichpfad 15F

Aufteilung der Gesamtauflage

- 11.000 Magazine über Hotspot-Aufsteller
- 10.000 Magazine als Beilage in WZ
- 1.500 Magazine über eigenen Postverteiler
- 6.500 Magazine über 350 Auslagestellen

DOC BALANCE®

"Meisterstück fürs Gleichgewicht"




*nachhaltig produziert durch Photovoltaik




Bäckerei Sommer Viktoriastr. 189
Apothek im LCC Luisenplatz 6-8
Autoservice Aschoff Oppumer Straße 94-102
Bäckerei Gruyters Bismarckplatz 8
Bäckerei Gruyters Grenzstr. 115
Benrader Obsthof Bismarckplatz 21
Comunita Seniorenhaus Moersers Straße 1-3
EMS Lounge Roonstraße 1
Glim Immobilien Uerdinger Straße 62
Janßen Fußorthopädie Dampfmühlenweg 7
Orthopädie Jordan St.-Anton-Straße 16
Pro Biomarkt Grenzstraße 155
Prosano training Uerdinger Straße 100
REWE M. Beiseken Philadelphiastraße 59
Rotkehlchen Immobilien Rheinstr. 20
DENNS Biomarkt Uerdinger Straße 123
REWE B. Glang Uerdinger Str. 123-125
Wine House Oppumer Straße 175)

47800

Autoparc France Saalestr. 15
Bäckerei Gruyters Uerdinger Str. 608
Bäckerei Hendker Buschstraße 122
Bäckerei Sommer Kaiserstr. 1
Blumen Femers Am Badezentrum 54
Bockumer Buchhandlung Uerdinger Str. 608-610
Café Bettinger Friedrich-Ebert-Straße 240
Deutsche Post/Wenders Uerdinger Straße 612
Die Hütte Friedrich-Ebert-Straße 240
EDEKA Irkens Glockenspitze 131-133
Eiscafe DeFanti Uerdinger Straße 279
Engel & Völkers Uerdinger Straße 577
Mercure Parkh. - Krefelder Hof Uerdinger Str. 245
REWE Holzschuh Magdeburger Str. 9
Schreurs Immobilien Uerdinger Str. 600
Sylter Eiscafé Uerdinger Str. 590

47802

1000schön Gärtnerei Kuhdyk 3
Beerenhof Schroeder Rather Strasse 128
Dott & Ewalds Moersers Landstraße 409
EDEKA Kempken Moersers Landstraße 345

Genial Moersers Straße 649
Haus Kleinlosen Zwingenbergstraße 116
Landhaus Maria Schutz Maria-Sothmann-Str. 45
Mercure Hotels Am Golfplatz 5
Mundwerk Moersers Landstraße 341
Naturfleischerei Wefers Moersers Landstr. 379
Rest. Elfrather Mühles An d. Elfrather Mühle 145
Restaurant Lus Bells Nieperstr. 242
Schreurs Immobiliens Moersers Landstr. 418a

47803

Bäckerei Hendker Hülsers Str./Moritzplatz
Blaue Erdbeere Kleinewefersstr. 150
EDEKA Kempken Gahlingspfad 12
E-Center Czaikowski Gutenbergstr. 150
fairKauf Möbel-Laden Weyerhofstraße 28
FitPark ONE Gahlingspfad 14
Holz Roeren Mevissenstraße 62B
KREX Autovermietung Weyerhofstraße 70
Musikschule rhythm matters Grüner Dyk 28
Salvea Westparkstraße 107-109
Schaffrath Möbelhaus Niedieckstr. 7
Textilpflege Weber Mevissenstraße 6
Trinkgut Kempken Gahlingspfad 14

47804

Bäckerei Hendker Dülkener Str. 1
BELLINI Senioren-Residenz Am Schirkeshof 6
Benrader Obsthof Oberbenrader Str. 491
Textilreinigung Vaiano Weeserweg 21 A
Linden Apotheke Forstwaldstraße 76

47805

Audizentrum TöFi Gladbacher Str. 471
Midori Ritterstr. 145
Bäckerei + Cafe im Seidencarree Ritterstraße 17
Blumen Kronenberg Martinstraße 185
Blumenhof Merholz Martinstraße 123
EDEKA Kempken Füttingsweg 69
Eiscafe Schönweiß Lerchenfeldstraße 2
Marienheim Johannesplatz 28
TöFi Ford Store Untergeth 179

REWE Lehmheide 5-17
Verve Zur Feuerwache 5
VOLVO Gladbacher Str. 5

47807

Bäckerei Ullrich Breuershofstraße 33
Café Max & Moritz Kölner Straße 558
Fahrschule Embers Kölner Straße 576
Hais Sprenger Next Kölner Straße 574
REWE Hoffmanns Kölner Straße 524

47809

Bäckerei Gruyters Danziger Platz 7
Bäckerei Lomme Glockenspitze 284
BK Glockenspitze Glockenspitze 348
DER GARTENBOTE Hafensstraße 15
GLOBUS Hafelsstraße 200

47829

Bäckerei Gruyters Maybachstr. 160
Bäckerei Hendker Insterburger Platz
REWE Rippers Düsseldorfer Str. 304
E-Center Czaikowski Kurfürstenstr. 30
Bäckerei Daamen Neukirchener Str. 2
Nahkauf Fam. Wider Breslauer Straße 1
timeout Löschenhofweg 70
Nahkauf Holzschuh Traarer Str. 26-32

47839

Autohaus Hoebertz Tönisberger Straße 10
EDEKA Kempken Kempener Straße 30
Provincial Dirk Pricken Krefelder Str. 5

47918 (Tönisvorst)

Fitness Tönisvorst Maysweg 10
Hanf + CBD Store Maysweg 1A
Pegels Landmarkt Unterweiden 160
Textilreinigung Vaiano Höhenhöfe 19

47239 (DU-Rumeln)

Naturbau Niederrhein Dorfstraße 23

REGINERATE
 Unsere Stadt, unsere Zutaten, unser Gin
“Krefeld 650 Jahre”
 Der neue Jubeläumsgin ist
 ab dem 17.11.2022 erhältlich.
 auf: www.krefeld-feiert.de

Benrader Obsthof

FELDSAATEN · FREUDENBERGER



Marketing Club Krefeld

Take Off statt Burnout – Achtung neuer Termin!

Unternehmen arbeiten heute immer globaler, kommuniziert wird zu großen Teilen auf Distanz – und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter streben nach Erfüllung persönlicher Wünsche und Ziele. Dadurch wachsen die Anforderungen an alle von der Praktikantin bis zum Manager, der oft dem Druck von unten und oben ausgesetzt ist.

Mit diesem wichtigen Thema möchte sich auch der Marketing Club Krefeld befassen und hat dazu den Wirtschafts- und Arbeitspsychologen Professor Alexander Cisik von der Hochschule Niederrhein eingeladen. Er entwickelt an diesem Abend kreative Denkanstöße und praktische Handlungsanleitungen. Für die Teilnehmenden des Clubabends wird er unter anderem beleuchten, was Führungskräfte und Teammitglieder belastet, wie Stress effektiv reduziert werden kann und was zu tun ist, um eine nachhaltige Work-Life-Balance zu erreichen.

Zum Clubabend sind auch Nicht-Mitglieder herzlich eingeladen. Wer Interesse hat, meldet sich auf der Website des Marketing Club Krefeld an.

Donnerstag - 02.03.2023, 19 Uhr
Averdunkshof - Neukirchen-Vluyn
www.marketing-club-krefeld.de

KREFELD
IntroBodenzentrum.de
KREFELD

Natursteinteppich • Marmorstein • Wohnbeton • Industrieboden • Treppenrenovierung

*Exklusives
Bodendesign*

Ohne Stemm-/ Abrissarbeiten • Ohne Staub und ohne Dreck • Ohne Fugen und Nähte
Telefon: 021 51/4824142 • www.introbodenzentrum.de • krefeld@introbodenzentrum.de



WIR KÖNNEN THERAPIE UND TRAINING

Fit und gesund durchs neue Jahr.
Jetzt anmelden und erst
ab März 2023 bezahlen!

TRAINING
WITH
A SMILE 

Rheinstraße 60, 47799 Krefeld
Training: 02151 1544499 | Therapie: 02151 654699

niesters-krefeld.de

niesters
training und therapie



Schiller Apotheke

SCHLAFLOS DANK TECHNIK

Foto: Luis Nelsen

Die einen lesen abends noch, um abzuschalten, andere sehen sich lieber einen Film an. Es hilft dabei, dem Alltag gedanklich zu entfliehen, wenn man sich in etwas Schönes, Spannendes, Trauriges oder auch Interessantes vertieft. Viele ziehen das e-Book dem analogen Buch mittlerweile vor. Und es hat ja auch viele Vorteile: Es liegt nicht so schwer in der Hand und es nimmt keinen physischen, lediglich Speicherplatz weg. Doch als Bettlektüre hat das e-Book einen entscheidenden Nachteil: Die Helligkeit des Bildschirms signalisiert dem Gehirn: „Bleib’ wach!“. Das Gleiche gilt natürlich für Handyspiele.

Unser Schlaf wird auch hormonell gesteuert. Der Tag-Nacht-Rhythmus bestimmt eine innere Uhr. Das Schlafhormon Melatonin wird von der Zirbeldrüse ausgeschüttet, wenn es dunkel ist. Helligkeit stoppt seine Produktion und kurbelt stattdessen die Ausschüttung des Stresshormons Cortisol an. Das Licht elektronischer Spielzeuge wie Tablet oder Handy wirkt demnach wie ein Muntermacher. Das Licht gaukelt den Rezeptoren im Gehirn vor, dass es noch Tag sei. Wer auf e-Book, Tablet oder Smartphone im Bett nicht verzichten möchte, sollte zumindest die Displaybeleuchtung entsprechend dimmen, so dass der Biorhythmus nicht vollständig aus den Fugen gerät.

Mit dem Smartphone im Bett zu liegen, bringt aber auch noch auf andere Weise Unruhe in den Körper, die dem Schlaf eher abträglich

ist. Schließlich verbinden wir mit dem Telefon immer auch die Tatsache – vielleicht sogar den Wunsch? –, dass uns Jemand kontaktieren könnte. Selbst wenn das nicht passiert, liegt es doch eingeschaltet neben Ihnen auf dem Nachttisch und könnte jederzeit Laut geben ...

Vielleicht versuchen Sie ja mal, Ihr auf lautlos geschaltetes Mobiltelefon außer Reichweite in der Diele abzulegen, wenn Sie Ihren Abend begehen. Und anstatt mit halber Aufmerksamkeit irgendwelche Filme anzusehen oder auf ihrem e-Book herumzuwischen, nehmen Sie ein gutes, altes Buch zur Hand und lesen, ganz so wie früher. Und dann beurteilen Sie nach vier Wochen, ob Sie besser geschlafen und sich tagsüber besser ausgeruht gefühlt haben.

Gern beantworten Ihnen meine Mitarbeiterinnen und ich hier in der Apotheke weitere Fragen zu diesem wichtigen Thema.

Herzlicher Gruß,
Ihre Apothekerin Birgit Goerres

Schiller Apotheke
Uerdinger Str. 278 // 47800 Krefeld
Telefon: 02151 - 597300 // info@schillerapokr.de
www.schiller-apotheke-krefeld.de



MEHR HAUS FÜR MEHR FAMILIEN!

SEIT MEHR ALS
10 JAHREN IHR
KOMPETENTER
PARTNER!

WIR SUCHEN
GRUNDSTÜCKE:
JETZT
ANRUFEN!

- INDIVIDUELLE BERATUNG
- INKL. ARCHITEKTENPLANUNG
- ÜBERNAHME DER BAULEITUNG
- KOSTENGERECHTE UMSETZUNG
- TRANSPARENTE KOMMUNIKATION
- TERMINGERECHTE FERTIGSTELLUNG

BauFormArt GmbH

Grüner Dyk 70 • 47803 Krefeld

Telefon: 02151 - 50 97 60

E-Mail: info@bauformart.com

www.bauformart.com

BauFormArt
INDIVIDUELLE ARCHITEKTUR MIT FESTPREISGARANTIE



Digitalisierung zum Anfassen

SINGLE SIGN-ON: DER GENERALSCHLÜSSEL FÜRS NETZ

Das Internet hat unser Leben in vielen Bereichen vereinfacht. Wenn wir wollten, bräuchten wir unser Haus eigentlich nicht mehr verlassen. Einkauf, Arbeit, Kommunikation: All das funktioniert dank Internet und Laptop oder Tablet auch innerhalb der heimischen vier Wände. Aber dafür gibt es zumindest eine lästige Hürde zu nehmen: Wir müssen diverse Accounts erstellen, unsere persönlichen Daten hinterlegen und uns am besten auch noch für jedes Nutzerkonto ein möglichst sicheres, einzigartiges Passwort ausdenken. Angesichts Dutzender von Diensten, die wir so in Anspruch nehmen, kann einem dieses Procedere durchaus den Spaß verderben – oder sogar ganz davon abhalten, ein weiteres Konto einzurichten. Aber es gibt eine Lösung: SSO oder auch „Single Sign-on“.

Foto: Luis Nelsen

„Single Sign-on“ ist genau das, was es wörtlich übersetzt besagt: Mit einem einzelnen Einloggen erlangt man Zugriff auf die verschiedensten Konten, wie mit einem Generalschlüssel. Die meisten User kennen das von Ihrem privaten Google- oder Facebook-Account. Das ist komfortabel, spart Zeit und verleiht dem Quellaccount darüber hinaus zusätzliche Attraktivität. Aber SSO ist nicht nur für Privatanutzer von Vorteil, es lässt sich auch in der Geschäftswelt anwenden, etwa um Mitarbeitern den Alltag zu erleichtern, Arbeitsabläufe effizienter zu gestalten oder auch um Einfluss darauf zu nehmen, welcher Dienstleister bevorzugt in Anspruch genommen wird. Das haben wir von App Logik zuletzt vor allem in der Zusammenarbeit mit großen Handelsverbänden erfahren.

Die meisten Unternehmen verfügen über eine eigene Software, Datenbank oder Plattform, in die sich Ihre User einloggen müssen. Dieses System ermöglicht ihnen dann den Zugriff auf individuell



festgelegte Funktionen, z. B. Message Boards, Chaträume, Workflow-Tools, die Warenwirtschaft oder das Controlling. Gleichzeitig kommunizieren Unternehmen üblicherweise regelmäßig mit verschiedenen Partnern, die ihrerseits über eigene Systeme verfügen. Wie wäre es nun, wenn jeder Mitarbeiter durch das Log-in ins firmeneigene System automatisch auch die passenden Zugriffsrechte für ausgewählte Kundenplattformen erhielte? So müsste man sich nicht erst beim Lieferanten, Logistiker oder der Druckerei einloggen, um Bestellungen aufzugeben, Transporte zu buchen oder Druckaufträge zu erteilen. Es ist für alle Beteiligten ein riesiger Vorteil.

Wir sind in der Lage, ein solches Single Sign-on benutzerdefiniert zu programmieren. Das ist technisch knifflig, denn es sind mehrere Systeme daran beteiligt, die bidirektional miteinander kommunizieren: Es gibt den Quellaccount der eine Zugriffsanfrage stellt, und den Zielaccount, der die Anfrage erkennt, sie freigibt und dem User dann mit den jeweils auf ihn zugeschnittenen Rechten ausstattet. Die Zahl der Accounts, auf die über ein Single Sign-on zugegriffen werden kann, ist unbegrenzt, aber der technische Aufwand wächst mit der Zahl der Konten, die verknüpft werden sollen, sowie mit der Zahl der Nutzer und der Ausdifferenzierung der ihnen zugeordneten Rechte. Klingt das für Sie interessant? Dann nehmen Sie Kontakt zu uns auf! Ganz egal, ob aus dem Büro oder von der Couch zu Hause.

**Viele Grüße,
Christopher Borchert**



elke.liebert
STEUERBERATER

**KOMPETENTE UND INDIVIDUELLE
STEUERBERATUNG FÜR UNTERNEHMEN
UND PRIVATPERSONEN**

Elke Liebert Steuerberaterin, vereidigte Buchprüferin
Jens Liebert Steuerberater

Grottenburgstr. 129, 47800 Krefeld • Telefon 02151/5077-0 • info@Liebert-Steuerberater.de • www.Liebert-Steuerberater.de

Meyer Konzerte

Jürgen B. Hausmann: Junge, wat biste jroß jeworden!



Seit 20 Jahren begeistert Jürgen B. Hausmann nun schon mit seinem wunderbaren Kabarett „direkt von vor der Haustür“. Herrlich überdreht und doch wie aus dem Leben gegriffen – Hausmann hat seine Beobachtungen und Erfahrungen wieder einmal in urkomische Anekdoten verpackt. Sein Kabarett entspringt direkt den Wohnzimmern, Vereinsheimen und Hobbymärkten unseres Landes, seine Figuren stammen aus der Familie, von nebenan oder laufen ihm zufällig über den Weg. Und die Reaktionen im Publikum offenbaren, dass sich wohl der ein oder andere wiedererkennt ...

Gerade darin liegt die große Stärke von Jürgen B. Hausmann. Denn dank seiner ausgezeichneten Beobachtungsgabe und seines Gespürs für Komik verwandelt der Kabarettist alltägliche Situationen und Menschen wie Du und ich in treffsichere, amüsante Geschichten und echte Originale. Oder verarbeitet sie in seinen herrlichen Gesangsnummern, bei denen ihn sein langjähriger musikalischer Partner Harald Claßen unterstützt.

Samstag, 13.05.2023, 20 Uhr
Seidenweberhaus // Theaterplatz 1 // 47798 Krefeld

Os Heimat Krie-ewel **SOMMER**
 Aber an Karneval naschen wir am Liebsten die leckeren Berliner von Sommer!
 backt leckere Sachen

Wir wünschen dem Prinzenpaar Dirk II. & Nadine I. samt Kabinett und allen Karnevalisten eine zuckersüße Session!

Tel.: 83 90 90 | www.baekerei-sommer.de | folgen Sie uns auf

back2school
NACHHILFE

Bessere Schulnoten
 Gutes Schulzeugnis
 Qualifizierter Abschluss

Anmeldung & Info
 Mo. - Fr. 14:30 - 17:30 Uhr
 und nach Vereinbarung

back2school
 Inhaberin: Nadia Adolph
 Niederstraße 22 · 47829 Krefeld
 Telefon 0 21 51 - 15 15 040

www.back2school-krefeld.de

Calendari.com



THEATER

KREFELD

MÜNCHEN

GLADBACH

CABARET

Musical von Joe Masteroff,
Fred Ebb und John Kander

Premiere am 4. Februar im Theater Krefeld
Jetzt Tickets sichern: www.theater-kr-mg.de



Evertsstraße 14, 47798 Krefeld
Telefon: 02151 - 4467688

www.tnt-restaurant.de



Foto: Hanseanum

In der Krefelder Seniorenresidenz stehen ab sofort acht Appartements für die Verhinderungspflege zur Verfügung.

Hanseanum Krefeld

REFUGIUM FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Ein wichtiger Baustein im Hanseanum ist die Verhinderungspflege. Dieser Pflege-Baustein ist vor dem Hintergrund eingeführt worden, dass auch pflegende Angehörige mal Pause von der Pflege brauchen. Fehlende Auszeiten nützen weder dem Pflegenden noch dem Gepflegten. Über die Verhinderungspflege können sich Hauptpflegepersonen stundenweise, tageweise und wochenweise vertreten lassen.

„Für die Verhinderungspflege stehen in der Krefelder Seniorenresidenz acht attraktive Appartements zur Verfügung“, sagt Violetta Burza. Die Leiterin des Hanseanum-Pflegedienstes P.A.G.E. betont, dass die Verhinderungspflege nicht zu verwechseln ist mit der Kurzzeitpflege, die beispielsweise Altenheime anbieten. Verhinderungspflege dürfen nur ambulante Pflegedienste im Programm führen. Das übernimmt im Fall Hanseanum der hausinterne ambulante Pflegedienst P.A.G.E. Antragsteller haben einmal im Jahr Anspruch in Höhe von 1.612 Euro. „Die Kunden sollen sich auf jeden Fall bei ihrer Pflegekasse erkundigen, um Details zu erfragen“, erläutert Violetta Burza.

Aber auch, so die Pflegedienstleiterin, wenn die Jahressumme aufgebraucht ist, kann über eine andere Kostenstelle – nämlich als Gast - der Aufenthalt verlängert werden. „Das wird dann über den Pflegegrad abgerechnet. Wenn dieser höher eingestuft werden muss, beantragen wir das gerne und helfen bei der Abwicklung.“

Alle Wohnungen sind auf identischem Niveau eingerichtet. So verfügen die Appartements an der Neusser Straße 6 im Hansa-Centrum beispielsweise über ein elektrisches Pflegebett. Die Aufteilung ist Wohnzimmer, Küche, Bad. Zumeist sind die Wohnungen barrierefrei, die Größe ist unterschiedlich – je nach Platzbedarf. „Zuweilen wird an-

gefragt, ob noch Angehörige in einem Nebenraum übernachten können“, berichtet Violetta Burza. WLAN gibt es auf Wunsch, ein Router ist meistens vorhanden. Toilettenstuhl und diverse Pflege-Utensilien sind ebenfalls selbstverständlich.

Das Pflegeteam im Hanseanum besteht aus 16 Schwestern, die im Dreischicht-Betrieb eingesetzt werden. Die Altenpflege-Mannschaft besteht aus Fachkräften und Helferinnen. „Die Pflege geschieht nach Absprache und Bedürfnissen des Kunden. Es gibt feste Zeiten“, betont Violetta Burza. Die Pflegedienstleiterin verweist auch auf den gut funktionierenden Hausnotruf, der den Kunden ein Gefühl der Sicherheit gibt.

Während Frühstück und Abendessen in der Verhinderungspflege in den Appartements gereicht werden, können die Mittagessen im haus-eigenen Restaurant eingenommen werden. Ein freundliches Küchenteam kümmert sich darum, dass kein kulinarischer Wunsch unberücksichtigt bleibt.

Kontakt und Info über Violetta Burza // Telefon: 02151 - 9312-130, E-Mail: pdl@hanseanumkrefeld.de // Fax: 02151 - 9312-444

Stichwort Verhinderungspflege

- Das Budget für die Verhinderungspflege beträgt 1.612 Euro jährlich.
- Das Pflegeangebot kommt insbesondere den Anspruchsberechtigten zugute, die eine längere Ersatzpflege benötigen und die in dieser Zeit nicht in eine vollstationäre Kurzzeitpflegeeinrichtung gehen möchten.
- Macht die private Pflegeperson Urlaub oder ist sie durch Krankheit vorübergehend an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten.
- Anspruchsberechtigt für die Bezuschussung durch den Betrag der Verhinderungspflege sind alle Pflegebedürftigen ab mindestens Pflegegrad 2, die sich in häuslicher Pflege durch Verwandtschaft bis zum zweiten Grad befinden.
- Es gibt drei Voraussetzungen: Sie pflegen seit mindestens sechs Monaten einen Pflegebedürftigen in seiner häuslichen Umgebung; sie pflegen mindestens 10 Stunden pro Woche; sie erhalten für Ihre Pflegetätigkeit Pflegegeld von der Pflegekasse des Pflegebedürftigen.
- Die Pflegekasse übernimmt nachgewiesene Kosten der Verhinderungspflege (Ersatzpflege) für maximal 6 Wochen pro Jahr.

Foto: Apollo Variete

Apollo Rock and Roll Circus

Ausgefallene Outfits und lässige Sprüche

Mit Apollos Rock and Roll Circus begeben Sie sich auf eine musikalische Zeitreise in die 60er und 70er Jahre und erleben eine einzigartige Fusion aus Circus-Artistik und Rock and Roll Musik. Freuen Sie sich auf ausgefallene Outfits, lässige Sprüche und scharfe Grooves. Erwarten Sie unter anderem die ukrainischen Vollblutartistinnen Alla und Kateryna, das Akrobatik-Trio „Three G“ und die aus Kasachstan stammenden Karpovich Brothers mit ihrem todesmutigen Auftritt auf dem Schleuderbrett. Den komödiantischen Teil übernimmt das Clown Duo „Bobos Bros“. Den musikalischen Rahmen schaffen Max Buskohl und die Apollo Band.

12. Januar 2023 - 02. April 2023

Tickets: 19 bis 72 Euro // www.apollo-variete.com



Ihr Unternehmen
in Krefeld für

HEIZUNG

SANITÄR

KLIMA

LÜFTUNG



www.wtk-waermetechnik.de

Obergath 126 · 47805 Krefeld · Telefon 02151 - 3195-0



café
Segenswerk
 chillen | reden | lesen | spielen

Das Familiencafé für gute Gespräche
 für die Großen und Spielzeug für die
 Kleinen.

Steckendorfer Str. 70 in Krefeld
www.cafe-segenswerk.de




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 9001:2015
 LGACI InterCert
 Mitglied der TÜV Rheinland

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

Ein christlicher Friedhof in Krefeld mit pflegefreien Grabstätten.



- 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



**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



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

Die freundlichen
 Uerdinger Mietwagen **Eiche**  **477 477**

G.Knorrek Personenbeförderungs GmbH

Ruf doch mal an!



30 1000  **SERVICE KREFELD TAXI**

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
 Oliver Nöding (on)
 Michael Otterbein (mo)
 André Lerch (al)
 Melanie Struve (ms)
 Daniel Boss (db)
 Sarah Weber (sw)
 Leena May Peters (Imp)

REDAKTIONSLEITUNG
 Oliver Nöding (on)

UMSETZUNG
 Silk Werbeagentur GmbH
 Garnstraße 72, 47798 Krefeld

ART DIRECTION
 Julia Wojdyla

FOTOGRAFIE
 Luis Nelsen
 Felix Burandt

VERTRIEB
 Michael Neppeßen
 Mobil: 0163 - 25 24 605
 Mail: michael@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: 30.000 Stück

VERTEILUNG
 120 Hotspot Aufsteller im gesamten Stadtgebiet
 Beilage Westdeutsche Zeitung
 Postverteiler
 Ca. 400 Auslagestellen im gesamten Stadtgebiet
 Auslage über städtische Einrichtungen

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

KURVEN-ROMANTIK MIT GEWISSEN VORZÜGEN!

Das Pinguine Eck –
Stammtisch-Atmosphäre trifft
auf VIP-Flair. Jetzt buchen unter
tickets@krefeld-pinguine.de.

WWW.KEV-TICKETS.DE





Sparen Sie beim Sanieren das CO₂ gleich mit.

**Jetzt beraten lassen,
wie Sie Ihre energetische
Sanierung finanzieren.**

Mehr auf sparkasse.de/mehralsgeld

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Krefeld**