MÄRZ | 2022

MOERSER MONAT

Long-Covid: Ein langer Weg der kleinen Schritte

Eine Moerserin berichtet von ihrer Covid-Erkrankung und ihren Langzeitsymptomen. Eine Selbsthilfegruppe in Moers bietet Hilfe.

Wenn das Leben plötzlich aus dem Lot gerät ...

Unsere OnkolotsInnen stellen sich vor:

Eingebettet in Verständnis und Fürsorge informieren, unterstützen und beraten sie Menschen mit einer Krebserkrankung. Mit ihrer fachlichen und sozialen Kompetenz lotsen sie PatientInnen und ihre Angehörigen durch das komplexe Gesundheitssystem.

Juliane A. Mallmann und Uwe Hemerich:

»Wir möchten AnsprechpartnerIn für Ihre Sorgen und Nöte sein. Wir hören aufmerksam zu, erläutern, trösten, motivieren und machen Ihnen Mut, sich dem tagtäglichen Kampf gegen den Krebs zu stellen.«

Sprechen Sie uns an!

Wir bieten Ihnen Zeit und Raum, um in Informations- und Beratungsgesprächen individuelle Lösungswege für Sie zu finden.

psychosozial@die-pflege.com ☎ 02841-9499902

»Die Pflege« • Eurotec-Ring 15 • 47445 Moers

Die Pflege
Ambulante Kinder- Kranken- und Altenpflege
Birgit Kessler
Anerkannter Palliativ-Pflegedienst

EDITORIAL

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

seit gut zwei Jahren bestimmt die Pandemie unser Leben. Wir arbeiten im Homeoffice, verzichten auf größere Veranstaltungen, tragen Masken, unterziehen uns Schnelltests. Wir wägen ständig ab zwischen dem Schutz vor einer Infektion auf der einen und der Erlangung kleiner Freiheiten auf der anderen Seite. Viele sind müde geworden, diese Entscheidungen zwischen Sicherheit und eben diesen kleinen Freiheiten zu treffen. Dazu zähle ich mich auch. Umso mehr sehne ich mich nach Normalität und hege die Hoffnung, dass wir schon bald in einer endemischen Situation sind – ein Übergang von der Pandemie in die Endemie. Dies setzt aber eines voraus: Dass wir lernen, mit dem Virus zu leben.

Wir sollten dabei nicht diejenigen vergessen, die sich in den ersten Wellen mit einer gefährlicheren Virusvariante als sie Omikron darstellt, angesteckt haben und immer noch an den Folgen ihrer Covid-Erkrankung leiden – Menschen mit dem sogenannten Long-Covid-Syndrom. Aber was bedeutet das eigentlich? Wir haben eine Betroffene gefragt, die an Treffen einer speziellen Selbsthilfegruppe teilnimmt. Sie berichtete von ihrer Erkrankung, ihren anhaltenden Symptomen und von der sich in Moers treffenden Long-Covid-Gruppe.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünsche ich eine anregende Lektüre und einen schönen März. Bleiben Sie gesund und zuversichtlich.

D. Weierstahl

David Weierstahl

Dr. Andrea Kothe-Heugel
Zahnheilkunde

Digitale Abformung • CAD / CAM Versorgung
Implantologie • Feste Zähne an einem Tag
Prothetik/Zahnersatz • Zahnmedizinische Prophylaxe
Parodontologie • Kindervorsorge / -Prophylaxe

Dr. Andrea Kothe-Heugel

Dr. Sabine Feichtner

www.zahnheilkunde-heugel.de | Neustraße 6-8 • 47441 Moers | Tel. 02841-908110

Titelfoto: Shutterstock

WIR GESTALTEN

soziale Ideen ...

...so lautet der Kernsatz unseres Wirkens. Dahinter stecken viele verschiedene Angebote, Dienstleistungen und Projekte. Als Träger von Kindertageseinrichtungen, als Schulträger, bei der Beratung zum Übergang in den Arbeitsmarkt, Orientierungs- und Qualifizierungsmaßnahmen, schulischen Hilfen oder vielfältigen Angeboten im Rahmen der Kinder- und Jugendhilfe oder unserem Engagement in der Stadtteilarbeit treten wir als Teil der weltweiten Bewegung des Service Civil International für soziale Gerechtigkeit und benachteiligte Gruppen ein.

Ein wesentliches Anliegen ist uns hierbei die Verständigung zwischen Menschen mit unterschiedlichen sozialen und ethnischen Hintergründen.

INHALT

EINFACH LECKER

30 Herzhafter Strudel aus der Krankenhausküche: Das Bethanien-Küchenteam verrät das Rezept für ein im Krankenhaus beliebtes Gericht.

FREIZEIT

32 Wie ticken Kriminelle? Die 74-jährige Moerserin Gudrun Traub besucht Psychologie-Vorlesungen und Gerichtsverhandlungen.

Arbeitsförderung | Kinder- und Jugendhilfe | Jugendwohnen | Offener Ganztag | Schulbetreuung | Kindertageseinrichtung | Gemeinschaftsschule | Seniorenarbeit | Stadtteilarbeit | Internationale Jugendbegegnung

TITELTHEMA

Foto: Berns

16 Die meisten Menschen, die an Covid erkranken, haben einen milden Krankheitsverlauf. Bei Menschen mit dem sogenannten Long-Covid-Syndrom ist das anders: Sie haben sich in den ersten Wellen infiziert, litten unter einem schweren Verlauf und haben auch noch Monate bis Jahre mit Langzeitsymptomen zu kämpfen. Eine betroffene Moerserin erzählt ihre Geschichte. Sie ist Mitglied einer Selbsthilfegruppe für Menschen mit Long-Covid.

MEDIUM DES MONATS

Foto: Stadt Moers

43 Literatur für Garten- und Balkonfreunde: Birgit Krone über ein Buch mit zahlreichen Tipps und Tricks zum Großziehen von Pflanzen.

WANN LÄUFT WAS?

Foto: Christian Herrmann

45 Veranstaltungen im März: Stadtführungen zeigen Moers – Backtage in der Aumühle – Kinder- und Jugendtheater bei den Penguin's Days.

RUBRIKEN

7-14	MOSAIK
28	HEIM UND HAUS
29	VERBORGENE ORTE
30-31	EINFACH LECKER
38	GESUNDHEIT
40-41	RATGEBER
42-43	UNTERHALTUNG
44	AUSSTELLUNGEN
45-49	WANN LÄUFT WAS?
50	IMPRESSUM

sci:moers
Wir gestalten soziale Ideen.

40 Jahre

Gemeinnützige Gesellschaft
für Einrichtungen und Betriebe
sozialer Arbeit mbH

Geschäftsstelle
Hanns-Albeck-Platz 2
47441 Moers

info@sci-moers.de
www.sci-moers.de

Mitglied in:
DER PARITÄTISCHE
UNSER SPITZENVERBAND

Landtagskandidatin für Moers
und Neukirchen-Vluyn.

CDU NRW

Jetzt
Briefwahl
beantragen

Julia Zupancic

Gemeinsam.Team.Zukunft.

Mehr Informationen unter

www.julia.nrw
juliazupancicCDU
j.zupancic

Impfung in der Rathauskantine oder per Termin zu Hause

Foto: Stadt Moers

Neurologe Dr. Mustafa Mostakiem will bis Ende April in der Kantine des Rathauses (Rathausplatz 1) weiterhin täglich Impfungen anbieten. „Aktuell ist es etwas ruhiger, aber ich gehe davon aus, dass durch die aktuelle Stiko-Empfehlung und den geplanten Totimpfstoff wieder mehr Menschen kommen“, so der Arzt. Im Angebot sind momentan alle zulässigen Coronaimpfstoffe für Erst-, Zweit- und Booster-Impfungen. Auch wer noch gar nicht geimpft und sich unsicher ist, kann sich von Dr. Mostakiem beraten lassen. Zudem gibt es ein weiteres Angebot: „Ältere und mobilitätseingeschränkte Menschen können einen Impftermin Zuhause vereinbaren“, erklärte der Leiter des Fachdienstes Ordnung Sinan Aydin, der die städtischen Impfangebote koordiniert und organisiert. Er ist für Fragen oder Terminvereinbarungen telefonisch unter 02841/201-635 und per E-Mail an Sinan.Aydin@Moers.de erreichbar. Die Öffnungszeiten der Impfgelegenheit in der Rathauskantine sind montags bis freitags von 9 bis 18 Uhr, samstags von 10 bis 16 Uhr und sonntags von 12 bis 16 Uhr. Bürgerinnen und Bürger, die das Impfangebot wahrnehmen wollen, müssen den gelben Impfausweis, den Personalausweis, die Krankenversicherungskarte und weitere Unterlagen (ausgedruckt und ausgefüllt: 2x Aufklärungsbogen, 2x Anamnese und 2x Impfeinwilligung – jeweils für die Erst- und Zweitimpfung – mitbringen). Die Formulare sind auf der Internetseite des Kreises Wesel auf www.kreis-wesel.de/de/themen/formulare-zum-thema-corona zum Download erhältlich. Wer keinen Drucker besitzt, kann die notwendigen Formulare auch vor Ort bekommen.

Foto: Weierstahl

Spektakulärer Einbruch in Moerser Juweliergeschäft

Im Februar hatte sich in der Innenstadt ein spektakulärer Raubversuch abgespielt, bei dem ein Auto in ein Juweliergeschäft an der Steinstraße gefahren ist. Eine Zeugin beobachtete, wie kurz danach ein dunkler BMW mit hoher Geschwindigkeit über die Friedrichstraße in Richtung Oberwallstraße flüchtete. Die Frau verständigte daraufhin die Polizei. Die Streifenwagenbesatzungen, die sich sofort auf den Weg zum Tatort machten, stellten dann einen grünen Mitsubishi Space Star mit niederländischem Kennzeichen in dem Geschäft fest. Das Auto hatte sich derart im Eingang des Geschäfts verkeilt, dass die Einbrecher nicht in das Innere gekommen waren. Die Täter sind vermutlich über den Kofferraum des feststeckenden Fahrzeugs nach draußen gelangt. Zuvor hatten sie auf der gesamten Breite der Fußgängerzone, von einem Modeschmuckgeschäft bis hin zu dem besagten Juwelier, Nagelbretter ausgelegt, um die Polizei an einer Verfolgung zu hindern. Zudem waren die Täter mit gefälschten Autokennzeichen unterwegs. Weitere Zeugen, die Beobachtungen gemacht haben, werden gebeten, sich bei der Polizeiwache in Moers zu melden. ☎ 02841- 171-0.

Foto: Stadt Moers

Recherchen bringen wichtige Dokumente der Gedenkkultur ans Licht

85 Kennkarten jüdischer Moerser Bürgerinnen und Bürger sowie private Briefe, die die letzten Wochen der jüdischen Familie Leyser bis zu ihrer Deportation vor 80 Jahren dokumentieren, haben Grafschafter Museum und Stadtarchiv aufgespürt. Mit dem Fund konnten im Stadtarchiv wichtige Dokumente zur jüdischen Geschichte in Moers gesichert werden. Unter den Dokumenten befinden sich nicht nur Fotos und Informationen zur Familie Bähr (Herrmann Bähr war ein jüdischer Arzt und letzter Vorsteher der Synagogengemeinde Moers), sondern auch die Kennkartenanträge von jüdischen Moerser Bürgerinnen und Bürgern. „Damit hat das Stadtarchiv wichtige Unterlagen zur jüdischen Geschichte während der NS-Zeit mit verlässlichen Angaben wie Wohnort, Adresse und Beruf der jüdischen Bürgerinnen und Bürger, die Ende 1938 noch in Moers wohnten. Die meisten von ihnen wurden deportiert und ermordet“, erläutert Archiv-Leiterin Daniela Gillner. Seit Juli 1938 galt für jüdische Bürgerinnen und Bürger der Kennkarten-Zwang: „Das Material ist eine sehr wichtige Quelle für die Aufarbeitung jüdischer Biografien“, ergänzt Museumsleiterin Diana Finkele. Die fast bei jedem Antrag angefügten Fotos würden der Erinnerung wieder Gesichter geben. Lichtbilder von jüdischen Moerserinnen und Moersern sind sonst leider viel zu wenige erhalten. „So wurden den Menschen damals Eigentum, Leben und letztlich die Erinnerung an sie geraubt“, so Finkele. Die Briefe und Postkarten, die vornehmlich von Familie Leyser stammen, zeigen eindrücklich die dramatische Entwicklung der Situation. Die Briefe wurden neu transkribiert und kommentiert. Der Beitrag wird in der Jahresgabe des Grafschafter Museums- und Geschichtsvereins veröffentlicht. Die Kennkarten sollen auf der Internetseite des Stadtarchivs Moers (www.moers.de) zugänglich gemacht werden.

Foto: Die Scherpenberg Aktiven

Scherpenberger Wappenfest ist Geschichte

"Die Scherpenberg Aktiven" haben beschlossen, das Scherpenberger Wappenfest nach neun erfolgreichen Festen nicht mehr zu veranstalten. Dies teilte die Gruppe Anfang Februar mit. Einerseits hätten sich Lebensumstände und Schwerpunkte einzelner Mitstreiter verändert. Andererseits ließen die Auswirkungen der Pandemie keine sichere Planung und Vorarbeiten zu. Der damit verbundene Mehraufwand und die wahrscheinlich höheren Kosten könnten weder gestemmt noch aufgebracht werden. Die Gruppe kündigte an, in Zusammenarbeit mit dem Moers Marketing und Schausteller Michael Zajuntz, mit einer anderen Veranstaltung zurückzukommen.

Foto: pixabay

Zum Stöbern in die Saatgutbibliothek

Die Bibliothek Moers startet pünktlich zu Beginn der Gartensaison am 1. März mit der Ausleihe von Saatgut. Ziel ist der Erhalt von alten, seltenen Sorten sowie die Förderung der Pflanzenvielfalt. Unterstützung kommt dazu von Maria Madani, Leiterin des vhs-Biogartens. Sie hat den Großteil des Saatgutbestandes gespendet und wird am Eröffnungstag vormittags in der Bibliothek Fragen Interessierter beantworten. Bei der Auswahl des Saatgutes wurde Wert auf ein sortenreines, nicht genverändertes Saatgut gelegt, welches man gut vermehren kann. Erlaubt ist die Mitnahme von ein bis zwei Tütchen. Das Saatgut soll im Garten oder Balkonkasten ausgesät werden. Nach dem Ernten der reifen Früchte wird der frische Samen getrocknet. Wichtig ist, dass ein Teil des dann neuen Saatguts spätestens im Herbst wieder in die Saatgutbibliothek zurückfließt. Nur so können andere davon profitieren. Am Eröffnungstag ist die Saatgutbibliothek ab 10.30 Uhr zusammen mit passender Fachliteratur im Eingangsbereich der Bibliothek Moers (Wilhelm-Schroeder-Straße 10) zu finden. Öffnungszeiten: dienstags bis freitags von 10.30 bis 18.30 Uhr, samstags von 10.30 bis 13.30 Uhr.

Tipp der Redaktion

Auf Seite 43 beschreibt Bibliotheksmitarbeiterin Birgit Krone in unserer Rubrik **Medium des Monats** das Buch von Sigrid Drage *„Wie du dein eigenes Saatgut gewinnst – und so ein kleines Stück Welt rettest: alte Sorten erhalten, Pflanzenvielfalt feiern, unabhängig sein.“*

#klimafit: Umweltschutz beginnt vor der Haustür

Anregungen zum Klimaschutz in der eigenen Region und Impulse zum gemeinsamen Handeln geben Kursangebote der vhs Moers – Kamp-Lintfort unter dem Titel #klimafit. Im Vordergrund stehen die direkt spürbaren Klimaauswirkungen. Ziel von #klimafit ist es, Menschen zu informieren und zusammenzubringen, die gemeinsam vor Ort handeln möchten. Die Reihe startet am Donnertag, 24. März (18 bis 21 Uhr) und endete am Donnerstag, 9. Juni (18 bis 21 Uhr).

#klimafit wurde entwickelt von WWF Deutschland und dem Helmholtz-Forschungsverbund Regionale Klimaänderungen. Das Projekt wird gemeinsam von den Städten Moers und Kamp-Lintfort gefördert. Für die erfolgreiche Teilnahme erhalten die Kursbesucher am Ende ein entsprechendes Zertifikat. Für zwei Online-Termine benötigen Teilnehmende ein internetfähiges Endgerät. Alle sechs Abende finden in der vhs Moers, Wilhelm-Schroeder-Straße 10, statt. Anmeldungen im Internet auf www.vhs-moers.de oder telefonisch unter 02841/201-565.

Das Corona-Buch ist da

Ein Corona-Projekt starteten im Frühjahr 2021 Ursula Friebel (Bibliothek Moers), Jörg Büschgens (vhs Moers) und Ulrich Steuten (ehemals vhs Moers). Sie haben Menschen in Moers eingeladen, sich gegenüber der Pandemie nicht tatenlos, sondern kreativ zu verhalten. ‚Corona – Moers schreibt ein Buch' lautete der Aufruf. Jetzt ist das Werk erschienen. Gefragt waren Statements gegen den Corona-Frust, Berichte und Geschichten aus einer neuen, stressigen und so nie zuvor dagewesenen Lebensweise. Das Buch dokumentiert Erlebnisse und Erfahrungen aus dem komplett veränderten Alltag. Zwischen April und August 2021 erhielt das Herausgeber-Team 72 Einsendungen, von denen 35 in das Buch aufgenommen wurden. In Gedichten, Erlebnisberichten, Kurzgeschichten und Einträgen in ein ‚Tagebuch der Einsamkeit' schildern die Autorinnen und Autoren ihre persönlichen Erlebnisse und Strategien im Umgang mit der Pandemie. Das Corona-Projekt wurde vom Kulturbüro der Stadt Moers finanziell unterstützt und in einer Auflage von 500 Exemplaren gedruckt. Es ist bei der Barbara-Buchhandlung (Burgstraße), bei Thalia (Steinstraße) und der Neukirchener Buchhandlung (Andreas-Bräm-Straße 18-20, Neukirchen-Vluyn) zum Preis von zehn Euro erhältlich. Die beteiligten Autorinnen und Autoren bekommen in der Barbara-Buchhandlung ein Freiexemplar.

FOCUS
TOP
IMMOBILIEN MAKLER
2021
MOERS
statista

HOFFMANN
IMMOBILIEN seit 1965

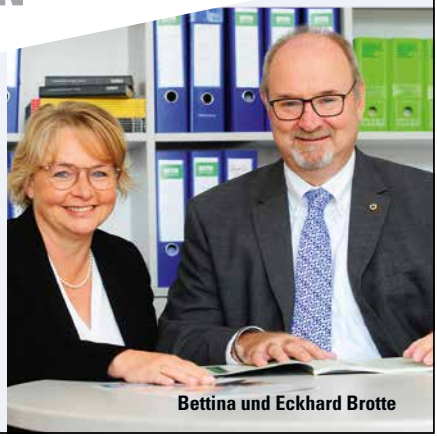
KEINE EXPERIMENTE!
Verkauf und Vermietung einer Immobilie sind Vertrauenssache – nutzen Sie unsere langjährige Erfahrung und Kompetenz.

...seit über 55 Jahren erfolgreich in Moers.

HOFFMANN IMMOBILIEN GMBH
UERDINGER STRASSE 24
47441 MOERS

TEL. 02841-91990
WWW.HOFFMANN-IVD.DE
INFO@HOFFMANN-IVD.DE

ivd


Bettina und Eckhard Brotte

Moers bleibt Kinostadt

Foto: Stadt Moers

Nach der Schließung des Atlantic-Kinocenters im Oktober übernimmt der Moerser Unternehmer Abi Haidar die Gewerbeimmobilie in der Neustraße. Für das künftige Programm sind Filme geplant, die auch in den großen Multiplex-Kinos zu sehen sind. Aber auch Kinderfilme werden einen Schwerpunkt ausmachen. „Als erste Blockbuster wollen wir den neuen Minions-Film und die Fortsetzung von Avatar zeigen", erläutert Markus Brinkmann, der seit 15 Jahren im Kinobereich tätig ist. Geplant ist die Öffnung im April. Vorgesehen sind für den Hauptsaal und die beiden kleinen Räume bis zu 180 Plätze. Im großen Saal soll die erste Reihe mit Liegesitzen ausgestattet werden. Aktuell befindet sich der Gebäudeteil im Umbau. Die Räume werden barrierefrei gestaltet und im Hauptsaal gibt es eigene Bereiche für Rollstühle. Dass Abi Haidar die Immobilie so schnell kaufen und mit den Bauarbeiten loslegen konnte, ist auch der Wirtschaftsförderung Moers zu verdanken. In Kürze startet Cinema Moers auf der Internetseite www.cinemamoers.de mit dem Verkauf von Gutscheinen für Kinobesuche. Aktuelle Informationen gibt es auf der Facebookseite des Kinos, das unter dem Suchbegriff Cinema Moers zu finden ist.

Bevölkerung: Mehr Kinder und junge Alte in Moers

Moers bleibt deutlich auf Großstadtniveau: Mit über 104.000 Bürgerinnen und Bürgern ist die Zahl der Bevölkerung in der Grafenstadt schon seit mehreren Jahren auf dem gleichen Stand. Am Stichtag, dem 31. Dezember 2021, waren 104.354 Personen mit Hauptwohnsitz in Moers gemeldet, genau 57 mehr als im Vorjahr. Was sich geändert hat ist die Altersstruktur. So ist die Gruppe der Jüngsten, der 0- bis 5-Jährigen, seit 2015 kontinuierlich angestiegen und hat im Jahr 2021 mit 5.803 Kindern den bisher höchsten Stand erreicht. Mit 5,6 Prozent verzeichnet die Altersgruppe der 65- bis 74-Jährigen den größten Zuwachs. Gleichbleibend hoch seit 2015 sind die Zahlen bei den 75-Jährigen und Älteren mit 12.379 Bürgerinnen und Bürgern. Die meisten hochbetagten Menschen lebten zum Stichtag in Schwafheim, Moers-Mitte und Hülsdonk. Gleichzeitig stieg die Zahl der 0- bis 5-Jährigen neben Moers-Ost auch in Eick und Schwafheim. Mehr Moerser Statistik unter **www.moers.de/de/rathaus/veroeffentlichungen/.**

Ihre Zahnarztpraxis mit Herz!

ZAHNÄRZTIN
Dr. Kristina Haastert

Kastell 1 · 47441 Moers
Tel.: 02841 / 981728
www.zahnarzt-haastert.de

Wir bieten neben dem klassischen zahnärztlichen Leistungsspektrum:

Innovative & schonende Konzepte

- unter Einsatz der Laserzahnmedizin (z.B. schmerzfreie Parodontitisbehandlung)
- mit Keramikkronen an einem Tag
- im Bereich der modernen Implantologie
- mit Ohrakupunktur
- mit digitaler Abformung

Foto: Stadt Moers

Schülerinnen und Schüler der Musikschule erneut erfolgreich

Trotz der schwierigen Rahmenbedingungen durch die Corona-Pandemie waren die Schülerinnen und Schüler der Moerser Musikschule wieder sehr erfolgreich beim Regionalwettbewerb ‚Jugend Musiziert' am 22. Januar. Insgesamt nahmen dieses Mal 14 junge Menschen teil – alle sind mit ersten Preisen ausgezeichnet worden. Für sieben Mädchen und Jungen geht es vom 18. bis 22. März nach Detmold zum Landeswettbewerb. Angetreten sind die jungen Musikerinnen und Musiker in den Kategorien Schlagzeug solo, Duo Klavier, Klavier und ein Blasinstrument sowie Gitarrenensemble. Die Schülerinnen und Schüler haben Programme aus verschiedenen Musikepochen mit Aufführungsdauern von – je nach Altersklasse – 6 bis 20 Minuten vor fachkundigen Jurys und interessiertem Publikum präsentiert. Den Regionalwettbewerb ‚Jugend Musiziert' hat erneut die Sparkasse am Niederrhein unterstützt.

IHRE Partnerin
für moderne und klassische Bestattungen
und Bestattungsvorsorgen

RITA ENGELN BESTATTUNGEN
... von Engeln begleitet

www.rita-engeln.de Tel: 02841 1738945

Gutschein über

200€ Preisnachlass

beim Kauf einer Brille mit Essilor Marken-Gleitsichtgläsern!*

* nicht mit anderen Angeboten kombinierbar, gültig nur bei Vorlage dieses Gutscheins bis zum 31.03.2022 beim Kauf einer kompletten Brille mit Varilux - Markengläsern. Nur 1 Gutschein pro Kauf.

Brillen Kaiser oHG · Steinstr. 11 · 47441 Moers
☎ 02841-22782 · www.brillen-kaiser.de · www.blickfelder.net

Hier erreichen Sie uns:

Foto: Berns

Eine Long-Covid-Betroffene berichtet im Gespräch mit MM-Redakteur David Weierstahl von ihrer Erkrankung und Langzeitsymptomen.

Wenn etwas von Covid bleibt

TITELTHEMA Eine 77-jährige Moerserin leidet an dem sogenannten Long-Covid-Syndrom. Sie nimmt an Treffen einer Selbsthilfegruppe teil, die speziell Long-Covid-Betroffene anspricht.

„Ich ignoriere und überspiele manches, weil jammern mir nicht hilft und anderen gehe ich damit auf den Keks", sagt Else Weber (Name von der Redaktion geändert). Sie müsse ihre gesundheitlichen Einschränkungen akzeptieren und sich irgendwie mit ihnen arrangieren. Die 77-jährige Moerserin pflegt eine pragmatische Einstellung zu ihren langanhaltenden Covid-Symptomen, die sie seit ihrer Erkrankung vor anderthalb Jahren noch immer begleiten. Müdigkeit, Kraftlosigkeit und Luftknappheit plagen die Seniorin heute noch. Ihre Kräfte muss sie sich sorgfältig einteilen, an langes Arbeiten ist nicht mehr zu denken, weil ihr schlicht die Energie dazu fehle. Das war vorher anders, erzählt die Seniorin. Seit drei Jahren arbeitet sie ehrenamtlich in der Tagespflege eines ambulanten Pflegedienstes in Moers und verbringt dort Zeit mit den Tagesgästen. Sie spielt Gesellschaftsspiele, bastelt oder veranstaltet Quizrunden. Außer für pflegerische Tätigkeiten werde sie überall dort eingesetzt, wo man sie braucht. In der Weihnachtszeit hatte sie für alle Waffeln gebacken, in ihrer Anfangszeit bei der Tagespflege einen Singkreis geleitet.

Seit Beginn der Pandemie und wegen den Coronaschutzmaßnahmen dürfe das bei den betagten Tagesgästen beliebte Gemeinschaftssingen nicht mehr stattfinden. Und selbst wenn es doch irgendwie durch Abstandhalten, Maskentragen und regelmäßiges Raumlüften möglich wäre: Webers Stimme würde nicht mehr mitmachen. Der Zustand ihrer bereits vor der Covid-Erkrankung angeschlagenen Stimmbänder sei durch die Folgen der Virusinfektion schlimmer geworden. Bei einer kürzlichen Untersuchung stellte ein HNO-Arzt fest, dass ihre Stimmlippen zu wenig Sauerstoff bekämen – ein Rückschlag für die Moerserin. Immerhin kann sie inzwischen wieder die Gäste in der Tagespflege betreuen. Eine Arbeit, die ihr großen Spaß macht, bei der sie Wertschätzung erfährt und fit bleibt. „Als ich nach einem halben Jahr wiederkam, fragten mich die Gäste, wo ich so lange war und, dass sie mich vermisst hätten. Es tut gut, das zu hören", sagt sie. Eine solche Wertschätzung habe sie während ihrer hauptamtlichen Dienstjahre nie erlebt. Trotzdem sei sie immer gerne zur Arbeit gegangen.

Else Weber arbeitete vor ihrer Rente zuletzt dreizehn Jahre in der ambulanten Altenpflege. Die gelernte Erzieherin schulte 1980 beim Roten Kreuz zur Krankenschwesterhelferin um, weil die beruflichen Aussichten in der Pflege damals besser waren. Für sie war von Anfang an klar: Wenn es familiär machbar ist und ihre beiden Töchter aus dem Haus sind, wolle sie wieder in den Beruf einsteigen. Zu Hause hielte sie nichts. Ihr Ehemann ist früh und unerwartet verstorben. „Ich musste lernen, mein Leben neu zu ordnen. Es musste wieder einen neuen Sinn bekommen", sagt sie. Sechs Jahre arbeitete Else Weber in einem Krankenhaus als Nachtwache, wo sie auch Springerdienste übernahm und froh war, wenn das Wochenende „abgedeckt" war. Als sie in Rente gegangen ist und auch nicht mehr regelmäßig auf ihre Enkel aufpassen musste, suchte Weber eine neue Aufgabe: „Ich habe zu viel Zeit, sage ich ganz ehrlich. Und ich bin kein Putztyp." Daher fing sie als Ehrenamtlerin bei der Tagespflege an und ist außerdem sehr aktiv in ihrer Gemeinde, für die sie seit über 30 Jahren für einen guten Zweck einen Basar bestückt.

Else Weber betreut ehrenamtlich Gäste in der Tagespflege. Sie spielt mit den meist älteren Senioren Gesellschaftsspiele und führt Gespräche.

Die Covid-Erkrankung

Im November 2020 erkrankte Else Weber an Covid. Sie kam von der Tagespflege nach Hause und fühlte sich „mau", wie sie sagt. Kurze Zeit später überkamen die Rentnerin Schüttelfrost und starker Husten. Am Wochenende ging es ihr so schlecht, dass sie Montagmorgen in ihrer Hausarztpraxis anrief und nach einem Covid-Test fragte. Weber fuhr sofort hin, um den Abstrich für den PCR-Test zu machen. Das Ergebnis würde erst am Donnerstag eintreffen, wurde ihr gesagt. Als sie wieder zu Hause war, gab sie vorsichtshalber in der Tagespflege Bescheid. Ihre Sorge galt vor allem den drei Frauen, mit denen sie noch am Freitagmittag beim Brettspiel zusammensaß. Die Pflegedienstleitung gab dann Entwarnung: Der Covid-Test der drei Damen war negativ. Dienstagmorgen, noch vor Öffnung ihrer Hausarztpraxis, kam der Anruf und die Information über das Laborergebnis. Ihr PCR-Test war positiv. Die Praxis empfahl 14 Tage Quarantäne, das Gesundheitsamt würde sich bald bei Weber melden. „Warum ich?", ging der Seniorin als erstes durch den Kopf. In ihrer Nachbarschaft galt sie als pingelig und wurde belächelt, weil sie aus Sorge vor einer Ansteckung extra ein Nachbarschaftskaffee platzen ließ. „Und dann erwischte es mich."

Sie sagte sofort in der Tagespflege Bescheid und informierte ihre Töchter. In Folge der Erkrankung traten weitere Symptome auf: Ihr machte die Helligkeit im Haus und ihr labiler Kreislauf zu schaffen. „Mir sackten regelrecht

die Beine weg“, beschreibt Weber ihre Symptome. Sie misste regelmäßig Blutdruck und Fieber, lag in Decken eingewickelt auf der Couch. Nur etwas zu trinken stand auf dem Tisch, an Essen war nicht zu denken. Nach einer Woche habe sie angefangen, löffelweise Brühe zu schlürfen. Sonst konnte sie nichts essen. Stündlich riefen die Töchter an, um sich nach ihrer Mutter zu erkundigen. Außer in der Tagespflege und ihre beiden Töchter sollte niemand von ihrer Covid-Erkrankung erfahren. „Ich habe mich geschämt“, sagt sie. „Wieso weiß ich nicht, vielleicht ist es eine Marotte von mir.“ Was ihr bis heute keine Ruhe lässt: Sie wüsste nicht, wo sie sich angesteckt hat. Am Mittwoch zuvor war sie in einem Geschäft in Moers wegen Änderungen an ihren Hörgeräten und anschließend im T-Punkt-Laden am Königlichen Hof. In beiden Fällen war sie auf Abstand mit jeweils nur einem Mitarbeiter zusammen. „Sonst war ich nirgends.“ Am Dienstag sei sie noch negativ getestet worden.

Eine Woche lang lag Else Weber alleine zu Hause. „Es ging mir ganz mies. Ich habe nur noch gelegen und geschlafen.“ Was ihr in dieser Zeit half, waren die Gespräche mit einer Psychologin vom Pflegedienst. Noch am Dienstag meldete sich bei der Seniorin in Quarantäne eine junge Stimme am Telefon und stellte sich vor. Seitdem meldete sie

Der kürzeste Weg zwischen zwei Menschen ist ein Lächeln!

Vorsorge · Therapie · Ästhetik
– Individuell –

Zahnarztpraxis
Dr. Markus Fenger
Privatbehandlungen
www.dr-fenger.de

Rufen Sie uns an
0 28 41 – 2 80 30

sich bis aufs Wochenende jeden Mittag und sprach mit Weber über ihre Sorgen – eine große Erleichterung für die Moerserin, eine neutrale Person habe in dieser Situation gutgetan. 20 Tage verbrachte Weber isoliert in Quarantäne. Zu diesem Zeitpunkt, im November 2020, war noch nicht klar, wann es einen Impfstoff oder wirksame Medikamente geben würde. „Ich wusste ja gar nicht, was mit mir passiert", sagt sie. Auch die Ärzte konnten ihr nichts sagen. Wenn etwas sei, solle sie sofort im Bethanien anrufen. Hausbesuche bei Corona-Patienten machten die Hausärzte damals nicht. „Ich fühlte mich alleingelassen", sagt Else Weber. Auch das Gesundheitsamt hätte sich damals nicht bei ihr gemeldet. Mitte Dezember, vier Wochen nach ihrer Infektion, waren ihre akuten Symptome abgeklungen und sie ging zu ihrem Hausarzt. Als er ihre Lunge abhörte, bemerkte der Arzt abklärungswürdige Geräusche und stellte ihr eine Überweisung zur Röntgenuntersuchung aus.

Bereits beim ersten Blick auf die Lungen-Aufnahmen habe der Radiologe die Hände über den Kopf zusammengeschlagen. „Beide Lungenflügel waren kaputt", sagt sie. Der Arzt zeigte ihr, wie eine gesunde Lunge aussehen müsste und verglich diese mit den Aufnahmen von Weber. Nicht viel besser sah es nach einer CT-Untersuchung Anfang Januar aus. „Die CT-Bilder waren eine Katastrophe." Drei Monate später ging Weber zur Kontrollaufnahme und selbst da hatte sie immer noch jede Menge Entzündungsherde in beiden Lungenflügeln. „Ich merkte es beim Laufen. Ich kam nur bis zum kleinen Park vor meiner Straße." Und das nur in Begleitung und mit Hilfe einer ihrer Töchter. „Ich war nicht in der Lage, alleine zu gehen, mir fehlte die Puste. Es war keine Kraft mehr da." Dazu kam die Schwäche durch die tagelange Mangelernährung. Stück für Stück dehnte sie die täglichen Spaziergänge immer weiter aus. Es ginge ihr zwar heute besser, die Luftnot sei aber immer noch da. Sie merke es im Alltag etwa bei längeren Arbeiten in der Küche: Immer wieder müsse sie zwischendurch Pausen einlegen – eine Situation, die auch andere Long-Covid-Betroffene gut kennen.

FRISÖRE JÜTTEN & SPERL

...WEIL
ERFAHRUNG
DEN UNTERSCHIED
MACHT

TERMINE UNTER
02841 178417

WIR SIND
FÜR SIE DA

MO	geschlossen
DI – Do	09 – 18 Uhr
FR	09 – 19 Uhr
SA	08 – 14 Uhr

UERDINGER STRASSE 53 · 47441 MOERS
Tel. 02841–178417
M: u.juetten@gmx.de & juttasperl@gmx.de

Anne Gawlik von der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Kreises Wesel hilft der Long-Covid-Gruppe bei ihren Treffen.

Gründung einer Moerser Long-Covid-Gruppe

In einer speziellen Selbsthilfegruppe der Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel tauschen sich Menschen aus, die nach ihrer Covid-Erkrankung immer noch an Symptomen leiden. Anne Gawlik von der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Kreises Wesel half im vergangenen Jahr bei der Gründung der neuen Gruppe. „Andere Kreise und benachbarte Städte wie Duisburg hatten sehr früh eine Long-Covid-Gruppe gegründet. Diese hatten großen Andrang und wir wollten das hier im Kreis Wesel auch probieren“, so die 32-jährige Ergotherapeutin, die seit Mai letzten Jahres in der Selbsthilfe-Kontaktstelle tätig ist. Das Problem bei Long-Covid: Es handelt sich immer noch um eine neue Erkrankung, zu der oftmals Erfahrungen zu Behandlungsmöglichkeiten fehlen. Daher bleiben viele Fragen von Ärzten unbeantwortet. In der Long-Covid-Selbsthilfegruppe können Menschen, die Ähnliches erleben, sich halt geben und von den Erfahrungen anderer profitieren.

Als die kleine Gruppe aus vier Long-Covid-Betroffenen, darunter auch Else Weber, im September startete, nahm sie an einem Treffen einer bereits bestehenden Selbsthilfegruppe teil, bei der es um das chronische Erschöpfungssyndrom ging. Schnell merkten Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie die Kontaktstelle, dass die Long-Covid-Gruppe andere Belange teilten und ein eigenes Forum gründen sollten. „Die Long-Covid-Betroffenen waren einfach noch frischer im Prozess. Da waren gerade welche akut in die Arbeitsunfähigkeit gerutscht oder hatten Probleme, einen guten Arzt zu finden.“ Auch die Impfdiskussion und das aktuelle Geschehen rund um die Pandemie seien Themen, die die Gruppe beschäftigt und Fragen aufwerfen: Wie verhalte ich mich? Wann bin ich genesen? Lasse ich mich überhaupt impfen und wenn ja, wann? Oft seien auch Reha-Möglichkeiten in der Gruppe besprochen worden, etwa solche, die sich auf Long-Covid spezialisiert haben. „Die Betroffenen sind auf der Suche nach Informationen und Erfahrungen von anderen“, berichtet Gawlik.

In der Moerser Innenstadt fand die Gruppe schließlich einen Raum für ihre Treffen. Beim zweiten Zusammenkommen waren es inzwischen sechs Teilnehmerinnen und Teilnehmer: Ein junger Mann, eine Frau, ein Ehepaar aus Rheinberg sowie eine Mutter mit ihrer Tochter aus Dinslaken. Fast alle Gruppenmitglieder haben ihre eigene persönliche Odyssee hinter sich. So wie ein Mann, der zuvor gearbeitet hatte und gerne wieder zurück in den Beruf kehren würde, es aber wegen Long-Covid nicht schaffe. Eine Reha und zwei Anläufe mittels Wiedereingliederungsmaßnahmen hatte er unternommen – ohne den erhofften Erfolg. Darüber zu sprechen, hätte ihm aber gutgetan und so geht es auch den anderen Teilnehmenden.

Sie sind verschiedenen Alters. Anne Gawlik berichtet von einer Anfrage einer 18-jährigen Schülerin, die zwar noch nicht bei einem Treffen dabei war, aber Interesse hinterlegt habe. „Das ist eine Schülerin, die eigentlich noch am Anfang ihres Lebens steht und jetzt schulunfähig ist, weil sie Einschränkungen in der Merkfähigkeit hat“, sagt sie. Es seien aber auch ältere Menschen dabei wie Else Weber, die aber noch ehrenamtlich tätig sind. Einige Teilnehmer waren dabei, die bereits im März 2020 als eine der ersten erkrankt waren, andere erst später im Winter 2020 und 2021. „Es ist spannend zu hören, wie unterschiedlich die Geschichten und Erfahrungen mit dem Gesundheitssystem und den Ärzten sind.“ Es sei ein breites Feld von Menschen mit kleinen Kindern, die mitten im Berufsleben stehen, bis hin zu Großmüttern, die von ihren Enkeln berichten und Angst vor Kontakten haben. Sie alle haben etwas gemeinsam: Sie leiden an chronischer Erschöpfung nach einer Covid-Erkrankung.

Anne Gawlik erinnert sich an die Aussage einer Patientin, die den dauerhaften Erschöpfungs-Zustand mal sehr treffend beschrieben hätte: „Wenn ich müde bin, dann schlafe ich und danach gehts mir wieder gut. Aber ich bin erschöpft. Ich kann mich ausruhen und dann ist es danach vielleicht für eine halbe Stunde wieder gut, aber nicht mehr für den ganzen Tag.“ Manche Teilnehmer berichten, dass ein Tag von morgens bis abends sehr lang und anstrengend sein kann. Immer begleitet von den Fragen: Wann geht das weg? Bleibt das? Viele würden auch von permanenten Sinnesempfindungen berichten. „Man kann sich das gar nicht vorstellen, wenn es ständig kribbelt oder man den ganzen Tag Gelenkschmerzen hat. Diese Einschränkungen finde ich enorm“, sagt Gawlik. Auch Haarverlust gehört zu den berichteten Symptomen, dass die Stimme tiefer geworden

Anne Gawlik

Anne Gawlik ist 32 Jahre alt und arbeitet seit Mai 2021 in der Selbsthilfe-Kontaktstelle des Paritätischen Kreis Wesel. Dort berät sie Menschen, die auf der Suche nach einer Selbsthilfegruppe sind oder nach anderen Unterstützungsstellen. Sie ist Ergotherapeutin und hat Gesundheits- und Sozialmanagement studiert.

Anne Gawlik vor dem Gebäude des SCI:Moers am Hanns-Albeck-Platz, wo die Selbsthilfe-Kontaktstelle des Kreises Wesel ansässig ist.

ist oder die Merkfähigkeit abgenommen hat. Einem Teilnehmer sei nicht mehr möglich, seinen Tag zu planen oder zu strukturieren.

Der Effekt von Selbsthilfe

Was Gawlik bei den bisher stattgefundenen Gruppentreffen immer wieder auffällt: Einige Teilnehmer nicken verständnisvoll, wenn andere von ihren Symptomen erzählen. Es sind oft die gleichen oder zumindest ähnliche Symptome, an denen Long-Covid-Betroffene leiden. „Es gibt in dieser Gruppe immer jemanden, der einen nachvollziehen und verstehen kann, wo man sich nicht viel erklären muss“, sagt Gawlik. Die Teilnehmenden profitieren gegenseitig von den Erfahrungen der anderen etwa, wenn es um Ärzte und Rehakliniken und spezielle Therapien geht. Sie geben sich einfache, praktische Tipps, die schnell helfen. „Als jemand von seinen Gelenkschmerzen berichtete, kam der Tipp von einem Teilnehmer aus der Gruppe, dass ihm Schwimmen dabei geholfen hätte, den Gelenkschmerz zumindest für die nächsten 24 Stunden zu lindern.“ Selbsthilfe lebe davon, dass jeder von seinen Erfahrungen erzählt und jede Person etwas anderes für sich daraus mitnehmen kann, um am Ende mehr Lebensqualität zu haben.

Der Verlauf von Long-Covid sei trotz vieler Gemeinsamkeiten sehr unterschiedlich. Daher sei die medizinische und therapeutische Behandlung wichtig und kann nicht durch die Selbsthilfe ersetzt, sondern nur ergänzt werden, um einen eigenen Umgang mit der Erkrankung zu finden. Die Teilnehmenden aus der Moeser Gruppe kämen aus den unterschiedlichsten Gegenden des Kreises, aber auch aus unterschiedlichen Altersstufen. Menschen, die sich womöglich sonst nicht begegnen würden. „Am Ende von einem Treffen merke ich, dass sich alle verstanden fühlen. Ohne, dass sie sich erklären müssen, wie es vielleicht bei Freunden und der Familie der Fall ist. Nach den Gesprächen sind die Leute erleichtert, jemanden gefunden zu haben, dem es ähnlich geht. Das ist ein toller Effekt von Selbsthilfe“, findet Gawlik.

Das letzte Treffen von nur insgesamt drei Zusammenkünften fand im November statt.

„Seitdem hakt es“, sagt Weber und versteht nicht, warum es bislang so wenig Beteiligung an der Selbsthilfegruppe gibt. „Es muss doch allein in Moers viele Menschen geben, die immer noch Beschwerden nach einer Coronaerkrankung haben.“ Das Problem ist, dass der Gruppenprozess nicht richtig in Gang kommt, da die Treffen bislang nicht regelmäßig stattfinden konnten. „Es gibt natürlich die große Angst, sich bei Präsenztreffen anzustecken“, sagt Gawlik. Daher habe die Selbsthilfegruppe im November ein Online-Treffen ausprobiert, bei denen jeweils nur drei Leute teilgenommen hatten. Auch zum Präsenztreffen einen Monat später kamen nicht mehr.

Wegen hoher Inzidenzen entschied sich die Gruppe im Januar und Februar wieder für den sicheren Weg via Online-Treffen. „Es gibt Gruppenmitglieder, die sich auf keinen Fall in Präsenz treffen wollen und wiederum solche, die keine Online-Treffen wollen, weil sie das technische Know-How nicht haben“, sagt Gawlik. Dadurch würden die Gruppentreffen stocken und es auch noch kein richtiges Einheitsgefühl entstehen. Langfristig peile die Gruppe präsente Treffen an, die ab März auch wieder regelmäßig stattfinden sollen. An diesen möchte dann auch wieder Else Weber teilnehmen und hofft darauf, dass sich die Betroffenen öfter sehen – wenngleich die derzeit hohen Inzidenzen sie doch schon beunruhigen. Vor allem

Long-Covid-Gruppe

Ansprechpartner für die Long-Covid-Selbsthilfegruppe ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle des Kreises Wesel
✆ 02841/900016
E-Mail: selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-wesel.de

Die Gruppentreffen finden statt in der Moerser Innenstadt. Interessierte sind gebeten, sich vor Teilnahme bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle anzumelden. Es gelten die aktuellen Regeln der Coronaschutz-Verordnung.

Lust auf mehr?

Neue Liquidität dank Immobilien-Teilverkauf.

Der Teilverkauf bietet Ihnen eine flexible Möglichkeit, Immobilienvermögen in Liquidität zu wandeln, ohne das Eigenheim verlassen zu müssen. Bis zu 50 % verkaufen – 100 % weiter nutzen. Wir haben Ihr Interesse geweckt? Dann fordern Sie noch heute Ihr unverbindliches Angebot an!

Günter Mehnert
Geschäftsführer

EuV Niederrhein Immobilien GmbH
Lizenzpartner der Engel & Völkers Residential GmbH
Meerstraße 13-15 · 47441 Moers
Tel. +49-(0)2841-169 38 30 · Moers@engelvoelkers.com
www.engelvoelkers.com/krefeld-viersen-moers

ENGEL&VÖLKERS

Bei den Treffen der Long-Covid-Selbsthilfegruppe in Moers tauschen sich Betroffene untereinander aus und geben sich hilfreiche Tipps.

deshalb, weil die alten Fälle, mit denen sie die Long-Covid-Betroffenen meint, noch gar nicht komplett „abgearbeitet“ seien.

Für Menschen, die sich nicht impfen lassen wollen, hat sie kein Verständnis. „Die sollen nur einmal für eine Stunde auf die Intensivstation gehen, wo beatmete Patienten liegen, um das mal mitzubekommen, wie schlecht es manchen geht“, sagt sie. Manchmal bekomme sie Angst vor den sogenannten Spaziergängern. Denn da seien schließlich auch Leute dabei, die etwas im Kopf haben. „Warum werden Sanitäter, Ärzte und auch Pfarrer angegriffen und beschimpft? Wo führt das hin?“, will Weber wissen. Für die 77-Jährige trägt auch die Politik einen Teil der Schuld: „Dieses hin und her verunsichert doch die Bevölkerung.“ Sie selber hat sich als Genesene frühzeitig impfen lassen und ist auch inzwischen geboostert – eine Selbstverständlichkeit für die Moerserin. Zu den anhaltenden Symptomen ihrer Covid-Erkrankung sagt sie: „Es wird langsam besser. Langsam.“

Gastbeitrag Gesundheit

Im Gastbeitrag auf Seite 38 geht Lungenfacharzt und Oberarzt der Lungenklinik Bethanien Dr. Kato Kambartel auf das Thema Long-Covid ein.

Endlich Draußenzeit

WILLKOMMEN IM MÄRZ! MIT MEDITERRANEM ZAUBER, INTENSIVEM KRÄUTERDUFT UND DEN NEUSTEN GRILL- UND GARTENMÖBELTRENDS, 01.-26.03.

GARTENCENTER Schlößer
... ALLES FÜR HAUS & GARTEN

ZITRUS & OLIVE
1.-6. MÄRZ

Mediterraner Zauber und Aroma für Garten, Balkon und Zuhause: Entdecken Sie Sorten- und Formenvielfalt bei Top-Beratung. Für die Genießer: Tolles mit Olivenöl in unserem Genießermarkt.

Freuen Sie sich auch so sehr auf die beginnende Draußenzeit wie wir? Bei uns steht im Monat März alles auf Frühling, Genuss und duftendem Aroma. Erleben Sie den mediterranen Zauber von Zitrus & Olive, das duftende Aroma frischer Kräuter und lassen sich von den neuesten Grill- und Gartenmöbeln überraschen. Der Monat März hält viele tolle Aktionen für Sie bereit, wir freuen uns auf Sie. Herzlich willkommen!

Die aktuellen, coronabedingten Öffnungszeiten und -bedingungen finden Sie bei uns online

MÖBEL & GRILL
25.+26. MÄRZ

Willkommen in der Saison!
Wir eröffnen unsere Gartenmöbelausstellung 2022: Es gibt Neues für das Outdoor-Office, viele Designerstücke, die neuesten Weber-Grills und natürlich alles rund ums Grillen.

KRÄUTERWOCHE
14.-20. MÄRZ

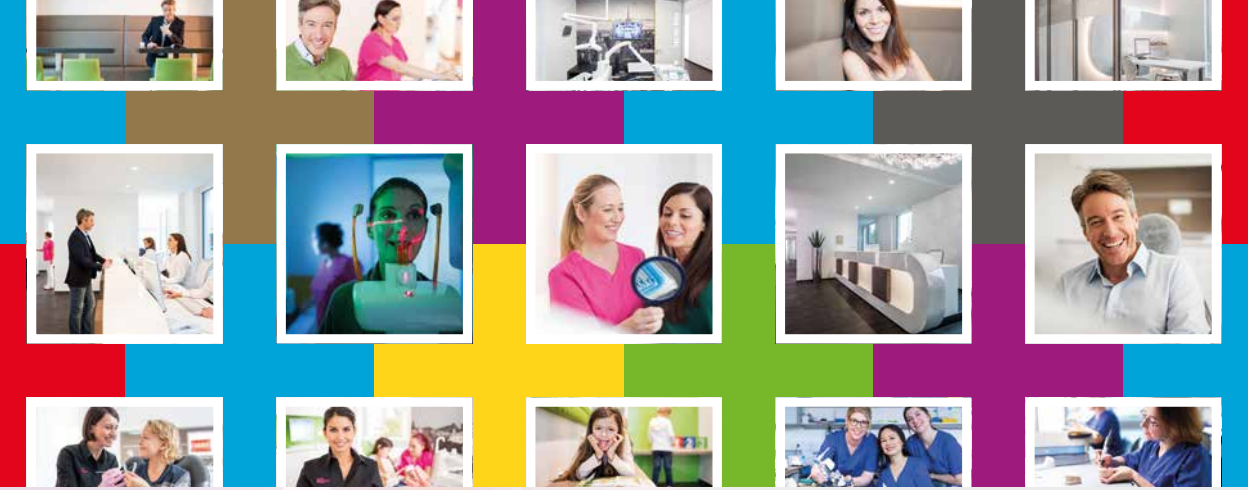
Die beste Kräuterauswahl der Region und faszinierende Pflanzgefäße und Kräuterspiralen. Wir stehen Ihnen wie immer zur Seite mit Tipps und Tricks. Im Genießermarkt stehen die Zeichen ebenfalls auf Frische!

6. TOPF KRÄUTER *gratis*

Beim Kauf von 6 Kräutertöpfen, erhalten Sie den günstigsten kostenlos.
Angebot gültig 14.-20.3.2022

Gartencenter Schlößer GmbH & Co. KG · Römerstr. 19 · 47447 Moers-Schwafheim
geöffnet Mo.-Fr. 9-19 Uhr · Sa. 9-18 Uhr · So. 10-12 Uhr

Gartencenter.Schloesser · gartencenter-schloesser.de · @gartencenter_schloesser



SPEZIALISTEN FÜR IHRE ZÄHNE!

ZAHN
+ZENTRUM
MOERS.

Das Zahngesundheitszentrum
Dr. Bongard und Kollegen

Das Zahnzentrum Moers ist ein hochmodernes Spezialistenzentrum in Wohlfühlambiente und deckt alle Bereiche der Zahnmedizin ab. Die integrierte Zahnklinik ist spezialisiert auf alle Versorgungsformen der Implantologie.

Klinikleiter Dr. Peter Bongard besitzt eine 30jährige Erfahrung in komplexen Versorgungsformen und ist zertifizierter Spezialist für die Implantologie sowie nationaler und internationaler Referent. Für alle anderen Bereiche der Zahnmedizin und Oralchirurgie gibt es im Zahnzentrum Fachärzte und spezialisierte Zahnärzte in ihrem Fachgebiet. Durch die Hilfe eines professionellen Narkoseteams können Behandlungen im Schlaf durchgeführt werden und bieten insbesondere für Angstpatienten eine wichtige Möglichkeit. Außerdem finden Sie hier eine eigene Abteilung für Kinderzahnheilkunde. Das zahntechnische Fachlabor im Zahnzentrum Moers bietet immer eine schnelle Lösung und ist spezialisiert auf hochästhetische Keramikversorgungen sowie komplexe Versorgungen auf Implantate.

+PRAXIS+KLINIK+IMPLANT+KIDS+STUDIO+KIEFERORTHOPÄDIE+LABOR

MVZ Zahnzentrum Moers GmbH . Länglingsweg 60 . 47447 Moers . Fon 0 28 41.88 87 80 . www.zahnmoers.de . info@zahnmoers.de

professionell
herzlich
fortschrittlich

EMPFOHLEN VON FOCUS

UND NR.1 BEI jameda einfach zum passenden Arzt

TÜVRheinland ZERTIFIZIERT ISO 9001:2015 Management System www.tuv.com ID 9108640322

WUSSTEN SIE EIGENTLICH,...

ZAHN + ZENTRUM MOERS.
Das Zahngesundheitszentrum
Dr. Bongard und Kollegen

…dass wir in unserem Klinikbereich jährlich um die 1.000 Implantate setzen und diese mit Zahnersatz versorgen?

Damit gehören wir neben einer 30-jährigen Erfahrung zu den routiniertesten Implantologiezentren Deutschlands. Dr. Peter Bongard ist zertifizierter europäischer Spezialist im Bereich der Implantologie und Parodontalchirurgie. Aufgrund unserer hohen Expertise geben wir eine lebenslange Garantie auf Implantate.

Wir sind zu unseren durchgehenden Öffnungszeiten sowie samstags für Sie da.

Wir haben für Sie geöffnet

Mo–Do:	07.00–20.00 Uhr
Fr:	07.00–18.00 Uhr
Sa:	08.00–15.00 Uhr

Termine telefonisch unter 02841.888 780 oder auch online ausmachen unter **www.zahnmoers.de**

Foto: Stilewo

Designböden von Check green – der Boden für jedes Raumkonzept

GASTBEITRAG Ein neuer Bodenbelag soll her und dieser möglichst für jeden Bauherrn die Lösung für ein nachhaltig qualitatives Raumkonzept für jede Gegebenheit darstellen.

Um eine hohe Langlebigkeit zu erzielen bedarf es gut überlegt zu sein, welcher Boden sich in welchem Raum am besten eignet. So werden Sie höchstwahrscheinlich häufig in Räumen wie Bäder und Küchen Vinylböden vorfinden, da diese durch ihre wasserfeste Trägerplatte explizit als feuchtraumgeeignet gelten. Ein Laminat, welches zunächst an Echtholz erinnert und für ein warmes wohliges Wohngefühl sorgt, findet hingegen eher Platz in einem Wohnzimmer. Doch welche Vor- und Nachteile habe ich und wieso muss ich mich für eines der beiden entscheiden? Bei Stilewo finden Sie die Lösung für jeden Raum.

Check green Designböden erinnern vorerst durch ihren optisch und haptischen Aufbau an einen Laminatboden. Das besonderer dieser Produktion ist jedoch eine verbaute Aqua-Stopp Innovation, die das Produkt gleichermaßen feuchtraumgeeignet macht wie einen Vinylboden. Das bereitet viel Freude, da ein und dasselbe Dekor innerhalb des Objekts verlegt werden kann und sich die Entscheidungsfrage somit nicht mehr stellt. Hinzu schaffen Sie ein schönes, einheitlich und hochwertiges Gesamtbild ihres Designs. Böden von Check green lassen sich einfach verlegen, sind wohngesund und sehr pflegeleicht und robust durch ihre außergewöhnliche, wasserfeste Trägerplatte.

stilewo

UNSER TIPP!

Eine Menge Auswahl an Designböden finden Sie bei **Stilewo.**

Fachmarkt für Bodenbeläge
Repelener Straße 48 | 47441 Moers
✆ 02841/8859870 | moers@stilewo.de
www.stilewo.de

Foto: Evangelisches Vereinshaus Repelen e. V.

Foto: Evangelisches Vereinshaus Repelen e. V.

Evangelisches Vereinshaus am Kolk

Viele kennen das Evangelische Vereinshaus am Kolk in Moers-Repelen vor allem aufgrund des großen Saals, wo heute noch regelmäßig private Feiern wie Geburtstage, Hochzeits- und Beerdigungsfeiern stattfinden. Was die meisten aber vermutlich nicht wissen: Nach dem ersten Weltkrieg diente der Saal dem belgischen Militär als Pferdestall, nach dem Zweiten Weltkrieg war er unter anderem Anlaufstelle für Lebensmittelausgaben und Übergangsquartier für Geflüchtete aus den ehemaligen ostdeutschen Gebieten. Noch heute befindet sich der gleiche Holzboden von 1877 darin als das Gebäude erbaut wurde. Damals entschloss sich ein Freundeskreis um den Evangelischen Pfarrer Johannes Hörnemann für einen Grundstückskauf, um dort ein Haus für gemeinsame Treffen zu bauen. An der damaligen Straße „Im Tal“ (heute am Kolk) entstand ein großes Gebäude mit einem rund 400 Personen fassenden Saal. Erst über 50 Jahre später, 1925, gründete sich der gleichnamige Verein, der sich seither um den Fortbestand des Hauses kümmert. Seitdem gab es zahlreiche Umbauten: 1929 entstanden unter anderem ein Vereinszimmer und ein kleiner Saal im Obergeschoss, 1961 folgte die Saalbühne. Zwei Jahre später schloss man links vom Eingang eine Giebelwohnung, rechts eine Hausmeisterwohnung an. Weitere Modernisierungsmaßnahmen folgten. Das Evangelische Vereinshaus inklusive Garten steht auf einer Fläche von insgesamt 477 Quadratmetern. Seit einiger Zeit ist das Haus auch Versammlungsstätte des CVJM.

Frisch aus dem Backofen auf den Teller: Rita Bletgen vom Küchenteam des Krankenhauses Bethanien serviert eine Portion Spinatstrudel.

Foto: Weierstahl

Saftiges Grün im knusprigen Teigmantel

BETHANIEN Viele denken bei Strudel sofort an den bekannten Apfelstrudel oder andere süße Varianten. Im Krankenhaus Bethanien gibt es die Blätterteigrolle mit Spinatfüllung.

Foto: Engel-Albustin

STIFTUNG KRANKENHAUS BETHANIEN FÜR DIE GRAFSCHAFT MOERS

Krankenhausküche & Cateringservice
02841/200-2464
catering@bethanienmoers.de

Es gibt ihn in zahlreichen Varianten. Ob mit süßer-fruchtiger Füllung etwa mit Äpfeln und Puderzuckerhaube zum Kaffee oder mit deftigem Inhalt aus Fleisch oder Gemüse und mit Käse überbacken zum Mittagessen. Die wohl bekannteste unter den Teigrollen: Der Strudel. Auf dem Speiseplan der Küche im Krankenhaus Bethanien finden ihn Patientinnen und Patienten sowie Mitarbeitende immer wieder das ganze Jahr über als mit Käse überbackenen Spinatstrudel – ein beliebtes Gericht. Nicht zuletzt, weil es eine deftige, vegetarische Speise ist, die schmeckt und sättigt. Wenn das Gericht auf dem Krankenhaus-Speiseplan steht, bereitet das Küchenteam im Bethanien um dessen Leiter Ralph Stamm rund 90 Portionen am Tag zu. Auf was es bei der Zubereitung ankommt, weiß Rita Bletgen. Die 63-jährige Moerserin arbeitet bereits seit 35 Jahren als angelernte Köchin im Bethanien und kennt jeden Handgriff, der für einen leckeren Spinatstrudel nötig ist. Aufgrund der im Krankenhaus benötigten Menge, verwendet das Küchenteam fertige Blätter-

teigrollen, die es auch für Selberkocher in kleineren Formaten im Supermarkt gibt. Denn in der Krankenhausküche ist alles eine oder sogar zwei Nummern größer: Nicht nur die Kochutensilien wie Töpfe, Pfannen und Kellen, auch die eingekauften Zutaten kommen in größeren Mengen und Formaten. So wie die Blätterteigrollen. Rita Bletgen rollt diese aus und bestreicht sie mit einer Milch-Eigelb-Mischung, fügt die angemachte Spinatmasse hinzu und rollt den Strudel auf. Zum Schluss streut sie geriebenen Käse über die Rolle. Sie empfiehlt dafür Edamer oder Gouda. Im Krankenhaus bereitet sie die 30 großen Teigtaschen, aus denen später 90 Portionen entstehen, am Vortag vor und schiebt sie am nächsten Tag nur noch in die Backöfen. Wer das Gericht selber zu Hause ausprobieren möchte, kann frischen Spinat vom Wochenmarkt nehmen. Dieser hat ab März wieder Saison. Zum Schluss noch ein Fakt aus der Kategorie unnützes Wissen: Wegen seiner gewundenen Form wird das @-Zeichen in E-Mail-Adressen im Hebräischen umgangssprachlich mit dem deutschen Wort Strudel bezeichnet. Kann man wissen, muss man aber nicht. Guten Appetit!

ZUTATEN & ZUBEREITUNG

Spinatstrudel für 4 Personen

Zutaten

1,6 kg frischer Blattspinat
Eine Blätterteigplatte
1 Eigelb
120 g Zwiebelwürfel
80 g geriebenen Käse
8 ml Kondensmilch
6 g Salz
4 g Gemüsebrühe
2 g Knoblauchpaste
1 g Paprikapulver
Etwas Muskat

Zubereitung

Den Spinat waschen, trocken schütteln, gut ausdrücken und die Stiele von den Blättern entfernen. Die Spinatblätter anschließend in Salzwasser blanchieren. Die Zwiebeln in Öl anbraten und zur Seite stellen. Knoblauch, Gemüsebrühe, Salz, Muskat und die Zwiebeln sowie etwa 4/5 des geriebenen Käses unter den Spinat heben. Das Eigelb mit der Kondensmilch verrühren. Den Blätterteig quer vor sich hinlegen, die obere Kante mit der Eimilch bestreichen. Die Spinatmasse auf dem Blätterteig verteilen, wobei rechts und links etwas Platz bleiben muss. Die Platte rechts und links ca. 3-4 cm einklappen und von unten her aufrollen. Die Rolle mit der Kante nach unten auf ein Backofenblech legen und bei 160 Grad (Heißluftofen) 35 Minuten backen. Zum Schluss den gebackenen Spinatstrudel mit dem restlichen Käse und Paprikapulver bestreuen.

La Maremma

GENIESSEN WIE IN DER TOSCANA

Öffnungszeiten:
Di. - Do. 12-16 + 18-22 Uhr · Fr. - Sa. 12-22 Uhr

Inhaberin: Andrea Gonzalez
Nordring 8b · 47441 Moers · Tel.: 0 28 41 / 17 82 23 · www.lamaremma.de

Foto: Berns

Die Moerserin Gudrun Traub erklärt MM-Redakteur David Weierstahl ihr Interesse für Psychologie und Gerichtsprozesse.

Zwischen Hörsaal und Gericht

FREIZEIT Die 74-jährige Gudrun Traub besucht regelmäßig öffentliche Gerichtsverhandlungen in Moers. Die Gasthörerin der Hochschule Rhein-Waal interessiert sich insbesondere für Kriminalpsychologie.

Normalerweise ist es kein gutes Zeichen, wenn man ein bekanntes Gesicht bei Richtern, Staatsanwälten und Justizvollzugsbeamten ist. Bei der 74-jährigen Gudrun Traub ist das anders. Die Moerserin besucht als Zuschauerin seit vielen Jahren regelmäßig öffentliche Gerichtsverhandlungen im Moerser Amtsgericht und ist dort daher keine Unbekannte. Mehr noch: Das denkmalgeschützte Justizgebäude auf der Haagstraße in der Innenstadt sei für die Seniorin ja schon wie ein zu Hause, sagte ihr mal ein Beamter als sie wieder durch die Sicherheitsschleuse trat, um zu den Gerichtssälen zu gelangen. Ihr Interesse fürs Gericht kommt einerseits von ihrer Rolle als Gasthörerin im Studienfach Psychologie an der Hochschule Rhein-Waal in Kamp-Lintfort, anderseits durch ihre Familiengeschichte. Denn die gebürtige Lübbeckerin stammt aus einer Polizistenfamilie – sowohl Eltern als auch Großeltern arbeiteten bei der Polizei. „Auf unserem Küchentisch lag immer das Strafgesetzbuch meines Vaters. Damit bin ich großgeworden“, erzählt sie.

Die Idee der Gerichtsbesuche kam ihr allerdings während einer Vorlesung in der Hochschule als die Themen Wut und Aggression besprochen wurden, erinnert sich Traub. Seit etwa fünf Jahren ist sie als Gasthörerin in der Hochschule eingeschrieben und besitzt sogar einen Studierendenausweis. Ihre Unterlagen

erhält sie ausschließlich in Papierform, mit dem Computer und digitalen Medien kann die Seniorin nicht viel anfangen. Lieber hat sie ihre Dokumente in der Hand, um sich Notizen zu machen oder interessante Textstellen zu markieren. Der Lernstoff ist anspruchsvoll und alles andere als leichte Kost, insbesondere für Quereinsteiger wie Gudrun Traub es ist. „Wenn ich nach zwei Stunden aus einer Lehrveranstaltung herauskomme, habe ich das Gefühl, ich hätte Muskelkater im Kopf", gesteht sie. Das Fach Psychologie ist breit gefächert, doch Themen wie Arbeits- und Organisationspsychologie stoßen bei Traub auf weniger Interesse als der Zusammenhang von Psychologie und Kriminalität. An dieser Stelle kommen ihre Besuche bei Gericht ins Spiel.

Gudrun Traub möchte verstehen, wie die oft „eigenwilligen Charaktere", wie sie die Angeklagten beschreibt, überhaupt vor Gericht kommen. Besonders für die kriminelle Motivation junger vor Gericht stehender Menschen interessiert sich die Moerserin: Was bewegt sie dazu, trotz Schulausbildung kriminell zu werden? Wo ist ihre Hemmschwelle? „Irgendwann gibt es im Leben einen bestimmten Knick, der dazu führt, dass junge Menschen auf die schiefe Bahn geraten", sagt Traub. Und genau diesen Knick möchte sie ergründen. Um etwa äußere Einflüsse einschätzen zu können, beobachtet sie häufig das Verhalten von Eltern und Freunden der Angeklagten. Aufgrund ihres Verhaltens vor Gericht vermutet sie, dass den meist jungen Männern Grenzen fehlen. Grenzen, die Eltern ihren Kindern in der Erziehung aufzeigen müssten und anhand denen sie lernen, sich an Gesetze zu halten. „Das beschäftigt mich", sagt Traub.

In den Prozesspausen sitzt sie oft draußen vor dem Gerichtssaal und bekommt die Gespräche zwischen Angeklagtem, seiner Familie und seinen Freunden mit. „Da habe ich schon Sachen erlebt, die ich auch mal einem Staatsanwalt weitergegeben habe", erinnert sich Traub. Manchmal würde etwa auf Familienangehörige Druck ausgeübt, dass er oder sie die Aussage verweigern solle. Dass auch mal vor Gericht die Unwahrheit gesagt werden würde, wissen die Staatsanwälte, sagt Traub. Auch die zuschauende Seniorin erkenne inzwischen anhand von Sprache und Gestik, wenn Angeklagte oder Zeugen vor Gericht nicht die Wahrheit sagen. „Das kann ich von meinem Platz aus gut sehen. Ich habe immer einen bestimmten Platz, von dem aus ich das Profil von Zeugen beobachte und sehen kann, wie sie sich während ihrer Aussage verhalten." In diesen Momenten fragt sich Gudrun Traub, was in den Köpfen der Angeklagten vor sich geht, was mit ihnen „innerlich passiert." Es müsse in den Menschen ein spezielles Gefühl vorherrschen, das sie zu bestimmten Handlungen bewegt. Zum Beispiel, wenn ein Angeklagter nicht die Wahrheit sagt, ganz entspannt dasitzt oder unruhig mit den Beinen wackelt und vor Wut die geballte Faust in der Hosentasche verschwinden lässt. Die Psychologie gebe ihre Antworten darauf.

Zwei bis drei Mal in der Woche besucht sie die öffentlichen Sitzungen, entsprechende Termine erhält sie vorher direkt vom Gericht. Die

Foto: Weierstahl

Das Moerser Amtsgericht ist zuständig für die Städte Moers und Neukirchen-Vluyn im südlichen Teil des Kreises Wesel.

Das denkmalgeschützte Gebäude des Moerser Amtsgerichts auf der Haagstraße in der Innenstadt.

Foto: Weierstahl

Seniorin nimmt nicht zu ihrer Unterhaltung an den Verhandlungen teil, sie gehe immer mit Respekt und Demut dorthin. Um in den Gerichtssaal zu kommen, muss sie vorher durch die mit gepanzerten Türen ausgestattete Sicherheitsschleuse. Dort begrüßt sie als erstes ein Beamter, der hinter Sicherheitsglas sitzt. Alles, was sie bei sich trägt, ihr Bauchtäschchen, Schlüssel, ihre Handtasche und Jacke, legt sie zum Durchleuchten in einen Korb. Dann geht sie selber durch einen Körperscanner, der auch schon mal wegen ihres künstlichen Knies alarmschlagen würde, erzählt sie. Durch eine weitere Panzertür gelangt sie schließlich in den unteren Bereich des eigentlichen Gerichtsgebäudes. Eine Treppe führt nach oben zu den Gerichtssälen. In einem Schaukasten neben der Eingangstür des „alten" großen Saals sind Informationen zum Angeklagten zu lesen, welcher Richter die Sitzung leitet, welche Schöffen anwesend sein werden und ob es Zeugen gibt.

Bereits beim Warten auf den Prozessbeginn begegnet sie den Angeklagten und Verteidigern vor dem Gerichtssaal. Sobald ein Klingelton ertönt und die Leuchtschrift über dem Eingang „Öffentliche Sitzung" angeht, dürfen alle Beteiligten den Gerichtssaal betreten. Gudrun

VAN STIPHOUT
BESTATTUNGSHAUS

Trauer braucht Raum
Die warme und sehr persönliche Umgebung unserer Abschiedsräume sorgt für eine familiäre Atmosphäre in den schweren Stunden der Trauer und bietet eine ansprechende Alternative zu den Räumlichkeiten der Friedhöfe.

VAN STIPHOUT BESTATTUNGSHAUS
Niederrheinallee 127, 47506 Neukirchen-Vluyn
Hülsdonker Straße 45 d, 47441 Moers
Telefon (02841 u. 02845) **93 55-0**
www.stiphout.de

Traub geht durch einen separaten Eingang in den Zuhörerraum und nimmt ihren Platz ein. Seit einiger Zeit nimmt sie sich immer ein Butterbrot und eine Wasserflasche mit, um die zum Teil mehrere Stunden dauernden Gerichtsverhandlungen gut durchzuhalten. Die Dauer der Verhandlungen ist unterschiedlich. Sie fangen meistens um 9 oder 9.30 Uhr an und gehen bis 12, 14 oder auch schon mal bis 15 Uhr.

An Kriminaldelikten kommt fast die ganze Bandbreite vor: Häufig ginge es um Rauschgifthandel wegen teuren Autos, um Raub und Diebstahl. Die Täter sind in den meisten Fällen junge, arbeitslose Männer mit Migrationshintergrund. „Sie könnten auch einen Garten umgraben oder ein Studium anfangen", denkt Traub häufig, wenn sie die Jugendlichen auf der Anklagebank sieht. Sie hat aber auch schon Fälle erlebt, die einen nicht so schnell loslassen. Solche Fälle, die etwa mit Kindesmissbrauch zu tun haben und bei denen sogar Teile der Gerichtsprozesse nicht öffentlich sind. Sie erinnert sich aber auch an kuriose Fälle und solche, bei denen sie sich später über Urteile sehr geärgert hatte.

In einem Fall ging es um einen arbeitslosen 43-jährigen Mann, der aus der U-Haft kam. Er wurde angeklagt und verurteilt, weil er in das Haus eines Seniors eingebrochen war und diesen bestohlen hatte. Der Angeklagte verschaffte sich Zugang zum Haus und traf im Erdgeschoss auf den vor dem Fernseher sitzenden älteren Hausbewohner. Weil dieser dachte, dass es sich bei dem Einbrecher um einen Mitarbeiter des Pflegedienstes handelt, schöpfte er keinen Verdacht. Der hilfebedürftige Mann bat den falschen Pfleger, ihn bettfertig zu machen. Dieser Bitte kam der Einbrecher nach: Er half ihm in den Schlafanzug, brachte ihm noch ein Getränk und legte ihn ins Krankenbett. Anschließend konnte er ungestört in die erste Etage des Hauses, um sämtliche Wertsachen mitzunehmen. Aus der Garage hatte er sogar noch Taschen und Koffer geholt, sich einen Autoschlüssel genommen und ist mit dem Diebesgut weggefahren – allerdings nicht ohne, dass die Nachbarn das verdächtige Treiben nachts um halb drei bemerkten und die Polizei riefen.

Die Geschichte nimmt nach dem ungewöhnlichen Einbruch inklusive der Pflege des Hausbewohners eine kuriose Wendung: Kurz nachdem die Polizei eingetroffen war, kam der pflegende Einbrecher mit samt dem Diebesgut zurück. „Die Polizisten konnten das gar nicht glauben, dass der Dieb zurückkam und alles wiederbrachte", erzählt Traub. Die erwachsenen Kinder des Seniors hätten später vor Gericht ausgesagt, dass der Einbrecher ihren Vater gut versorgt habe. In einem anderen Fall ging es um einen Autofahrer, der nachts durch Rasen einen Mann getötet hatte. Was Traub bei diesem Fall besonders spannend fand: Es kam ein Gutachter zum Einsatz, der mit modernster Technik nachweisen musste, dass der Raser ein Tempo-50-Schild nicht über-

Gudrun Traub

Gudrun Traub ist 74 Jahre alt, im Ost-westfälischen Lübbecke geboren und lebt seit 42 Jahren in Moers. Die ausgebildete Erzieherin hat 40 Jahre lang beim Moerser Schlosstheater gearbeitet.

Foto: Weierstahl

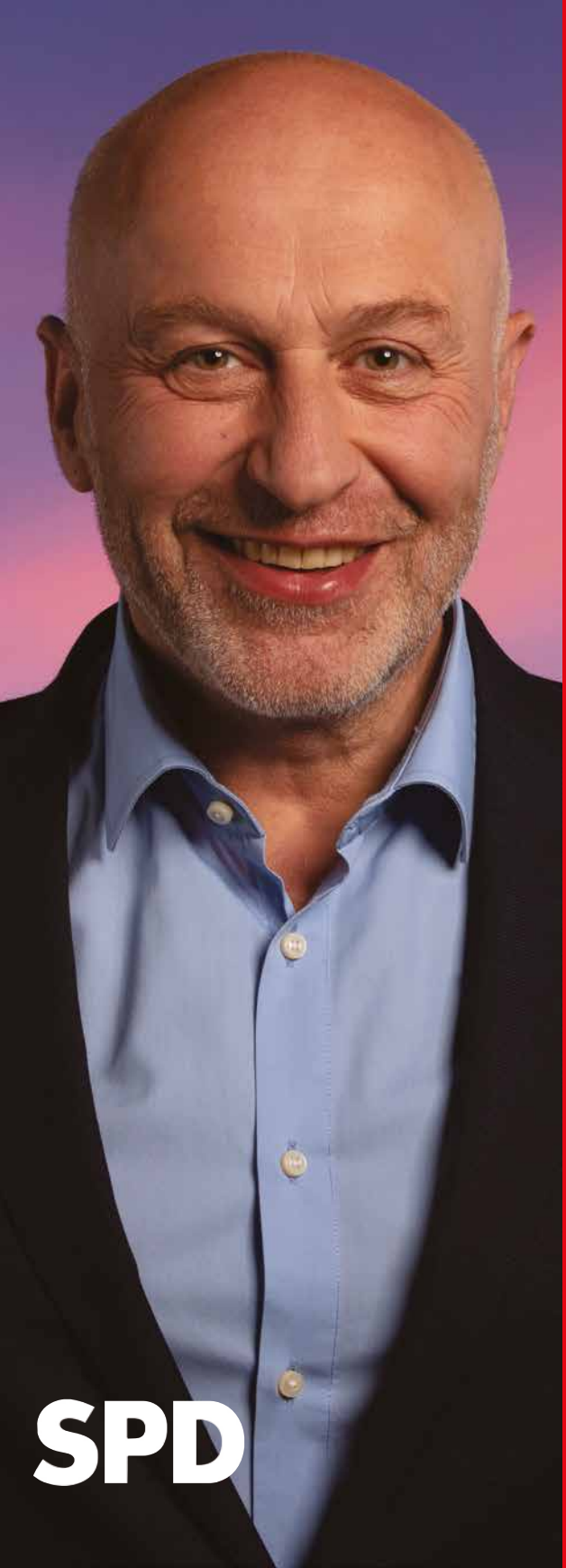
Der Eingang des Moerser Amtsgerichts.

sehen haben konnte. Was sie ärgerte: Der Fahrer hat eine geringfügige Haftstrafe bekommen. Immerhin sei durch sein fahrlässiges Verhalten ein Mensch gestorben, der eine Familie und in diesem Fall auch einen Betrieb hinterließ.

Doch auch wenn sich die Moerserin über solche Urteile ärgere, sie konzentriert sich hauptsächlich auf den kriminalpsychologischen Aspekt bei ihren Gerichtsbesuchen. Wenn sie einen Ausgleich zu den teilweise eindrücklichen Sitzungen braucht, geht sie zu ihrer alten Wirkungsstätte ins Theater oder kümmert sich um ihren Garten. Ob sie nochmal einen Abschluss an der Hochschule macht, weiß sie noch nicht. Momentan mache es ihr mehr Spaß, ohne den Druck von Prüfungen den Dozenten während ihren Vorlesungen zuzuhören und Fachliteratur zu studieren, um ihr Wissen vielleicht bei der nächsten Gerichtsverhandlung anwenden zu können. „Ich mache das so lange, wie ich das körperlich und vom Kopf her machen kann und ich mich fit fühle“, sagt sie.

Amtsgericht Moers

Moers ist Sitz des Amtsgerichts Moers, das für die Städte Moers und Neukirchen-Vluyn im südlichen Teil des Kreises Wesel zuständig ist. Es ist ferner für den benachbarten Amtsgerichtsbezirk Rheinberg in Haftsachen, Schöffengerichtssachen und Jugendschöffengerichtssachen zuständig. Das Amtsgerichtsgebäude liegt an der Haagstraße 7. Es wurde zwischen 1911 und 1913 im Stil der deutschen Renaissance errichtet. Es verfügt über einen reich geschmückten Stufengiebel und ist unter der Nummer 63 in die Liste der Baudenkmäler in Moers eingetragen. Zusammen mit dem benachbarten Gefängnis, dem von 1913 bis 1914 erbauten, ebenfalls denkmalgeschützten Alten Hafthaus, bildet es ein bedeutsames städtebauliches Ensemble.



IBRAHIM YETIM

IHR LANDTAGSABGEORDNETER FÜR MOERS UND NEUKIRCHEN-VLUYN

LANDTAGSWAHL AM 15. MAI 2022

Ich trete bei der **Landtagswahl 2022** als Ihr Kandidat an, um die Bürgerinnen und Bürger aus **Moers und Neukirchen-Vluyn** auch zukünftig mit einer starken Stimme in NRW vertreten zu können.

Mein Ziel ist es, mich für ein **soziales und wirtschaftlich starkes NRW** einzusetzen. Ein Land, in dem **Respekt und Zusammenhalt** gelebt werden. Eine Politik, die bei ihren Entscheidungen Rücksicht nimmt auf unsere **Natur**. Ein Land, das **allen Menschen Unterstützung bietet** und **jungen Menschen die Perspektiven für eine gute Zukunft** ermöglicht.

Herzlichen Dank!
Ihr Ibrahim Yetim

Meine NRW-Biografie:

www.ibrahim-yetim.de

Foto: Stiftung Krankenhaus Bethanien Moers

Long Covid: Symptome, Diagnose und Therapieansätze

GASTBEITRAG Einige Menschen leiden nach ihrer Corona-Erkrankung unter Langzeitfolgen, was häufig als Long Covid bezeichnet wird.

Dr. Kato Kambartel ist Lungenfacharzt und Betriebsarzt im Krankenhaus Bethanien Moers.

Von Long Covid spricht man dann, wenn Symptome auch noch länger als vier Wochen nach einer Covid-Erkrankung vorhanden sind. Die häufigsten sind Erschöpfung, Müdigkeit, Luftnot, Aktivitätseinschränkungen und Kopfschmerzen. Einige Patient:innen haben auch einen chronischen Husten, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen, skelettale Schmerzzustände und/oder Appetitverlust. Solche Langzeit-Symptome sind nichts Ungewöhnliches. Ähnliches beobachten Ärzt:innen etwa auch beim Pfeifferschen-Drüsenfieber.

Extrem selten sehen wir bei schweren Verläufen irreparable Lungenschäden, die teilweise auch durch eine künstliche Beatmung auf der Intensivstation verschlimmert wurden. Diese Spätschäden an der Lunge kann der Lungenfacharzt aber sehr einfach mittels Lungenfunktionsprüfung und CT erkennen. Mit Reha-Maßnahmen kann man oft eine Besserung erreichen, heilen kann man diese Lungenschäden aber nicht. Hier hilft nur die Vorbeugung durch die COViD-Impfung, denn diese schütz sehr zuverlässig vor derartigen schweren Verläufen.

Die Diagnose eines Long-Covid-Syndroms ist oft nicht ganz einfach – insbesondere wenn es darum geht, dieses von anderen Krankheiten abzugrenzen. Spezielle Blutmarker gibt es nicht, in manchen Forschungsansätzen findet sich ein überaktiviertes Immunsystem. Ebenso wenig gibt es eine klassische Therapie. Die Behandlungsansätze bestehen in der Regel aus vielfältigen Methoden und sind symptomorientiert. Manche Ärzt:innen versuchen mit einer vorübergehenden Cortison-Therapie den Patient:innen Linderung zu verschaffen.

Oft ist auch eine psychosomatische Betreuung hilfreich. Eine der effektivsten Maßnahmen ist aber eine Bewegungstherapie. Aus diesem Grund bilden sich inzwischen zahlreiche Sportgruppen, die gezielte Aktivierungs- und Bewegungsprogramme für Long-Covid-Betroffene bieten. Gerade neben der Bewegung ist auch der Austausch unter Betroffenen hier sehr hilfreich. Eine entsprechende Gruppe bietet der Moerser Turnverein seit kurzem an.

Long-Covid-Sportgruppe
Treffen: Donnerstag 17 bis 18.15 und 18.15 – 19.30, Danziger Str. 4, 47445 Moers

Information und Anmeldung:
Telefon: 02841 – 22190
E-Mail: geschaeftsstelle@moerser-tv.de

Unsere Klassiker

			vorheriger Preis	unser Angebot	% Rabatt
1.	Aspirin 500mg	20 Tbl.	~~7,49 €~~	5,30 €	-29%
2.	Thomapyrin Classic	20 Tbl.	~~7,38 €~~	4,00 €	-46%
3.	Ibu-ratiopharm 400mg akut	20 Tbl.	~~6,27 €~~	2,90 €	-54%
4.	Paracetamol STADA 500mg	20 Tbl.	~~2,99 €~~	1,50 €	-50%
5.	Voltaren Schmerzgel	120g	~~16,40 €~~	12,25 €	-25%
6.	Voltaren Schmerzgel forte	100g	~~19,90 €~~	14,95 €	-25%
7.	Diclo-ratiopharm Schmerzgel	100g	~~13,49 €~~	8,95 €	-34%
8.	Magnesium Verla N	200 Tbl.	~~16,20 €~~	12,50 €	-23%
9.	ASS-ratiopharm PROTECT 100mg	100 Tbl.	~~4,64 €~~	2,20 €	-53%
10.	Bepanthen Augen- und Nasensalbe	10g	~~6,97 €~~	5,00 €	-28%
11.	Bepanthen Wund- und Heilsalbe	50g	~~9,97 €~~	6,95 €	-30%
12.	Talcid KAUTABLETTEN	20 Tbl.	~~6,97 €~~	4,95 €	-29%
13.	Pantoprazol-ADGC 20mg	14 Tbl.	~~4,39 €~~	2,95 €	-33%
14.	Nasic Nasenspray	10ml	~~7,15 €~~	4,90 €	-31%
15.	Nasic Nasenspray f. Kinder	10ml	~~6,25 €~~	4,20 €	-33%
16.	Nasenspray AL 0,1%	10ml	~~2,64 €~~	1,99 €	-25%
17.	Nasenspray AL 0,05%	10ml	~~1,94 €~~	1,50 €	-23%

Adler-Apotheke Moers
· seit 1685 ·
Kirchstraße 4-6 · 47441 Moers

APOTHEKE am NEUMARKT
Neumarkt 15 · 47441 Moers

Facebook.com/adlerapothekemoers
Instagram.com/adlerapothekemoers

Facebook.com/neumarktapotheke

Aktuelle Angebote und Aktionen finden Sie auch auf unseren Social-Media-Kanälen... Folgt uns!

RECHTSTIPP

Versicherungen: Was man wissen sollte

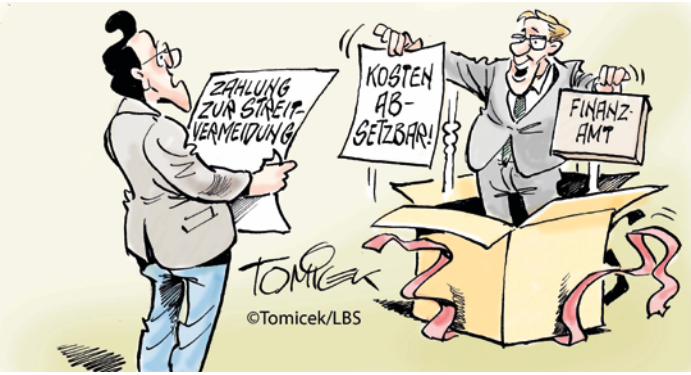
Viele Menschen in Deutschland sind nicht gut abgesichert. Die Moerser Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW erklärt, worauf zu achten ist: Einmal abgeschlossen, wird **alten Verträgen oft** kaum mehr Beachtung geschenkt. Die Policen schlummern im Versicherungsordner – bis es zum Schaden kommt. „Dann ist die Enttäuschung groß, wenn der Versicherer nicht alles übernehmen will, weil man zum Beispiel aus Versehen bei Rot über die Ampel gefahren ist oder die Adventskerze kurz unbeaufsichtigt gelassen hat“, sagt Gisela Daniels, Leiterin der Beratungsstelle Moers. Denn in vielen älteren Verträgen ist die „grobe Fahrlässigkeit“ nicht mitversichert – das hat zur Folge, dass der Versicherer seine Leistung kürzen darf. Moderne Policen bieten hier meist besseren Schutz. Zudem kann man gleichzeitig prüfen, ob andere Anbieter bei gleicher Leistung günstiger sind. **Die private Haftpflichtversicherung** gehört zu den wichtigsten Versicherungen. Sie kann existenziell sein, deshalb sollte diesen Schutz wirklich jeder haben. Spätestens wenn Personen zu Schaden kommen, können Schäden teuer werden und schnell in die Hundertausende und darüber hinaus gehen. **Viele Versicherungen sind unnötig.** Dazu zählen etwa Glas-, Sterbegeld- und private Arbeitslosenversicherungen. Für Standardurlaube ist keine Gepäckversicherung nötig. Policen, die nur kleinere Schäden absichern sind entbehrlich.

FALLE DES MONATS!

Falscher Handwerker erbeutete Bargeld

Foto: shutterstock

Anfang Februar rief ein Ehepaar die Polizei um Hilfe, da ihnen ein größerer Geldbetrag aus mehreren Portemonnaies entwendet worden war. Die 86-jährige Frau und ihr 91 Jahre alter Ehemann waren auf einen falschen Handwerker hereingefallen. Der unbekannte Mann hatte sich als Kanalarbeiter ausgegeben und sich so Zugang zum Haus verschafft. Der angebliche Handwerker gab vor, sämtliche Wasserleitungen im ganzen Haus überprüfen zu müssen und verschwand dann so plötzlich, wie er gekommen war. Unmittelbar danach stellte das Ehepaar mehrere geöffnete Schubladen im Haus und gleichzeitig den Verlust von Bargeld fest. Der unbekannte Mann war 165 cm bis 172 cm groß, hatte kurze, dunkle Haare und trug eine blaue Arbeitshose. An seiner Jacke befand sich ein Schild von einer angeblichen Kanalarbeiterfirma. Die Polizei mahnt zur Vorsicht und rät dazu, nur Handwerker in die Wohnung zu lassen, die sie selbst bestellt haben oder von der Wohnungsverwaltung angekündigt worden sind. Ferner sollten unaufgeforderte Angebote genau geprüft werden ggf. mit einem Verwandten oder Nachbarn. Der Apell der Polizei: Lassen Sie sich dabei Zeit. Man sollte sich durch die Vortäuschung einer amtlichen Eigenschaft oder einer sonstigen Befugnis nicht irritieren lassen. Amtspersonen sollten immer dazu aufgefordert werden, einen Dienstausweis vorzuzeigen. Weitere Tipps gibt das Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz unter der Rufnummer ☎ 0281/107-4420.



Ausgleichszahlung war steuerlich absetzbar

Wer im Zuge einer Schenkung als Beschenkter Aufwendungen tätigen muss, um etwaige Herausgabeansprüche von Erben zu vermeiden, der kann diese Ausgaben nach Auskunft des Infodienstes Recht und Steuern der LBS steuermindernd geltend machen. In einem konkreten Fall waren die Söhne eines Ehepaares als Nacherben des letztverstorbenen Elternteiles eingesetzt. Als der Vater verstorben war, schenkte die Mutter einem Sohn ein Grundstück aus dem Nachlass. Ein Bruder ging dagegen vor. Schließlich einigten sich die Geschwister in einem Vergleich darauf, gegen die Zahlung eines Geldbetrages auf weitere zivilrechtliche Ansprüche zu verzichten. Der Beschenkte begehrte eine steuerliche Berücksichtigung dieser Summe. Der Bundesfinanzhof ging davon aus, dass die Geldzahlung dazu gedient habe, das Geschenkte zu sichern. Deswegen sei der Betrag anzurechnen und der bereits ergangene Schenkungssteuerbescheid müsse entsprechend korrigiert werden.

Dr. Weitz & Partner
STEUERBERATUNG WIRTSCHAFTSPRÜFUNG

Wer die Pflicht hat, Steuern zu zahlen, der hat auch das Recht, Steuern zu sparen. Wir helfen Ihnen dabei, indem wir Ihnen Arbeit abnehmen und Sie beraten. Fundiert. Zuverlässig. Persönlich. Und immer in dem Bewusstsein, dass Ihr Erfolg auch unserer ist.

www.facebook.com/Dr.WeitzundPartner

* in Kooperation mit Dr. Weitz & Partner Treuhand GmbH, Wirtschaftsprüfungs- und Steuerberatungsgesellschaft

Alexander-Bell-Straße 8, 47445 Moers, Telefon (02841) 99 99 20, info@weitz-partner.de, **www.weitz-partner.de**

Das Moers-Quiz

1. Wie alt ist die Stiftung Krankenhaus Bethanien Moers?

A 100 Jahre
B 125 Jahre
C 150 Jahre
D 170 Jahre

2. Wo steht das Evangelische Vereinshaus in Moers-Repelen?

A Am Mönk
B An der Sandkull
C Am Kolk
D Am Meerholz

3. Seit wann gibt es das Amtsgericht in Moers?

A Seit 1809
B Seit 1879
C Seit 1939
D Seit 1989

4. Wer veranstaltete das Scherpenberger Wappenfest?

A Die Scherpenberg Aktiven
B Die Grafschafter
C Die Freiwillige Feuerwehr
D Der Bürger-Schützenverein

Auflösung: 1d, 2c, 3b, 4a

				1	5		2	
3					4			7
6		8						9
	8			7				6
			2	5				3
1				6	9			
9		6						
		4	7		8			
		1				9	7	4

SUDOKU Die Regel lautet: In keiner Reihe, keiner Spalte und keinem Unterquadrat darf eine Zahl zwei Mal stehen. Auflösung: Seite 49.

WITZE DES MONATS

Frage des Richters: „Zeuge, woraus schließen Sie, dass sich der Angeklagte in einem betrunkenen Zustand befand?“ Antwort: „Er ging in die Telefonzelle, kam nach einer halben Stunde wieder heraus und beschwerte sich, dass der Fahrstuhl nicht funktioniert.“

...sitzt ein Patient auf der Couch: Psychologe: „Was führt Sie zu mir?“ Patient: „Herr Doktor, Herr Doktor. Um meinen Kopf schwirren lauter Schmetterlinge!“ (wedelt dabei fürchterlich mit den Armen) Psychologe: (ärgerlich mit abwehrenden Bewegungen) „...na und? ...aber doch nicht alle zu mir!“

Zwei Babys im Krankenhaus unterhalten sich: „Ich bin ein Junge!“ „Das glaube ich dir nicht!“ „Warte, bis die Schwester raus ist, dann zeige ich es dir!“ Kaum ist die Schwester raus, zieht es die Bettdecke weg, hebt das Beinchen und sagt: „Guck! Blaue Söckchen!“

MEDIUM DES MONATS

Die Welt retten – DIY

Sie wollen gerne nachhaltig leben, um zukünftigen Generationen die Erde in einem möglichst guten Zustand zu hinterlassen? Fangen Sie doch einfach in Ihrem eigenen Garten, auf dem Balkon oder der Terrasse damit an, indem Sie Ihre Pflänzchen ab sofort selbst vermehren.
Sie wissen nicht, wie das geht?
Dann sind Sie mit diesem Buch bestens beraten.

Die Autorin erklärt alles von der Gewinnung des Saatguts, über die Lagerung bis hin zur Zucht. Aber nicht nur das! Sie erklärt dem Leser auch die Geheimnisse von samenfesten Sorten und vielen anderen Dingen, die man dabei beachten sollte. Es gibt Pflanzenportraits und man erfährt darüber hinaus auch, wie mit Hilfe von Stecklingen Pflanzen vermehrt werden können.

Sie brauchen für den Start in Ihrem Garten noch samenfestes Saatgut? Kein Problem! Kommen Sie zu uns in die Bibliothek und holen Sie sich in unserer neuen Saatgutbibliothek ein bis zwei Startertütchen und schon kann es losgehen. Uns würde es sehr freuen, wenn Sie sich an unserem Projekt beteiligen, die Pflänzchen hegen und pflegen und am Ende des Jahres etwas von dem gewonnenen Saatgut wieder zurück in die Bibliothek bringen.

Sigrid Drage: Wie du dein eigenes Saatgut gewinnst – und so ein kleines Stück Welt rettest: alte Sorten erhalten, Pflanzenvielfalt feiern, unabhängig sein.

Löwenzahn Verlag, 2021, 26,90 Euro

Tipp von Birgit Krone
Birgit Krone ist Mitarbeiterin in der Bibliothek Moers und unter anderem für die Mediengruppe Gartenbau zuständig.

Ein Team - Ein Ziel
Buddy mobil

Die Wohnmobilvermietung aus Moers und Duisburg

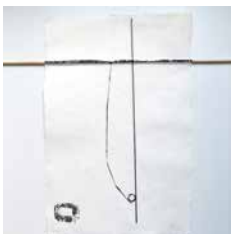
Hochstraße 64 · 47228 Duisburg
Tel. 01 52 - 218 729 49
info@buddymobil.com
Inh. Jacqueline Holtkamp

www.buddymobil.com

Ausstellungen in Moers

Peschkenhaus

In der Dauerausstellung „Trockenwohnen“ präsentieren verschiedene Künstlerinnen und Künstler im Peschkenhaus (Meerstraße 1) ihre Werke. Unter den Exponaten sind unter anderem Rauminstallationen, Gemälde, Fotografien und Skulpturen. Die Ausstellung ist während den Öffnungszeiten des Peschkenhauses zu sehen. Weitere Infos auf www.peschkenhaus.de, telefonisch unter ☎ 02841/9985354 oder per Mail an info@peschkenhaus.de. Eintritt: 4 Euro. Öffnungszeiten: Mi., Fr., Sa., So. von 14 – 18 Uhr. Donnerstags von 18 – 21 Uhr oder nach Vereinbarung.



Galerie Bassier

Anlässlich des 4. Tags der Druckkunst am 15. März präsentiert Künstlerin Karin Dammers vom 12. bis zum 20. März ihrer Ausstellung "Druck Luft Grafit" in der Galerie Bassier (Abteiplatz 22, 47445 Kamp-Lintfort). Teil der Ausstellung sind experimentelle Grafiken, darunter Präge-, Materialdruck und Kombinationen. Die Ausstellung öffnet an den Ausstellungstagen immer von 14 bis 18 Uhr und nach Vereinbarung. Weitere Informationen: Karin Dammers (☎ 0152 0187 4821; Internet: www.karindammers.de).

Foto: Joshua Eckstein

W – Zentrum für urbanes Zusammenleben

Der Künstler Joshua Eckstein zeigt bis Ende März seine Ausstellung „raumgreifend“ im W – Zentrum für urbanes Zusammenleben (Wallzentrum, Neuer Wall 2-4). Seine Fotos dokumentieren das Zusammenspiel zwischen Raum, Bewohner -und Interieur in Hinblick auf die Konstituierung von privatem Wohnraum. Öffnungszeiten: dienstags 11-14 Uhr, mittwochs 10-15 Uhr, donnerstags 14-17 Uhr. Fragen und Anmeldung: dasw@schlosstheater-moers.de oder telefonisch unter ☎ 02841/9164923. Eintritt frei.

Foto: Petra Klein

Schirrhof

Mitglieder des Kunstvereins Moeser Palette zeigen im Rahmen ihrer Ausstellung „WiederSehen“ ihre Werke vom 11. März bis zum 10. April im Schirrhof in Kamp-Lintfort (Friedrich-Heine-Allee 79, 47475 Kamp-Lintfort). Die Ausstellung öffnet immer freitags (11.3., 18.3., 1.4., 8.4.) von 14 bis 18 Uhr sowie samstags (12.3., 19.3., 9.4.) und sonntags (13.3., 20.3., 10.4.) von 10 bis 18 Uhr – außer am Samstag, 19.3. (14 bis 18 Uhr). Weitere Informationen auf www.moerser-palette.de.

Corona: Mögliche Absage von Veranstaltungen

Liebe Leserinnen und Leser,

aufgrund der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Maßnahmen kann es sein, dass Veranstaltungen nicht stattfinden werden. Bitte wenden Sie sich bei Fragen an die jeweiligen Veranstalter.

Vielen Dank für Ihr Verständnis.

Ihr MM-Team

AUSFLÜGE FÜHRUNGEN FESTE MÄRZ

Foto: Berns

05 Samstag | 18 Uhr

Nachtwächterführung – durch Tore und Gassen zu alten Gemäuern

Denkmal am Neumarkt, 6 €

13 Sonntag | 17 Uhr

Nachtwächterführung – durch Tore und Gassen zu alten Gemäuern

Denkmal am Neumarkt, 6 €

19 Samstag | 18.30 Uhr

Das "Geleucht" – eine Nachtwanderung bei Vollmond

Clubhaus der Freien Schwimmer Rheinkamp, Römerstraße 790, 7 €

25 Freitag | 16 Uhr

Johanna von Schweichel gibt sich die Ehre

SCI-Volksschule, Hanns-Albeck-Platz 2

8 € ohne Essen/16 € mit Essen

26 Samstag | 18 Uhr

Nachtwächterführung – durch Tore und Gassen zu alten Gemäuern

Denkmal am Neumarkt, 6 €

27 Sonntag | 10 Uhr

90 Jahre Bergbau im Moerser Raum (Radtour)

Bahnhof Moers, Homberger Straße, 8 €

27 Sonntag | 11.15 Uhr

Historischer Stadtrundgang

Haupteingang Moerser Schloss, Kastell 9, 6 €

09 Mittwoch | 13 Uhr

Nachmittagswanderung, ca. 8 km

vom Lamershof über den Achter– und Wolfsberg. Am Waldwinkelsniep und der Streckenführung der Museumsbahn geht es zurück. Einkehr möglich. Anfahrt mit Pkw. Treffpunkt: Moers, P+R Parkplatz am Bahnhof.
☎ 02841–64520

17 Donnerstag | 13 Uhr

Seniorenwanderung, ca. 7 km

Sehen – erleben – dabei sein.

Wir genießen die Natur rund um den Lohheidesee. Anfahrt mit PKW. Treffpunkt: Moers, P+R Parkplatz am Bahnhof.
☎ 0152–21956556

24 Donnerstag | 13 Uhr

Seniorenwanderung, ca. 8 km

über die luftigen Rheurdter und Schaephuysener Höhen. Einkehr möglich. Anfahrt mit Pkw. Treffpunkt: Moers, P+R Parkplatz am Bahnhof.
☎ 0152–21956556

seit 1920
AM BAHNHOF-MOERS

Bestattungen
Schulte

Lotharstr. 1-3, 47443 Moers (Neubau wird erstellt)
Hülsdonker Str. 9, 47441 Moers
Lintforter Str. 13, 47445 Moers

Telefon 0 28 41 - 9999 709 · www.bestattungen-schulte.com

WELLINGS

– Der Treffpunkt des guten Geschmacks –

FRÜHLINGS-
BUFFET

Der Frühling kommt!

Jeden Dienstag im März
ab 18:00 Uhr

...die Natur blüht langsam auf und unsere Köche zaubern Ihnen viele frische Köstlichkeiten mit allem, was Energie bringt. Lassen Sie sich verwöhnen.

Freundschaftspreis pro Person 34,50 €

Wellings Parkhotel | Tel. 0 28 42 - 2 10 40
Neuendickstrasse 96 | 47475 Kamp-Lintfort

www.WELLINGS.de

BERATUNG TREFFPUNKTE VORTRÄGE

MÄRZ

08 Freitag

Aumühle Moers – nächster Backtag

Jeden zweiten Freitag im Monat wird am Morgen der Steinbackofen aufgeheizt. Die Backstube duftet nach frischem Brot, das nach guter alter Tradition von unserem Bäckermeister hergestellt wird.

Aumühle Moers, Venloer Str. 40, 47447 Moers, ☎ 02841/7819375

01+08+15+22+29 Dienstag | 10.30-12 Uhr

"Ihr Gedächtnis weiß mehr als Sie glauben!" Gedächtnistraining und Koordinationsübungen

Im ganzheitlichen Gedächtnistraining geht es in zwei Kursen für fitte Erwachsene (50+) vormittags von 10.30 bis 12 Uhr oder nachmittags von 14.30 bis 16 Uhr um die umfassende Auffrischung der geistigen Kräfte.

SCI-Volksschule, Hanns-Albeck-Platz 2, ☎ 02841/96355, Bärbel Likar, www.sci-moers

02 Mittwoch | 16-18 Uhr
16 Mittwoch | 19.30-21 Uhr

Gruppentreffen der Frauenselbsthilfe für Betroffene bei und nach Krebs

Eine Gruppe für alle Betroffene jeden Alters bei und nach Krebs. Wir fangen auf, informieren, begleiten und geben Hilfe zur Selbsthilfe. Kommen Sie zu uns.

Bonifatiusheim, Frauenselbsthilfe Krebs – mutig, bunt, aktiv. Bonifatiusstrasse 104, 47441 Moers, ☎ 02841/4088749, ☎ 02841/64998, ☎ 02841/3911224

08 Dienstag | 18-20.15 Uhr

Klimawandel vor der Haustür

Vortrag und Exkursion

Kastell 5b, 47441 Moers, vhs Moers – Kamp-Lintfort, ☎ 02841/201-565, volkshochschule@moers.de, unentgeltlich

08 Dienstag | 19-20.30 Uhr

Omas for Future – Zukunft für Kinder und Enkel

Ein Abend über Motivation, Ziele u. Aktivitäten mit einem Quiz zum Klimawandel. Referentin: Maria Langenberg, Leiterin Regionalgruppe Moers. Anmeldung erforderlich: neuesevforum@kirche-moers.de, ☎ 02841100-135,oder -136, Begegnungsstätte Haus am Schwanenring

Kirchenkreis Moers – Neues Ev. Forum, Schwanenring 5, www.kirche-moers.de

19 Samstag | 10-18 Uhr

#DeinHandelnverändert – Nachhaltigkeitstag für Groß und Klein

Der Aktionstag zeigt Möglichkeiten nachhaltigen Handels u. lädt zum Mitmachen ein. Workshops, Stände, Kurzvorträge. Anmeldung erforderlich: neuesevforum@kirche-moers.de, ☎ 02841/100-135, oder -136, Begegnungsstätte Haus am Schwanenring

Kirchenkreis Moers - Neues Ev. Forum, Schwanenring 5, www.kirche-moers.de

29 Dienstag | 19-20.30 Uhr

Was treibt uns an, (nicht) nachhaltig zu handeln?

Die innere Haltung des Menschen sich u. der Umwelt gegenüber ist elementar für den Klimawandel. Referentin: Madeleine Genzsch, Projektleitung Forschungs- u. Transformationsprojekt We@Aachen. Anmeldung: neuesevforum.de, Online

Kirchenkreis Moers - Neues Ev. Forum, Online, ☎ 02841/100156, kirche-moers.de

22 Dienstag | 11-12.15 Uhr

Einbruchschutz – sicher wohnen

Vortrag

Wilhelm-Schroeder-Str. 10, 47441 Moers, vhs Moers – Kamp-Lintfort, ☎ 02841 /201-565, volkshochschule@moers.de, unentgeltlich

31 Donnerstag | 15-16.30 Uhr

Wenn Senioren zocken – Digitaler Stammtisch

Spielenachmittag

Wilhelm-Schroeder-Str. 10, 47441 Moers, vhs Moers – Kamp-Lintfort, ☎ 02841 /201-565, volkshochschule@moers.de, unentgeltlich

Seit über 65 Jahren

Ihr Immobilienpartner in Moers

Wohnungsbau Stadt Moers GmbH

Wohnungsbau Stadt Moers GmbH
Vinzenzstr. 37
47441 Moers
Tel. 0 28 41 / 91 70-10
Fax 0 28 41 / 91 70-66
www.wohnungsbau-stadt-moers.de

Öffnungszeiten:
Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr und 15.00 - 17.00 Uhr

WELLINGS

– Der Treffpunkt des guten Geschmacks –

OFEN-FRISCHER FLAMMKUCHEN

Gaumenschmaus für Genießer

Jeden Donnerstag im März ab 18:00 Uhr

...bieten wir Ihnen leckere Flammkuchen in verschiedenen Variationen. Von herzhaft bis süß ist sicher für Jeden etwas dabei – immer ein Genuss.

www.WELLINGS.de

Wellings Romantik Hotel zur Linde | Tel. 0 28 41 - 97 60
An der Linde 2 | 47445 Moers-Repelen

AUSSTELLUNG MUSIK THEATER

MÄRZ

23 Mittwoch

Penguin's Days

Mit dem 30. Kinder- und Jugendtheaterfestival „Penguin's Days" feiert das Junge Schlosstheater in diesem Jahr ein Jubiläum. Unter dem Motto „Anstoßen!" wird ein Programm mit 10 Inszenierungen an drei Spielorten (Schlosstheater, Gewschister-Scholl-Gesamtschule, Regenbogenschule Meerfeld, Gymnasium in den Filder Benden) präsentiert, die aus dem gesamten Bundesgebiet nach Moers anreisen. Eingeleitet wird das Festival am 23. März mit der Eröffnungsfeier um 18 Uhr im Pulverhaus am Kastellplatz. Anschließend wird die Inszenierung „DWDW – Die Sache mit dem Wasser" auf der Schlossbühne zu sehen sein. Das komplette Programm gibt es auf www.schlosstheater-moers.de.

Eintritt: 5 € für Kinder und Jugendliche; 10 € für Erwachsene. Begleitpersonen von Schulklassen haben freien Eintritt. Kartenreservierung für alle Vorstellungen unter ☎ 02841/8834112 oder per Mail an jasmin.wrobel@schlosstheater-moers.de

Kartenvorverkauf: dienstags bis freitags, jeweils von 11-13 Uhr und von 14-17 Uhr, samstags von 11-14 Uhr im Studio des Schlosstheaters Moers, Kastell 6, 47441 Moers. Die Tages- bzw. Abendkasse an den Veranstaltungsorten öffnet eine halbe Stunde vor Beginn der Vorstellung.

04 Freitag | 19.30 Uhr

NA MI NAZ OUNI

Alina Manoukian

Konzert – Das W

Eintritt: 12 €, ermäßigt 7 €

Tickets unter ☎ 02841/8834110 oder auf www.schlosstheater-moers.de

10 Donnerstag | 19.30 Uhr

Burak Yilmaz liest aus „Ehrensache"

Lesung – Das W

Eintritt: Alle Karten 5 €

Tickets unter ☎ 02841/8834110 oder www.schlosstheater-moers.de

12 Samstag+13 Sonntag+ 18 Freitag+19 Samstag+ 20 Sonntag | 14-18 Uhr

Ausstellung "Druck Luft Grafit"

vom 12.03. – 20.03.2022

Im Rahmen "Tag der Druckkunst" am 15.03.2022.

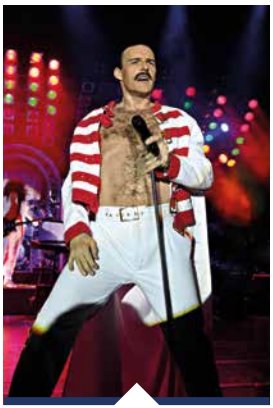
Gezeigt werden experimentelle Grafiken: Präge-, Materialdruck und Kombinationen.

Galerie Atelier Bassier

Karin Dammers, Abteiplatz 22, 47445 Kamp-Lintfort

☎ 0152 0187 4821

www.karindammers.de



12 Samstag | 20 Uhr

A NIGHT OF QUEEN

Performed by The Bohemians

Kulturzentrum Rheinkamp

Karten gibt es im Vorverkauf (erhöhte Abendkassenpreise) in Moers in der Stadtinformation, ☎ 02841/882260 sowie in allen bekannten Vorverkaufsstellen, unter der Ticket-Hotline ☎ 01806/570070 oder im Internet unter www.kultopolis.com

13 Sonntag | 18 Uhr

Romantische Kammermusik im Kammermusiksaal

mit einer Konzerteinführung um 17.15 Uhr

Die Bayrische Kammerphilharmonie versteht sich als ein Ensemble, das auf höchstem kollektivem Niveau die Energie und Meisterschaft des Einzelnen einbindet.

Gabriel Adorján (Violine), Valentin Holub (Viola), Jakob Stepp (Violoncello), Tobias Krampen (Klavier)

Kartenvorverkauf: 15 €/bis 18 Jahre frei – Restkarten an der Abendkasse ab 17 Uhr

VVK-Stellen: MoersMarketing GmbH, Kirchstr. 27 a/b, 47441 Moers ☎ 02841/882260 (zzgl. 8% Vorverkaufsgebühren)

Moerser Musikschule, Filderstr. 126, 47447 Moers, ☎ 02841/1333

Es gilt die 2G-Regel sowie Maskenpflicht und die Einhaltung von Mindestabständen. Die Veranstalter bitten um Beachtung der zum Zeitpunkt des Konzertes geltenden Coronabestimmungen.

16 Mittwoch | 19.30 Uhr

Lesereihe Sociétee Fantastique SF No. 10- Futur Fantastique

Das W

Eintritt: Alle Karten 5 €

Tickets unter ☎ 02841/8834110 oder www.schlosstheater-moers.de

20 Sonntag | 11 Uhr

Stadt machen!

Abschlussveranstaltung

Das W

Eintritt frei

Anmeldung unter dasw@schlosstheater-moers.de

4	9	7	6	1	5	3	2	8
3	5	2	9	8	4	6	1	7
6	1	8	3	2	7	5	4	9
2	8	5	4	7	3	1	9	6
7	6	9	2	5	1	4	8	3
1	4	3	8	6	9	7	5	2
9	7	6	1	4	2	8	3	5
5	3	4	7	9	8	2	6	1
8	2	1	5	3	6	9	7	4

Auflösung von Seite 42

PESCHEKNHAUS-KONZERTE

Improviser in Residence 2022

concert #3

Tomeka Reid (US) – Cello
Josh Berman (US) – Kornett
Jason Roebke (US) – Bass
Sven-Åke Johansson (SE) – Schlagzeug

17. MÄRZ 2022

Es wird um Anmeldung gebeten
info@peschkenhaus.de

Eintritt frei!
Einlass – 19.30 Uhr
Beginn – 20 Uhr

KUNSTVEREIN **PESCHKENHAUS** MOERS E.V.

Meerstraße 1, 47441 Moers
www.peschkenhaus.de

Informationen zu unseren Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Internetseite.

IMPRESSUM

Herausgeber,
Kaufmännische
Leitung:
Helmut Berns

Redaktionelle
Leitung:
David
Weierstahl

Kunden-
beratung:
Phillip Berns

Layout
und Satz:
Dominik
Becker

Anzeigenannahme: ✆ 0 28 41-2 66 90 / verwaltung@agenturberns.de
Anzeigenschluss: 6. des Vormonats
Mediadaten: www.moerser-monat.de

Anzeigen, Gestaltung und Satz:
Agentur Berns
Rheinberger Str. 15
47441 Moers
✆ 0 28 41-2 66 90, Fax: 13 43
www.agentur-berns.de

Verantwortlich im Sinne des Pressegesetzes:
David Weierstahl

Druck: SET POINT Medien GmbH
Druckauflage: 10.000

Jahresabo: 24,- Euro (Portokosten)
Bestellung über: redaktion@moerser-monat.de

Für Terminankündigungen steht auf der Internetseite www.moerser-monat.de eine Eingabemaske bereit. Für die Richtigkeit von Terminmeldungen übernimmt die Redaktion keine Verantwortung, dies gilt ebenso für unaufgefordert eingesandte Manuskripte und Fotos.

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Die Redaktion freut sich über Themenvorschläge an:
redaktion@moerser-monat.de.

Der Moerser Monat ist Mitglied im Initiativkreis Moers.

INITIATIVKREIS MOERS

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in Redaktionsbeiträgen auf eine geschlechtsneutrale Differenzierung verzichtet. Entsprechende Begriffe gelten im Sinne der Gleichbehandlung grundsätzlich für beide Geschlechter. Die verkürzte Sprachform beinhaltet keine Wertung. Bei redaktionellen Gastbeiträgen und Advertorials wird die Vorgehensweise der Autorinnen und Autoren übernommen.

SET POINT MEDIEN
DRUCK . DESIGN . KONZEPTION

Job gesucht?

Buchhaltung (m/w/d)
Fahrer (m/w/d)
Werbetechniker (m/w/d)

WIR FREUEN UNS AUF IHRE BEWERBUNG

bewerbung@setpoint-medien.de

Carl-Friedrich-Gauß-Str. 19 . 47475 Kamp-Lintfort
T 02842 9273811 . info@setpoint-medien.de . www.setpoint-medien.de

Juwelier Fine ART

DIE F(E)INE ART GELD ZU SPAREN

GOLDANKAUF

Seit mehr als 20 Jahren zahlen wir faire Preise!!!

Bargeld sofort!

Wir kaufen Altgold, Zahngold, Uhren, Schmuck, Brillanten, Silber und Besteck (auch versilbert)

Wir führen auf Wunsch auch Hausbesuche durch.
Rufen Sie uns einfach an.
Tel.: 02841 144661

Gerne tauschen wir auch Ihre alten Schätze...

...gegen Uhren / Schmuck!
(Neu und aus zweiter Hand)

Juwelier FINE ART Stammhaus Moers

Steinstraße 24 (Fußgängerzone) | 47441 Moers | Tel.: 02841 144661 | moers@juwelier-fineart.de

www.juwelier-fineart.de

Bestes Mobile Banking

Unsere Sparkassen-App ist die Testsiegerin: leicht zu bedienen und hoher Datenschutz.

Stiftung Warentest
Finanztest
GUT (1,8)
Sparkassen-App
iOS
Versionsnr. 5.13.1
Ausgabe 02/2022
www.test.de
22BZ75

Stiftung Warentest
Finanztest
GUT (2,1)
Sparkassen-App
Android
Versionsnr. 5.13.0
Ausgabe 02/2022
www.test.de
22LJ15

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse
am Niederrhein