

Wärmebox für kleine Patienten

Sparkasse unterstützt die Igelfreunde Alpen



Bianca Ritter-Kowalczyk (l.) mit einem von 14 Igeln, die sie derzeit betreut. Die Vereinsvorsitzende der ‚Igelfreunde Alpen‘ freut sich über eine 700-Euro-Spende der Sparkasse am Niederrhein. Damit konnte unter anderem ein neuer Inkubator gekauft werden. Geschäftsstellenleiterin Kathrin Hüsch (r.) durfte die Igel-Station besichtigen.

ALPEN. Ihren letzten Patienten hat es schlimm erwischt. „Ich komme gerade aus der Tierarztpraxis“, sagt Bianca Ritter-Kowalczyk, hebt den Igel behutsam aus der Transportbox und legt ihn auf eine Wärmedecke. Die Tierschützerin zeigt auf die verbundenen Beinchen und eine große, klaffende Wunde an der Seite. „Vermutlich wurde der Igel von einem Gartengerät verletzt, während er unter Blättern im Winterschlaf lag.“ Bianca Ritter-Kowalczyk setzt sich

seit 2022 für die vom Aussterben bedrohten Stacheltiere ein. „Ich habe viel gelesen, Seminare besucht und verschiedene Igel-Stationen besucht“, berichtet die Alpernerin. Im Laufe des Sommers legte sie bei einer Amtstierärztin eine Sachkundeprüfung ab und erhielt die veterinärrechtliche Zulassung zum Betrieb einer Pflegestation. Zudem gründete sie den gemeinnützigen Verein ‚Igelfreunde Alpen‘, dessen Arbeit die Sparkasse am Niederrhein jetzt mit

einer Spende von 700 Euro unterstützt.

Das Geld investierte Bianca Ritter-Kowalczyk unter anderem in einen neuen Inkubator. „Damit kann man unterkühlte Tiere kontrolliert wieder auf Temperatur bringen“, sagt sie und erklärt der Geschäftsstellenleiterin Kathrin Hüsch, dass die Erwärmung auf keinen Fall zu schnell erfolgen dürfe. „Aktuell pflege ich hier 14 hilfsbedürftige Igel“, sagt Bianca Ritter-Kowalczyk und ergänzt: „Im

vorigen Jahr habe ich 190 Tiere betreut, von denen die meisten wieder ausgewildert werden konnten.“ Manchmal sei sie bis zu fünf, sechs Stunden täglich mit ihren kleinen Patienten beschäftigt: „Igel, deren Lungen von Parasiten befallen sind, benötigen Sauerstoff und Inhalationen. Anderen muss ich regelmäßig die Wunden aussaugen und Medikamente verabreichen.“

Fortsetzung auf Seite 3

Musikverein Menzelen startet mit Innovation und neuen Höhepunkten in ein spannendes Jahr

Ein Rückblick auf die Weihnachtszeit und spannende Pläne für das neue Jahr

Der Musikverein Menzelen blickt auf eine ereignisreiche Advents- und Weihnachtszeit zurück, die musikalisch wie organisatorisch ein großer Erfolg war. Mit vier Adventsmessen, die von den Junioren- und Seniorenensembles gestaltet wurden, und der Teilnahme an zwei Weihnachtsmärkten verbreiteten die Musikerinnen und Musiker festliche Stimmung. Besonders beeindruckend war die traditionelle musikalische Tour an Heiligabend, die erneut großen Zuspruch fand. Highlight des Tages war das Weihnachtsliedersingen auf dem Menzeleener Marktplatz, das zahlreiche Besucher begeisterte. Mit voller Energie und Tatenrang starteten die 100 Musiker mit ihrem Dirigenten Malte Kolodzy in ein aufregendes Jahr 2025. Mit innovativen Neuerungen und einer Vielzahl von Projekten möchte der Verein nicht nur musikalisch begeistern, sondern auch gesellschaftliche Akzente setzen.

Moderner Fortschritt: Einführung digitaler Notenbücher

Ein wichtiger Schritt in die Zukunft ist die Einführung digitaler Notenbücher, die ab sofort in der Marschkapelle zum Einsatz kommen. Der Notenwart Klaus Rüttiger ist von der Technologie begeistert. „Mit der neuen Technik ist es uns nun möglich, auf nahezu alle 265 Musiktitel im Vereinsrepertoire digital zuzugreifen.“ Der Notenbestand wird in Zusammenarbeit mit der Firma Marschpat aus Österreich sukzessive aufgebaut.

Karnevalssession mit besonderer Ehre

„Am nächsten Dienstag starten die Proben für die diesjährige Karnevalssession“, so die Tourmanagerin Ann-Marleen Wanders, „die ein besonderes Highlight bereithält: Der Musikverein Menzelen wird erstmals als Prinzengarde im



Digitale Notenbücher im Einsatz

Kölner Karneval auftreten und als Höhepunkt den Rosenmontagszug in Köln musikalisch begleiten - eine besondere Anerkennung und ein Highlight in der Vereinsgeschichte.“

Veranstaltungshöhepunkte im März

Der März steht ganz im Zeichen der Musik und des gesellschaftlichen Engagements: Das Heeresmusikkorps Koblenz bietet in Zusammenarbeit mit dem Musikverein einen Jazz-Workshop am 8. März an, der nicht nur die Musiker des Vereins dazu einlädt, ihre Fähigkeiten in diesem musikalischen Genre zu erweitern. Außerdem wird das Bläserensemble Bas(s)tion am selben Tag ein Wohltätigkeitskonzert zugunsten des Kinderschutzbundes veranstalten, das Musik und gutes Tun miteinander verbindet.

Förderung des Nachwuchses

Am 30. März lädt der Musikverein zu einem **Jugend-Work-**

shop ein, bei dem alle jugendliche Bläser und Schlagwerker mit mindestens zweijähriger Spielerfahrung teilnehmen können.

An dem Tag werden verschiedene Blasmusiktitel gemeinschaftlich erarbeitet.

Frühjahr und Sommer voller Musik und Gemeinschaft

Das Jahr geht weiter mit einem großen Dorffest und dem traditionellen Mai-Konzert am 1. Mai, das die Gemeinde mit Musik und guter Stimmung verzaubern wird. Im September erwartet der Musikverein die Eröffnung eines „Tag der offenen Tür“ und die Gründung einer neuen Bläserklasse, in der musikbegeisterte Menschen jeder Altersgruppe die Chance haben, sich musikalisch zu betätigen.

Mitspielen im Musikverein - Neue Mitglieder gesucht

Der Musikverein Menzelen freut sich über neue Mitglieder

in allen Registern. Besonders gesucht werden Musikerinnen und Musiker für das **Schlagwerk** - insbesondere für die kleine Trommel, große Trommel und das Schlagzeug in allen drei Orchestern.

Egal ob Anfänger, Wiedereinsteiger oder Fortgeschrittene: Jeder ist herzlich willkommen, Teil der musikalischen Gemeinschaft zu werden.

Die drei Orchester des Vereins proben dienstags im großen Saal des Gasthauses „Zur deutschen Eiche“ (Bernshuck 33, 46519 Alpen):

- **17.15 Uhr:** Nachwuchsorchester
- **18 Uhr:** Jugendorchester
- **19 Uhr:** Blasorchester

Für weitere Informationen über die Projekte und Aktivitäten des Musikvereins Menzelen sowie Möglichkeiten zur Mitwirkung steht der Vorsitzende Malte Kolodzy unter Tel: 0151 24 23 52 73 bereit. Infos gibt es auch unter www.Musikverein-Menzelen.de.

Fortsetzung der Titelseite

Beim Rundgang durch den warmen, zur Pflegestelle umgebauten Kellerraum erfährt Kathrin Hüschi, dass die heimischen Igel deshalb vom Aussterben bedroht seien, weil sie nicht mehr genug gesunde Nahrung und auch keine Rückzugsräume mehr fänden. Darum appelliert Bianca Ritter-Kowalczyk an alle Gartenbesitzer: „Lasst wenigstens an einer Stelle einen großen Laubhaufen

liegen und legt noch abgebrochene Äste dazu.“ Dort würden sich dann Insekten ansiedeln, die beste Nahrungsquelle für Igel. Andernfalls drohe den Stacheltieren ein qualvoller Tod: „Wenn Igel sich aus Not von Schnecken ernähren müssen, werden sie von Parasiten befallen, die sie von innen auffressen.“ Kathrin Hüschi muss schlucken.

Der Besuch in der Igel-Station hält aber auch schöne Momente bereit. Bianca Ritter-Kowalczyk öffnet eine Dose mit hochwertigem Katzenfutter - „bitte ohne Getreide und ohne Gelee“ - und verteilt mit einem Löffel kleine Futterhäufchen auf Unterteller. Dann sehen und vor allem hören die zwei Frauen den Igel beim Schmatzen zu. Wer mehr über die ‚IgelFreunde Alpen‘ erfahren

möchte, findet alles auf www.igel-alpen.de. Und wer jetzt im Winter einen Igel sieht und sich Sorgen um das Tier macht, kann sich direkt an die Igel-Expertin wenden. Entweder per E-Mail an igel@igel-alpen.de oder unter 0172 9465964. „Bitte auf die Mailbox sprechen, dann rufe ich auch bestimmt zurück“, verspricht Bianca Ritter-Kowalczyk.

Bürgerschützenverein
Bönninghardt e. V.

Folgend unsere nächsten Termine:

- Fr., 31. Januar, Generalversammlung im Vereinslokal, 19.30 Uhr
- Mi., 26. März, KK Schießen, Schießstand Bönning-Rill, 19 Uhr
- Sa., 5. April, Familienabend zusammen mit Bürgerschützenverein „Eintracht“ Bönninghardt-Vierquartieren 1885 e. V. im Vereinslokal, 18.30 Uhr
- Mi., 30. April, Tanz in den Mai auf Dorfplatz, 18 Uhr
- Mi., 21. Mai, KK Schießen, Schießstand Bönning-Rill, 19 Uhr
- So., 8. Juni, Besuch Preis und Königsvogelschießen beim Junggesellen Schützenverein Alpen 1680 e. V., 14 Uhr
- Sa., 14. Juni, Besuch Schützenfest mit Galaball beim Junggesellen Schützenverein Alpen 1680 e. V., 20 Uhr
- Fr., 27. Juni, Biwak auf der Schützenwiese, 17 Uhr
- Sa., 28. Juni, Antreten zum Preis- und Königsvogelschießen am Vereinslokal, 14 Uhr
- So., 29. Juni, Antreten zum Vereinskaiservogelschießen und Jubiläumsschießen, 10 Uhr
- Sa., 5. Juli, Schützenfest und Krönungsgalaball

- So., 10. August, Besuch Preis und Königsvogelschießen beim BSV Drüpt 1683 e. V., 16 Uhr
- Sa., 16. August, Besuch Schützenfest mit Galaball beim BSV Drüpt 1683 e. V., 20 Uhr
- Mi., 10. September, Präsidentenpokal KK Schießen, Schießstand Bönning-Rill 19 Uhr
- Sa., 20., oder So. 21. September, Besuch Preisschießen beim Bürgerschützenverein „Eintracht“ Bönninghardt-Vierquartieren 1885 e. V., 15.30 Uhr
- Mi., 5. November, KK Schießen, Schießstand Bönning-Rill, 19 Uhr
- So., 16. November, Volkstrauertag mit Antreten zusammen mit Bürgerschützenverein „Eintracht“ Bönninghardt-Vierquartieren 1885 e. V. am Vereinslokal, 10.45 Uhr
- Sa., 29. November, Bönninghardter Weihnachtsleuchten auf dem Dorfplatz, 14 Uhr
- Fr., 5. Dezember, Kinder-Nikolausfeier im Vereinslokal, 17 Uhr
- Fr., 5. Dezember, Nikolaus-Preisschießen zusammen mit Bürgerschützenverein „Eintracht“ Bönninghardt-Vierquartieren 1885 e. V. im Vereinslokal, 19 Uhr



„Johans Cleider“

Sechs Jahrhunderte Kleidung am Niederrhein

Sonderausstellung im Haus der Veener Geschichte bis zum 18. Mai: offene Führungen durch die Sonderausstellung am 16. Februar, 16. März, 13. April, 18. Mai, Anmeldung unter 02802 / 947 122.

Heimatkalender 2025
aus Menzelen

Der neue Kalender „Menzelen 2025“ ist da. Zum 16. Mal stellt der Hobbyfotograf Hans-Josef Angenendt einen Kalender mit Bildmotiven vor, die typisch für Menzelen sind. Von Januar bis Dezember sind zehnten Monaten entsprechen. Der Erlös ist für das Ferienlager der KJG Menzelen. Bestellungen unter Telefon: 02802/1343 oder 015779025268 (auch als WhatsApp) oder per E-Mail an julewilli@yahoo.de

M

itteilungsblatt
ALPEN

Auch als E-Paper: mitteilungsblatt-ALPEN.de/e-paper

aktuell + unabhängig
lokal + 14-täglich

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN
PRESSEBEAUFTRAGTE

der VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN und
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
für das CMS-System von Rautenberg Media,
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:

<https://redaktion.rautenberg.media>

RAUTENBERG
MEDIA

■ ZEITUNG

■ DRUCK

■ WEB

■ FILM

Wir freuen uns auf Sie!

Mitteilungsblatt Alpen | 53. Jahrgang | Nr. 2 | Freitag, 24. Januar 2025 | Kw 4 | Rautenberg Media | 3

K+S-Antrag zum Salzbergbau

Gutachten bewertet Unterlagen mit ‚Ungenügend‘ - Bürgerinitiative verweist auf Ewigkeitskosten

Die Bürgerinitiative Salzbergbaugeschädigte e. V. (BI) hat ein hydrogeologisches Gutachten zu den Planfeststellungsunterlagen der K+S AG zur geplanten Erweiterung des Salzbergbaus in den Kommunen Alpen, Rheinberg und Xanten in Auftrag gegeben. Die von K+S AG zur Erweiterung des Salzbergbaus vorgelegten Planfeststellungsunterlagen werden als „ungenügend“ bewertet. Das Gutachten kritisiert schwerwiegende Mängel und weist auf die Vernachlässigung von Ewigkeitskosten hin.

Torsten Schäfer, Vorstandsvorsitzender der BI, erklärte: „Das Gutachten zeigt deutlich, dass die Unterlagen unvollständig sind und die Öffentlichkeit nicht korrekt einbezogen wurde. K+S hat versäumt, die konkreten Auswirkungen auf betroffene Gebiete und Infrastruktureinrichtungen ausreichend darzustellen.“ Besonders problematisch sind die sogenannten Ewigkeitskosten, die nach dem Abbau für die langfristige Sicherung der betroffenen Gebiete und Infrastruktur aufkommen müssen.“ Diese Kos-

ten, die über Jahrzehnte anfallen werden, sind in den Antragsunterlagen nicht berücksichtigt“, betont Claudia Kerkhoff, Kassiererin der BI.

Die BI hat bereits angekündigt, juristische Schritte einzuleiten, falls die Bergbehörde die Erweiterung genehmigt. „Sollte die Bergbehörde trotz der Mängel und der unzureichenden Berücksichtigung der Ewigkeitskosten eine ungebremste Erweiterung genehmigen, werden wir klagen“, so Anwalt Alexander Reiting.

Die Erweiterung betrifft 4.600 Hektar unter den Gemeinden Alpen, den Städten Rheinberg und Xanten und soll bis 2050 fortgeführt werden. Fachbehörden und Kommunen äußern bereits Bedenken zu den langfristigen Folgen, insbesondere den Senkungen und deren Auswirkungen auf Umwelt und Infrastruktur. Die Bürgerinitiative fordert von der Bergbehörde eine gründliche Prüfung der Planfeststellung und eine transparente Berücksichtigung der langfristigen finanziellen Folgen.

Schulobstprojekt des Kinderschutzbundes OV Alpen

Ein gesundes und reichhaltiges Schulfrühstück stärkt die Konzentration und gibt Kraft für die Herausforderungen des Schulalltags. Doch viele Kinder kommen häufig ohne oder mit ungesundem Frühstück, wie etwa verpackten Schokobrotchen, in die Schule. Diese ungesunde Ernährung hat nicht nur unmittelbare Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Kinder, sondern kann auch langfristige gesundheitliche Folgen haben.

Laut einer aktuellen Studie des Robert Koch-Instituts aus dem Jahr 2023 haben rund 30 Prozent der Grundschulkinder in Deutschland Übergewicht, was oft auf eine ungesunde Ernährung zurückzuführen ist. Der Verzehr von Obst und Gemüse liegt bei vielen Kindern weit unter den empfohlenen fünf Portionen pro Tag. Dies hat nicht nur Auswirkungen auf die körperliche Gesundheit, sondern auch auf den Schulerfolg: Kinder, die sich gesund ernähren, zeigen bessere Leistungen in der Schule, sind konzentrierter und weniger anfällig für Lernschwierigkeiten. Seit Beginn des Schuljahres 2023/24 sorgt der Kinderschutzbund OV Alpen dafür, dass alle Grundschulkinder in Alpen, Menzelen und Veen mit frischem Obst versorgt werden. Eigentlich hatten sich die Schulen der

Gemeinde für das Schulobstprogramm des Landes NRW beworben - jedoch ohne Erfolg. Um die Kinder dennoch bedarfsentsprechend mit gesunden Snacks zu versorgen, sprang der Kinderschutzbund ein und organisiert seither die Obstlieferungen. Einmal wöchentlich liefert die Firma Tenhaef aus Xanten-Birten im Auftrag des Kinderschutzbundes frisches Obst, das an über 400 Schülerinnen und Schüler verteilt wird. Leider reicht die Menge nur für einen einzigen Tag. Die monatlichen Kosten trägt der Kinderschutzbund OV Alpen derzeit allein, da das Land hierfür keine Mittel bereitstellt. René Schneider, Landtagsmitglied der SPD aus Kamp-Lintfort, betonte in einem Artikel vom 22. November 2024, dass die bestehenden Fördermittel des Landes nicht ausreichen, um den bestehenden Bedarf zu decken und die Zuschüsse aufgestockt werden müssen. Aber wann pas-

siert das? Solange die politisch Verantwortlichen diese guten Vorsätze nicht in konkrete Taten umsetzen, fühlt sich der Kinderschutzbund verantwortlich diese Lücke zu schließen.

Damit das Schulobstprojekt jedoch auch in Zukunft fortgeführt werden kann, ist der Kinderschutzbund auf finanzielle Unterstützung angewiesen. Da der Kinderschutzbund seine Projekte ausschließlich aus Mitgliedsbeiträgen und Spenden finanziert, trägt jede kleine und große Spende für das Schulobstprojekt dazu bei, die Gesundheit

der Kinder aus dem Gemeindegebiet Alpen zu fördern! Eine gesunde Ernährung ist entscheidend für die körperliche und geistige Entwicklung unserer Kinder und trägt mit dazu bei, dass unser Nachwuchs sein volles Potenzial ausschöpfen kann.

Helfen Sie mit, die Zukunft unserer Kinder gesünder zu gestalten!

Weitere Informationen über die Aktivitäten des Kinderschutzbundes OV Alpen sowie die Spendenkontonummer finden Sie auf der Homepage des DKSB: www.dksb-alpen.de.



Ev. Kirchengemeinde Bönninghardt

Öffentliche Bekanntmachung
Die Evangelische Kirchengemeinde Bönninghardt, Bönninghardter Straße 96 in 46519 Alpen veröffentlicht folgende Bekanntmachung:
Änderung der Friedhofssatzung

und der Friedhofsgebührensatzung für den Friedhof der Ev. Kirchengemeinde Bönninghardt an der Winnenthaler Straße
Die Friedhofssatzung und die Friedhofsgebührensatzung für den Friedhof der Ev. Kirchengemeinde

Bönninghardt an der Winnenthaler Straße sind durch Änderungssatzungen mit Beschluss des Presbyteriums geändert worden und treten mit dem auf diese Veröffentlichung folgenden Tag in Kraft.

Der volle Wortlaut der aktualisierten Friedhofssatzung und Friedhofsgebührensatzung kann im Internet unter www.kirche-moers.de eingesehen werden.
Alpen, den 24.01.2025
Das Presbyterium

Gottesdienste in St. Ulrich

Gottesdienstordnungen

St. Ulrich, Alpen
Samstag, 25. Januar
10 Uhr - Eucharistiefeier im Marienstift
Sonntag, 26. Januar
8 Uhr - Eucharistiefeier
11 Uhr - Wort-Gottes-Feier mit den Bruderschaften anl. des Sebastianusfestes
Montag, 27. Januar
19 Uhr - Eucharistiefeier
Dienstag, 28. Januar
10 Uhr - Eucharistiefeier im Marienstift
Samstag, 1. Februar
10 Uhr - Eucharistiefeier im Marienstift
Sonntag, 2. Februar
8 Uhr - Eucharistiefeier
11 Uhr - Eucharistiefeier
12 Uhr - Tauffeier
Montag, 3. Februar
19 Uhr - Eucharistiefeier
Dienstag, 4. Februar
8.30 Uhr - Eucharistiefeier mit der kfd
10 Uhr - Eucharistiefeier im Marienstift
Donnerstag, 6. Februar
17 Uhr - WEG-Gottesdienst mit

den Erstkommunionkindern
Samstag, 8. Februar
10 Uhr - Eucharistiefeier im Marienstift
Sonntag, 9. Februar
8 Uhr - Eucharistiefeier
11 Uhr - Wort-Gottes-Feier
St. Vinzenz, Bönninghardt
Samstag, 25. Januar
17 Uhr - Eucharistiefeier anl. des Patronatsfestes
Sonntag, 2. Februar
9.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier
Samstag, 8. Februar
17 Uhr - Eucharistiefeier
St. Nikolaus, Veen
Sonntag, 26. Januar
9.30 Uhr - Eucharistiefeier
Donnerstag, 30. Januar
19 Uhr - Eucharistiefeier
Samstag, 1. Februar
17 Uhr - Wort-Gottes-Feier
Sonntag, 2. Februar
10.30 Uhr - Kindergottesdienst
Mittwoch, 5. Februar
14.30 Uhr - Eucharistiefeier mit den Senioren
Donnerstag, 6. Februar
19 Uhr - Eucharistiefeier
Sonntag, 9. Februar

9.30 Uhr - Eucharistiefeier
St. Walburgis, Menzelen-Ost
Freitag, 24. Januar
8.30 Uhr - Eucharistiefeier
Sonntag, 26. Januar
9.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier
10.30 Uhr - Tauffeier

Freitag, 31. Januar
8.30 Uhr - Eucharistiefeier
Samstag, 1. Februar
17 Uhr - Eucharistiefeier
Freitag, 7. Februar
8.30 Uhr - Eucharistiefeier
Sonntag, 9. Februar
9.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier



ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG
DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM
Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.



Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

ZEITUNG
Lokaler geht's nicht.

DRUCK
Satz.Druck.Image.

WEB
24/7 online.

FILM
Perfekter Drehmoment.

Auch als E-Paper: mitteilungsblatt-ALPEN@e-paper

Mitteilungsblatt
ALPEN

aktuell + unabhängig
lokal + 14-täglich
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten



MEDIENBERATERIN
Sheryl Alonso Martinez
FON 02241 260-182
E-MAIL s.alonso-martinez@rautenberg.media

Aktiv- & Gesundheitssport e. V. informiert

Aqua-Fitness ab sofort im Bönninghardter Schwimmbad in Alpen - Info: bei Werner Konietzko 028359818848 / 015144944290 oder per E-Mail: werner.konietzko@t-online.de

Aquagymnastik ist schonend und effektiv für Körper, Geist und Seele. Ein idealer Wiedereinstieg, wenn man lange keinen Sport betrieben hat.

Was im Fitness-Studio geht, das geht auch im Wasser. So lautet die Grundidee bei der **Aquagymnastik**. Ob Hanteln stemmen, joggen oder steppen, im nassen Element haben all diese Übungen einen entscheidenden Vorteil: Das Körpergewicht ist auf ein Zehntel reduziert, das schont die Gelenke. Die Muskeln müssen aber umso mehr arbeiten: Der Trainingseffekt im Wasser ist fünf Mal größer, weil der Wasserwiderstand etwa 800 Mal stärker ist als der Widerstand der Luft. Das bedeutet: Eine Minute Wassertraining ist so effektiv wie fünf Minuten an Land.

Wohlfühlen

Wasser entspannt. Davon profitieren ganz besonders die Vi-

talfunktionen wie Herzschlag, Atmung, Blutdruck, Verdauung und Stoffwechsel. Außerdem fördern Wasserwiderstand und Wasserdruck die Durchblutung der Haut auf sanfte Weise. Ausdauer Ob Aqua-Gymnastik, Aqua-Jogging oder einfaches Schwimmen-regelmäßig Bewegung und geringe Wiederholungszahlen haben bereits nachhaltige Auswirkungen auf die Ausdauer. Außerdem werden Immunsystem und Herzrhythmus gestärkt.

Fettkiller

Aqua-Gymnastik hilft, Fettgewebe zu reduzieren. Der Kalorienverbrauch kann auf bis zu 400 Kalorien in 30 Minuten ansteigen.

Aquagymnastik gilt auch in der medizinischen Rehabilitation als ideale Trainingsform. Es unterstützt vor allem die Heilung bei Patienten mit Haltungs-, Muskel- und Bindegewebs-

schwäche sowie Durchblutungsstörungen, Rheuma oder Übergewicht.

Sie möchten mehr über uns erfahren? Für weitere Informationen melden Sie sich bitte bei

Werner Konietzko, 01514 4944290, oder per E-Mail: werner.konietzko@t-online.de.

Termine sind Montag, Dienstag und Freitag.



REGIONALES



44. Kinderkleider- und Spielzeugtrödel in Rheurdt

Am Sonntag, 16. März, findet in der Grundschule, Meistersweg 6, in der Zeit von 10 bis 15 Uhr der 44. Kinderkleider- und Spielzeugtrödel statt.

Alles rund ums Kind kann dort verkauft beziehungsweise gekauft werden.

Anmeldungen werden am Samstag, 8. Februar, ausschließlich per E-Mail unter rheurdt.troedelteam@gmail.com entgegengenommen.

Die Standgebühr für einen 3,5m-Standplatz beträgt 10 Euro. Pro E-Mail kann ein Standplatz reserviert werden.

Ein Tisch sowie ggf. eine Kleiderstange müssen selber mitgebracht werden.

Der Verkauf erfolgt im Erdgeschoss, in der ersten Etage und bei gutem Wetter auch auf dem Schulhof.

Die Plätze werden der Reihe nach vergeben. Schnell sein lohnt sich also!

In unserer Cafeteria werden selbstgebackene Waffeln, belegte Brötchen, Würstchen, Kuchen sowie Kaffee und Kaltgetränke angeboten. Der Erlös kommt dem Förderverein des Kindergartens St. Nikolaus zu Gute.

Bitte helft uns (und natürlich auch Euch als Verkäufer) in Sachen Werbung und teilt diesen Termin mit so vielen Leuten wie möglich! Das Trödelteam freut sich auf einen tollen Trödeltag.

Fahrsport im Rheinland

Auf geht's ins neue Jahr



Fahrer für Pferdefreunde im Richterhaus an der Kirchstraße in Rheurdt

Im Rheinland etabliert sich die Fortbildungsveranstaltung „Fahrer für Pferdefreunde“. Bereits zum dritten Mal fand am letzten Sonntag im Oktober diese Veranstaltung im Landesstützpunkt FAHREN in Rheurdt statt. Nicht ausschließlich für Fahrer, sondern für alle Pferdesportler ging es hier unter anderem um die Themen „Entwurmung“ und „Nachwuchsförderung“. Ein gemeinsames Mittagessen und der Austausch untereinander rundeten den Tag im Richterhaus des Reit- und Fahrvereins Rheurdt ab.

Der regelmäßige Austausch und die vorbildliche Absprache der Fahrsportvereine im Rheinland sind ebenfalls immer Bestandteil. Durch das gemeinsame Agieren konnte nun der Turnier-

kalender im Juli entschärft werden, da mit den Fahrsportfreunden Reichshof e. V. ein Traditionsturnier nun von Anfang Juli auf Ende August 2025 generell verlegt wird. Die Anzahl der Turniervereine für Meisterschaften ist klein, so besteht nun für alle NRW Fahrer die Möglichkeit ein weiteres Turnier zu fahren, ohne die NRW Meisterschaften in Westfalen zu verpassen. Die diesjährigen Rheinischen Meisterschaften finden vom 20. bis 22. Juni 2025 im Landesstützpunkt Fahren beim Reit- und Fahrverein Rheurdt statt. Hier mit am Start ist sicherlich der Nachwuchs des Rheinlandes unter der Federführung von Mücke Hüsges, Elke Weber und Frans Hellegers. Das Jugendfahrteam Rheinland trifft sich zum Infor-

mationsnachmittag am 8. Februar. Der Nachwuchs wird hier von erfahrenen Fahrern aus dem Rheinland gefördert und gefordert. Interessierte können sich gerne an Elke Weber, Fahrstall Klaesenhof, Straelen wenden. Sie freuen sich immer über Zuwachs und werden sicherlich auch wieder ihre Trainings koordinieren, die wie auch im letzten Jahr an unterschiedlichen Vereinsstandpunkten angeboten werden. Unter anderem findet sicherlich auch am Landes-

stützpunkt in Rheurdt ein Training statt, wo von April bis Oktober immer regelmäßig trainiert wird. Hier kann man so schon einmal das Gelände für die Rheinische Meisterschaft inspizieren und seinem Gespann zeigen. Wir freuen uns auf zahlreiche alte und neue Gesichter auf den verschiedenen Veranstaltungen und Turnieren im Rheinland. Der diesjährige Termin für „Fahrer für Pferdefreunde“ ist der 26. Oktober, SAVE THE DATE!

Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO pünktlich • zielgerichtet • lokal
PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Smart Home:
Sicherheitsrisiken kennen und Gefahren vorbeugen

Verbraucherzentrale NRW gibt Tipps zum richtigen Einsatz intelligenter Geräte in den eigenen vier Wänden

Rolläden, die bei Sonnenaufgang automatisch hochfahren, Saugroboter, die während der Arbeitszeit die Wohnung saugen und wischen und Heizungen, die flexibel Temperaturen senken und wieder aufheizen – im Smart Home ist das möglich und lässt sich bei Nutzung von entsprechenden Apps auch von unterwegs steuern. Die intelligente Vernetzung von Geräten kann dem Komfort dienen, aber je nach Nutzerverhalten auch Energie sparen und die Sicherheit erhöhen. Es gibt allerdings auch Risiken. „Smarte Geräte sammeln sehr viele Daten, aus denen sich ein ziemlich genaues Bild vom Zuhause und den dort lebenden Personen ergibt“, sagt Monika Schiffer, Leiterin der Beratungsstelle Euskirchen der Verbraucherzentrale NRW. „Problematisch wird es, wenn nicht nur die Hersteller der Smart Home-Geräte, sondern auch Cloud-Betreiber oder Anbieter sozialer Netzwerke Zugriff auf die gesammelten Daten haben. „Eine weitere Gefahr birgt der potentielle Angriff Krimineller auf das Smart Home. „Hacker



Foto: pixabay

können sensible Informationen ausspähen, sich Zugang zu persönlichen Daten und Bankkonten verschaffen und Geräte manipulieren“, so Schiffer. Die Verbraucherzentrale gibt Tipps, wie smarte Geräte sicher eingesetzt werden können.

Über Datenschutz und IT-Sicherheit der Geräte informieren
Die Nutzung von Smart Home-Produkten ist häufig mit einer umfangreichen Erhebung und Verarbeitung personenbezogener Daten verbunden. Für Verbraucher:innen ist dabei oft

nicht klar, welche Daten genau erhoben werden und über welche Sensoren Smart Home-Geräte wirklich verfügen. Anhand der übermittelten Daten können umfassende Nutzungsprofile erstellt werden. Darüber hinaus werden Daten nicht nur vom Smart Home-Anbieter selbst, sondern oftmals auch von Drittanbietern verarbeitet. Dazu gehören zum Beispiel Cloud-Betreiber, auf deren Servern die Daten gespeichert werden. Außerdem können in die Apps zur Steuerung der Smart Home-Geräte Drittanbieter eingebunden sein, sodass Daten auch an soziale Netzwerke wie Facebook gehen können. Auch was die IT-Sicherheit betrifft, ist für Verbraucher:innen oft nur schwer einschätzbar, wie sicher einzelne Smart Home-Geräte vor Angriffen seitens Krimineller sind. Eine Orientierung bietet das IT-Sicherheitskennzeichen des Bundesamts für Sicherheit in der Informationstechnik (BSI). Hersteller versichern damit,

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

SUDOKU

Spielanleitung:

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder waagerechten Zeile und in jeder senkrechten Spalte alle Zahlen von 1 bis 9 stehen. Dabei darf auch jedes 3 x 3 Quadrat nur je einmal die Zahlen 1 bis 9 enthalten.

Wir wünschen allen
Lesern viel Spaß beim
Rätseln!

dass ihr Produkt gewissen grundlegenden Anforderungen des BSI entspricht. Es handelt sich allerdings um eine Selbsterklärung des Herstellers ohne konkrete technische Überprüfung durch das BSI. Aber auch nach Kauf und Einrichtung der Geräte können Sicherheitslücken auftauchen. Deshalb sollten die Geräte und auch die dazugehörigen Apps immer auf dem neuesten Stand sein und verfügbare Updates zeitnah installiert werden.

Datenschutzfreundliche Einstellungen vornehmen

Bei der Einrichtung der Geräte sollten möglichst datensparsame Einstellungen vorgenommen werden. Ist beispielsweise die Standort-Erfassung über die App oder das Mikrofon für die Nutzung des Smart Home-Geräts nicht nötig, sollten diese jeweils deaktiviert werden. Über die Einstellungen lassen sich Zugriffsberechtigungen auch im Nachhinein anpassen.

Starkes Passwort wählen

Smart Home-Geräte sollten mit starken Passwörtern geschützt werden, die mindestens acht Zeichen lang sind und aus Groß- und Kleinbuchstaben sowie Zahlen und Sonderzeichen bestehen. Lange Passwörter ab 20 Zeichen können auch weniger komplex sein. Standardpasswörter sollten unverzüglich geändert werden. Eine Zwei-Faktor-Authentifizierung erhöht die Sicherheit beim Zugriff auf smarte Systeme. Dabei werden zwei Schritte zur Authentifizierung der Nutzer:innen durchgeführt. Hierfür gibt es verschiedene Verfahren: Nach Eingabe des Passworts im Benutzerkonto kann der Anbieter zum Beispiel einen Code an das Smartphone schicken, der



zusätzlich eingegeben werden muss.

Separates WLAN einrichten

Das Smart Home sollte nicht mit demselben WLAN wie der heimische PC, Laptop oder das Smartphone verbunden sein. Am Router kann dafür ein separates Netzwerk für Smart Home-Geräte eingerichtet werden. Auf diese Weise erhält ein Angreifer nicht automatisch Zugriff auf alle mit dem WLAN verbundenen Geräte, wenn er in das Smart Home-System eingedrungen ist und umgekehrt.

Rechte von Gästen achten

Auch die Rechte von Gästen, Besuchern oder anderer im Haushalt lebender Personen müssen gewahrt werden. Denn auch diese haben ein Recht darauf, selbst zu entscheiden, wer was wann über sie weiß. Wer etwa einen digitalen Sprachassistenten oder ein Gerät mit Videoaufzeichnung aktiv nutzt, während weitere Personen im Haus sind, sollte diese zumindest darauf hinweisen. (Quelle: Verbraucherzentrale NRW e. V. / Euskirchen)



SIE HABEN
EINEN PLATZ
FREI?



UND SUCHEN MITARBEITER:INNEN?

ST01
90 x 100 mm
ab 114,84€

ST04
90 x 120 mm
ab 137,61€

WIR HABEN DIE LÖSUNG!

Mit einer Stellenanzeige in unseren lokalen Städte- und Gemeindezeitungen sprechen Sie gezielt die Bewerber:innen in Ihrer direkten Umgebung an. Lokale Mitarbeiter:innen bieten viele Vorteile wie Flexibilität und ein lokales Netzwerk, was sich positiv auf die Teamintegration sowie die Effizienz, Kultur und den Erfolg des Unternehmens auswirken kann.

BUCHEN SIE JETZT
ONLINE IHRE
STELLENANZEIGE
UNTER:



shop.rautenberg.media

*inkl. MwSt., Preis variiert nach Auflage der Zeitung.



Eine klare Sache

Glas im Innenausbau verleiht Räumen eine transparente, helle Atmosphäre

Beim Werkstoff Glas dürften die meisten zunächst an Fenster, Haustüren und somit an das äußere Erscheinungsbild des Eigenheims denken. Doch auch im Inneren kann das Material besondere architektonische Akzente setzen. Mit vielseitigen Einsatzmöglichkeiten im Innenausbau bringt Glas viel Tageslicht und Weite ins Zuhause. Ob als Balustrade im Eingangsbereich und Treppenhaus, als Raumteiler, Duschwand oder als Designelement: Vielseitige Anwendungen verleihen Räumen einen transparenten und modernen Stil. Doch wie lässt sich das Material ästhetisch und funktional gekonnt nutzen?

Mehr Leichtigkeit fürs Zuhause

Eine offene, lichtdurchflutete Atmosphäre fördert das Wohlfühlen. Mit Glas wirkt jeder Raum nicht nur heller und freundlicher, sondern wird gleichzeitig optisch vergrößert. Ein Vorteil des Materials: Fachbetriebe können Trennwände, Schiebeelemente oder Treppen ganz nach eigenen Wünschen planen und bauen. Eine Galerie zum Beispiel erhält mit einem Glasgeländer und durchsichtigen Brüstungen ein besonders elegantes Erscheinungsbild. „Transparente Treppen scheinen förmlich im Raum zu schweben. Auch eine gläserne Balustrade stellt einen attraktiven Blickfang dar“, sagt



Wohnen mit Durchblick: Glas ist aus der modernen Architektur nicht wegzudenken - auch als Gestaltungsmittel im Innenausbau. Foto: DJD/Uniglas/J. Specklin

Stefan Wolter, technischer Leiter von Uniglas. Für das notwendige Maß an Sicherheit sorgen dabei Geländer mit einer zuverlässigen Absturzsicherung sowie die Ausführung in bruchsicherem Verbundsicherheitsglas. Fachbetriebe vor Ort können Inspirationen geben und zu den verschiedenen Möglichkeiten bei Neubau und Modernisierung beraten. Unter www.uniglas.de etwa finden sich Ansprechpart-

ner sowie weitere Tipps für die eigene Planung.

Stilvolle Hygiene im Bad

Ein klares Statement setzen Hausbesitzer mit dem Werkstoff auch im modernen Wellnessbad. Hochwertige Ganzglasduschen zum Beispiel verbinden Ästhetik mit hoher Funktionalität sowie hygienischen Vorteilen. Sie lassen sich einfach reinigen und behalten dauerhaft ihr attraktives Erscheinungsbild. In der Küche

wiederum kann Glas als bedruckte Rückwand oder als leicht zu reinigende Arbeitsplatte dienen. Und nicht in jedem Fall muss das Material komplett durchsichtig sein: Lackierungen, Sandstrahlungen und Ornamente ermöglichen Designs ganz nach eigenem Geschmack. Glasschiebetüren, Glasrückwände und Raumteiler lassen sich zum Beispiel auch mit einem persönlichen Fotomotiv bedrucken. (DJD)

Niederrhein Kälte

**KfW-geförderte
Klimaanlagen & Wärmepumpen**

Klimaanlagen

KfW-Förderung
30%

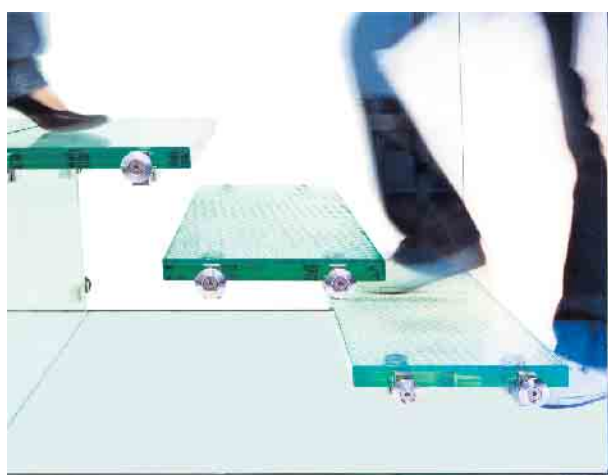
Wärmepumpen

KfW-Förderung
bis zu **70%**

- zugluftfreie Raumkühlung
- viren-, bakterien- und pollenfreie Luft
- WiFi- oder App-Steuerung
- Förderfähigkeit von Luftwärmepumpen

Niederrhein Kälte / Niederrhein Wärme
 Alpener Str. 34 • 47665 Sonsbeck • Telefon: 0 28 38 / 989 66 11
info@niederrhein-kaelte.de • info@niederrhein-waerme.com

Niederrhein Wärme



Funktion und Ästhetik in Einklang gebracht: Gläserne Stufen verleihen der Treppe ein elegantes Erscheinungsbild. Foto: DJD/Uniglas

Regenwasser trinken?

Wasseraufbereitung für Einfamilienhäuser

Wie selbstverständlich läuft bei uns das Wasser aus dem Hahn. Doch angesichts der Klimaveränderungen wird es nicht ewig so weitergehen. Aus immer mehr Ländern werden in Trockenperioden Versorgungsengpässe gemeldet und sogar in Deutschland sind in den letzten Jahren die ersten natürlichen Brunnen versiegt und die ersten Wasserampeln stehen auf „Rot“. Was viele Hausbesitzer gar nicht wissen: Mit einem eigenen Regenwassernutzungssystem können sie nicht nur die Blumen gießen, sondern auch selbst ihr Trinkwasser erzeugen.

Aufbereiten und sparen

„Die Aufbereitung des eigenen Dachablaufwassers zu Trinkwasser ist schon für ca. 10.000 Euro realisierbar“, erklärt Oliver Ringelstein, Geschäftsführer bei Intewa. „Unsere Aufbereitungsanlagen werden übrigens in den bestehenden Trinkwasserkreislauf integriert, indem die vorliegende Hausleitung genutzt wird. So müssen im Haus weder Wände aufgestemmt oder Fliesen aufgeklopft werden“, erklärt der Intewa-Experte. In der Aufbereitungsanlage durchläuft das Regenwasser von der Zisterne bis zum Wasserhahn dann mehrere Reinigungsstufen. Hierzu gehören Vorfiltration, Sedimentation, Ultrafiltration und UV-Desinfektion. Dabei werden Schmutz, Bakterien und Viren ganz ohne chemische Zusätze zuverlässig zurückgehalten. Bei einem Wasserverbrauch von rund 130 m³ für drei Personen im Jahr und einer Dachfläche von 120 m² können schon bis zu 60 Prozent des Trinkwassers durch Regenwasser ersetzt werden. Bei größeren Dachflächen oder einer zusätzlichen Grauwasserrecyclinganlage kann man sogar fast wasserautark werden. In einem Video auf der Unternehmenswebsite (www.intewa.de) wird die Privatanlage des Unternehmensgründers gezeigt.

Vorteile von Regenwasser für die Trinkwasserversorgung

Ein großer Vorteil von Regenwasser ist dessen gute Grund-



Wie selbstverständlich läuft bei uns das Wasser aus dem Hahn. Doch angesichts der Klimaveränderungen wird es nicht ewig so weitergehen. Foto: Peopleimages/iStock/akz-o

qualität, denn es ist frei von Spurenstoffen wie beispielsweise Medikamentenrückständen.

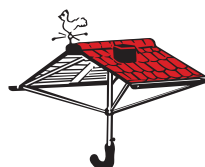
Dazu schont das extrem weiche Wasser die Verbraucher und eine Enthärtungsanlage wird nicht benötigt. Dezentrale Regenwasserspeicher tragen

zudem zum Überflutungsschutz bei. Die einfache Verfügbarkeit von Regenwasser als erneuerbare Ressource ist ein weiterer positiver Aspekt. Darüber hinaus können Kosteneinsparungen durch die Sammlung und Nutzung von Regenwasser erzielt werden. Je nach Gebüh-

renmodell der Gemeinden kann sich eine solche Anlage sogar finanziell amortisieren. „Aufgrund der immer länger anhaltenden Trockenperioden sollten die Regenwasserzisternen allerdings ausreichend groß geplant werden“, rät Ringelstein. (akz-o)



Kompetenz rund ums Dach



DACHTECHNIK ZIMMEREI
SCHMETTER ALPEN GmbH
MEISTERBETRIEB

Weseler Straße 90 · 46519 Alpen · Telefon: 02802 - 76 54
info@dachtechnik-schmetter.de · www.dachtechnik-schmetter.de

- ▲ Bedachung
- ▲ Zimmerei
- ▲ Bauklempnerei
- ▲ Schiefer- /Ziegelarbeiten
- ▲ Fassadenbau
- ▲ Kranverleih
- ▲ Isolierung
- ▲ Gerüstbau
- ▲ Photovoltaik-/Solaranlagen

Mehr Geld für die Pflege zu Hause: So viel gibt es 2025

Die Verbraucherzentrale NRW gibt einen Überblick über wichtige Leistungen der Pflegeversicherung

Pflegebedürftige Menschen erhalten zum 1. Januar 2025 mehr Geld. Denn alle Pflegeleistungen werden um 4,5 Prozent erhöht. „Da Pflege sehr teuer ist, ist das eine gute Nachricht“, sagt Verena Querling, Pflegerechterspezialistin der Verbraucherzentrale NRW. „Aber das Pflegesystem ist sehr komplex, viele Betroffene wissen gar nicht, was ihnen zusteht.“ Deshalb stellt die Verbraucherzentrale NRW drei wichtige Leistungen für die Pflege zuhause vor und listet die neuen Pflegesätze auf.

Die Grundlage: Das Pflegegeld Pflegegeld dient der selbst organisierten Pflege zuhause. Pflegebedürftige können es ab Pflegegrad 2 beantragen und erhalten das Geld auf ihr Konto. Damit können sie Menschen wie zum Beispiel Angehörige oder Nachbarn bezahlen, die sie unterstützen, etwa indem sie im Haushalt helfen oder Einkäufe mitbringen. So viel gibt es pro Monat ab 1. Januar 2025 im Vergleich zu 2024:

Pflegegrad 2:	347 Euro statt 332 Euro
Pflegegrad 3:	599 Euro statt 573 Euro
Pflegegrad 4:	800 Euro statt 765 Euro

Pflegegrad 5:
990 Euro statt 947 Euro.

Für den Pflegedienst: Die Pflegesachleistung Eine sogenannte Pflegesachleistung wird bezahlt, wenn der pflegebedürftige Mensch einen Pflegedienst oder Betreuungsdienst nutzt, der ihn pflegt oder betreut. Wichtig: Die Pflegekasse zahlt das Geld nicht an Pflegebedürftige selbst, sondern die Dienste rechnen direkt mit der Pflegekasse ab. Auch die Pflegesachleistung gibt es erst ab Pflegegrad 2. Bezahl werden körperbezogene Pflege, pflegerische Betreuung wie Spaziergänge oder Vorlesen, und auch Hilfe bei der Haushaltsführung.

So viel gibt es pro Monat ab 1. Januar 2025 im Vergleich zu 2024:

Pflegegrad 2:	796 Euro statt 761 Euro
Pflegegrad 3:	1.497 Euro statt 1.432 Euro
Pflegegrad 4:	1.859 Euro statt 1.778 Euro
Pflegegrad 5:	2.299 Euro statt 2.200 Euro.

Unterstützung für Pflegenden: Die Tages- und Nachtpflege Diese Leistung dient vor allem als



Entlastung für pflegende Angehörige.

Eine Tages- oder Nachtpflege kann zusätzlich zu Pflegegeld oder Pflegesachleistung beantragt werden. Damit können Pflegebedürftige tages- oder stundenweise in eine stationäre Einrichtung aufgenommen werden. Vor allem das Angebot der Tagespflege ist eine wertvolle Unterstützung für pflegende Angehörige. Denn meist können sie nur so unbesorgt arbeiten oder Erledigungen machen. Das kommt insbesondere für pflegebedürftige Menschen in Betracht, die während der Abwesenheit ihrer Pflegeperson(en) nicht allein bleiben können, ansonsten jedoch zu Hause versorgt werden. Auch hier rechnet die Einrichtung direkt mit der Pflegekasse ab.

So viel gibt es pro Monat ab 1. Januar 2025 im Vergleich zu 2024:

Pflegegrad 2:	721 Euro statt 689 Euro
Pflegegrad 3:	1.357 Euro statt 1.298 Euro
Pflegegrad 4:	1.685 Euro statt 1.612 Euro
Pflegegrad 5:	2.085 Euro statt 1.995 Euro.

Am besten verschiedene Leistungen kombinieren Viele Leistungen in der Pflege lassen sich miteinander kombinieren. Das gilt vor allem für Pflegegeld und Pflegesachleistung, die als Kombinationsleistung genutzt werden können. Dann wird ein Teil des Pflegegeldes auf das Konto der pflegebedürftigen Person

überwiesen und der andere Teil vom Pflegedienst abgerechnet. Zusätzlich können die Tagespflege und Entlastungsleistungen genutzt werden. Bei der Pflegekasse können je nach Bedarf weitere Leistungen beantragt werden, etwa für Wohnungsanpassungen oder Hilfsmittel. Wer in Pflegegrad 1 eingestuft ist, kann einen zweckgebundenen Zuschuss von monatlich 125 Euro als sogenannten Entlastungsbetrag beantragen für eine Unterstützung im Alltag, etwa über Nachbarschaftshilfe.

Weiterführende Infos und Links: Tabellarische Übersicht: So viel Geld gibt es bei Pflege zuhause: www.verbraucherzentrale.nrw/node/101423 Diese Leistungen gibt es für die Pflege zu Hause: www.verbraucherzentrale.nrw/node/64399

(Quelle: Verbraucherzentrale NRW / Bergisch Gladbach)





PRODUKTFOTOGRAFIE

**SIE HABEN DAS PRODUKT?
WIR HABEN DAS KNOW-HOW!**

- hochwertige, professionelle Fotos die unsere Profis für Sie anfertigen
- wir setzen Ihre Produkte ins rechte Licht
- professionelle Bildbearbeitung
- individuelle Beratung
- hohe Qualitätskontrollen
- kurze Kommunikationswege um Ihre Wünsche umzusetzen

WEITERE INFOS UNTER:
www.rautenberg.media/film/produktfotos



NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 24. Januar

St. Willibrordus-Apotheke

Grünstraße 99, 46483 Wesel, 0281/61479

Samstag, 25. Januar

Hirsch-Apotheke

Auguststraße 45, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/10433

Sonntag, 26. Januar

Apotheke 35 OHG Neuhoﬀ und Krug

Bahnhofstraße 38a, 47495 Rheinberg, 02843/904840

Montag, 27. Januar

Dom-Apotheke

Kurfürstenstraße 10, 46509 Xanten, 02801/3242

Dienstag, 28. Januar

Geissbruch Apotheke

Ferdinantenstraße 3a, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/8538

Mittwoch, 29. Januar

Römer-Apotheke OHG Neuhoﬀ und Krug

Römerstraße 16-18, 47495 Rheinberg, 02843/6116

Donnerstag, 30. Januar

Elefanten-Apotheke

Freiherr-vom-Stein-Straße 10, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/13029

Freitag, 31. Januar

Adler-Apotheke OHG

Hochstraße 75, 47665 Sonsbeck, 02838/91966

Samstag, 1. Februar

Friedrich Apotheke

Friedrichstraße 14, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/5342

Sonntag, 2. Februar

Engel Apotheke

Kurt-Kräcker-Straße 47, 46485 Wesel, 0281/51499

Montag, 3. Februar

Budberg-Apotheke

Rheinberger Straße 82, 47495 Rheinberg, 02843/92730

Dienstag, 4. Februar

Hirsch-Apotheke

Auguststraße 45, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/10433

Mittwoch, 5. Februar

Apotheke zur Herrlichkeit

Vogt-von-Belle-Platz 6, 47661 Issum, 02835/4488050

Donnerstag, 6. Februar

Adler-Apotheke

Burgstraße 14-16, 46519 Alpen, 02802/2170

Freitag, 7. Februar

Apotheke Borth

Borther Straße 225, 47495 Rheinberg, 02802/1515

Samstag, 8. Februar

Ventalis Apotheke

Moerser Straße 290, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/9048113

Sonntag, 9. Februar

Geissbruch Apotheke

Ferdinantenstraße 3a, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/8538

(ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag)

Angaben ohne Gewähr



GELD-ABZOCKER

Seien Sie **KLÜGER** als die **BETRÜGER**!

Geben Sie **kein Bargeld** an angebliche Polizist*innen oder Ihnen unbekannte Personen (Arzt, Notar...). Lassen Sie sich **telefonisch nicht bedrängen**, **Bargeld zu geben**, zum Abholen bereit zu legen oder Geld zu überweisen. **In solchen Fällen bitte die 110 wählen** und die Polizei informieren!

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

- Telefon-Nummer für Frauen
08000 116 016
- Telefon-Nummer für Männer
0800 123 99 00



• **Heimweg-Telefon**

Für alle, die sich vom mulmigen Gefühl auf ihrem nächtlichen Weg mit einem netten Gespräch ablenken lassen möchten.

030 120 74 182

So. - Do. 20:00 - 24:00 Uhr

Fr. - Sa. 22:00 - 4:00 Uhr

NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfall-schublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. **DIESE SEITE** mit allen wichtigen Notrufnummern

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- | | |
|-------------------------------|--|
| • Polizei-Notruf | 110 |
| • Feuerwehr/Rettungsdienst | 112 |
| • Ärzte-Notruf-Zentrale | 116 117 |
| • Gift-Notruf-Zentrale | 0228 192 40 |
| • Telefon-Seelsorge | 0800 111 01 11 (ev.)
0800 111 02 22 (kath.) |
| • Nummer gegen Kummer | 116 111 |
| • Kinder- und Jugendtelefon | 0800 111 03 33 |
| • Anonyme Geburt | 0800 404 00 20 |
| • Eltern-Telefon | 0800 111 05 50 |
| • Initiative vermisste Kinder | 116 000 |
| • Opfer-Notruf | 116 006 |



Die nächste Ausgabe erscheint am:
Freitag, 07. Februar 2025
Annahmeschluss ist am:
30.01.2025 um 10 Uhr

Rautenberg Media Zeitungspapier –
nachhaltig & zertifiziert:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
reg. no. FI/11/001, supplied by UPM

IMPRESSUM

MITTEILUNGSBLATT ALPEN

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
Fon +49 (0) 2241 260-0 · Fax 260-259
willkommen@rautenberg.media

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:
Bianca Breuer und Corinna Hanf
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

Kostenlose Haushaltsverteilung in Alpen. Zustel-
lung ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über
Rautenberg Media 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind
gesetzlich geschützte Warenzeichen nicht ge-
kennzeichnet, erlauben fehlende Hinweise keine
freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete Arti-
kel spiegeln nicht immer die Meinung der Redak-
tion wider.

Handhabung für unverlangt hereingege- bene Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für
die Richtigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und
Vollständigkeit. Per Post erhaltenes Pressemateri-
al wird nicht zurückgesandt. Keine garantierte Ver-
öffentlichung. Entstehen Forderungen Dritter aus
Verletzungen des Urheber-, Presse- oder Nut-
zungsrechts durch das Pressematerial, fordert
Rautenberg Media Schadenersatz beim Einrei-
cher. Bei irrtümlich fehlender Namensnennung
am Werk (z.B. Bildnachweis) verzichtet der Einrei-
cher auf jegliche Forderung an Rautenberg Media.
Durch den Einreicher des Pressematerials
wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für
ihre Print-Ausgaben, als auch für die durch sie be-
triebenen elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Sheryl Alonso Martinez
Fon 02241 260-182
s.alonso-martinez@rautenberg.media

VERTEILUNG

Regio Presse Vertrieb GmbH
mail@regio-pressevertrieb.de
regio-pressevertrieb.de

VERKAUF

Fon 02241 260-112
verkauf@rautenberg.media

REDAKTION

Fon 02241 260-250 /-212
redaktion@rautenberg.media

INFORMATION

info@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media
facebook.de/rautenbergmedia
instagram.de/rautenberg_media
vimeo.com/rautenbergmedia

ZEITUNG

mitteilungsblatt-alpen.de/e-paper

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
zeitungen. Lernen Sie uns als 360° Media-
Partner auch bei DRUCK (Broschüren, Katalo-
ge, Geschäftspapiere...), WEB (Homepages,
Digitale Werbung, Shops...), FILM (Imagefil-
me, Kinospots, Produktfilme...) kennen.

Wir freuen uns auf Sie: rautenberg.media



■ ZEITUNG
■ DRUCK
■ WEB
■ FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN ONLINE BESTELLEN

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Gesuche

Kaufgesuch

Achtung seriöser Ankauf

von Pelze, Klaviere, Weine/Cognac,
Krokotaschen, Porzellan, Bilder, Zinn,
Puppen, Bekleidung, Näh-/Schreibma-
schinen, Bücher, Teppiche, Rollatoren,
Schallplatten, Golfschläger.
0176 37003544 Frau Gross

Kaufe Klaviere, Weine & Cognac

Achtung sofort Bargeld für Näh-/
Schreibmasch., Bücher, Tischwäsche,
Rollatoren, Zinn, Tafelsilber, Münzen,
Modeschmuck, Pelze, Armband-/Ta-
schenuhren, Bekleidung D/H! Kaufe
alles aus Wohnungsauflösung. Gerne
machen wir Ihnen ein seriöses Ange-
bot Tel.: 0178-3732516 Hr. Braun



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
"Wohnmobilcenter Am Wasserturm"

Familien

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **52,00***

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media



mit. MwSt. Preis variiert nach Auflage der Zeitung.



Der
Urapfel
stammt wohl
aus
Kasachstan.



KLEINANZEIGEN

PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN



rautenberg.media/kleinanzeigen
Ihre private*
KLEINANZEIGE
bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung **ab 6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ RAUTENBERG MEDIA



Ausbildung zum Straßenbauer

Der Weg ist das Ziel

Straßenbauer und Straßenbauerinnen gestalten die Verkehrswege, die uns täglich verbinden. Das macht ihre Arbeit so wichtig - für den Transport von Menschen und Gütern, für die Wirtschaft und Gesellschaft, für jeden Einzelnen. Der Bau und Erhalt dieser Infrastruktur ist eine Daueraufgabe und wird es auch bleiben. Eine gute Gelegenheit für technisch interessierte junge Erwachsene, die im Anschluss an die Schule nach einem zukunfts-sicheren Beruf suchen. Was sie für den Einstieg brauchen und wissen müssen, beschreibt Achim Sydow, Ausbildungsleiter beim Bauunternehmen Depenbrock.

Interessen

Frischlucht statt Bürojob: Wer gestalten und im Freien arbeiten möchte, passt zu diesem Berufsbild. Darüber hinaus hilft auch technisches Interesse, denn für die Erdarbeiten nutzen Straßenbauer unter anderem Bagger, Raupen und Walzen.

Persönliche Eigenschaften

Weil Straßenbauer nicht allein, sondern immer als Teil einer Gruppe arbeiten, sind Teamplayer-Eigenschaften und Zuverlässigkeit gefragt. Sich mit allen Kollegen auf der Baustelle abzustimmen und an einem Strang zu ziehen, ist unverzichtbar. Zudem ist jede Baustelle anders und liegt nur selten vor der eigenen Haustür: Wer im Straßenbau arbeitet, muss also Flexibilität ebenso mitbringen wie Reisebereitschaft.

Kraft und Fitness

Für einen körperlich aktiven Beruf wie diesen ist Fitness ist nicht

nur ein Plus, sondern ein Muss. Große Kraft braucht es hingegen nicht, das ist nur ein Vorurteil. Durch den Einsatz einer Vielzahl von Maschinen können Männer und Frauen den Beruf gleichermaßen ausüben.

Schulkenntnisse und handwerkliche Fähigkeiten

Grundlegende Mathematik-Kenntnisse - zum Beispiel in Geometrie und Volumenberechnung - zählen beim Straßenbau zum Handwerkszeug. Darüber hinaus hilft ein gutes räumliches Vorstellungsvermögen beim Arbeiten auf der Baustelle, handwerkliches Geschick erleichtert den Umgang mit Werkzeugen und Maschinen.

Schulabschluss

Für die Ausbildung zum Straßenbauer ist kein bestimmter Schulabschluss vorgeschrieben. Jugendliche mit Hauptschul- oder Realschulabschluss kommen ebenso infrage wie Schüler und Schülerinnen mit Abitur oder Fachabitur. Je besser der Abschluss, desto größer sind später die Entwicklungsmöglichkeiten für eine Karriere in der Bauwirtschaft.

Ausbildung und Perspektiven

Nach dem Abschluss ihrer dreijährigen Ausbildung können die fertigen Straßenbauer als Geselle oder Gesellin arbeiten. Ergänzend zu ihrer Tätigkeit im Unternehmen haben sie dann die Möglichkeit, sich weiter zu spezialisieren. Bei Depenbrock werden die planerischen und organisatorischen Fähigkeiten beispiels-



Fotos: Depenbrock/akz-o

weise gezielt durch Aufstiegsfortbildungen ausgebaut, etwa zum Vorarbeiter oder Werkpolier bis hin zum geprüften Polier. Mit der höchsten Qualifikation, dem Meisterbrief, können Meisterinnen oder Meister im Straßenbauer-Handwerk selbst Lehrlinge ausbilden oder eine Firma leiten; auch ein Studium ohne Abitur ist möglich.

„Der Beruf des Straßenbauers ist sehr vielfältig - es geht um glatte Fahrbahnen und sichere Rad- und Gehwege ebenso wie schicke Marktplätze“, erklärt Depenbrock-Ausbildungsleiter Sydow. „Wer mit den eigenen Händen etwas Bleibendes schaffen will, ist hier richtig und bekommt viele Möglichkeiten, sich fachlich weiterzuentwickeln.“ (akz-o)



WIR SUCHEN DICH

für unsere Zeitung
Mitteilungsblatt Alpen als

Reporter (m/w/d)

zum **nächstmöglichen Termin**
auf **Honorarbasis** als **freien Mitarbeiter**

DU HAST

- Freude am Verfassen von Werbetexten und redaktionellen Berichten
- Interesse an lokalen Veranstaltungen, Kultur, Sport & Brauchtum
- Kenntnisse im Umgang mit Internet und PC
- eine Digitalkamera
- Ortskenntnisse

DU BIST

- aufgeschlossen, aktiv und zuverlässig
- sicher im Umgang mit der deutschen Sprache
- motorisiert

Wir freuen uns darauf DICH kennen zu lernen!

Bewerbungen bitte per E-Mail an:
Denis Janzen | karriere@rautenberg.media
Stichwort: Reporter Mitteilungsblatt Alpen (m/w/d)



So funktioniert die Echtzeit-Überweisung in zehn Sekunden

Die Verbraucherzentrale NRW gibt Tipps für die neue EU-Regelung

Seit dem 9. Januar wird die Option der Echtzeitüberweisung in Europa flächendeckend eingeführt. Banken und Sparkassen sind verpflichtet, ab diesem Datum Überweisungen in Euro unabhängig von Tag und Stunde zu empfangen. Ab Oktober 2025 müssen die Geldinstitute auch Überweisungen ihrer Kundschaft innerhalb von zehn Sekunden vom Absender zum Empfänger ermöglichen. „Aus Verbrauchersicht ist das sinnvoll“, erklärt Monika Schiffer, Leiterin der Beratungsstelle Euskirchen der Verbraucherzentrale NRW. Damit ist die Echtzeitüberweisung nun auch für normale Überweisungen eine Option und wird somit flächendeckend angeboten. Positiv: Die Empfänger-Überprüfung mit IBAN-Ab-

gleich wird in diesem Zusammenhang wieder Standard. „Trotzdem sollte man wachsam sein“, rät Monika Schiffer, „da eine Echtzeitüberweisung deutlich schwieriger zurückzuholen ist.“

Wie funktioniert die Echtzeitüberweisung konkret?

Empfänger:innen werden ebenso wie Auftraggeber:innen innerhalb von zehn Sekunden darüber informiert, ob der überwiesene Betrag angekommen ist oder nicht. Echtzeitüberweisungen können an 365 Tagen im Jahr, rund um die Uhr ausgeführt werden. Es gibt also kein Warten mehr auf den nächsten Bankarbeitstag. Bislang wurden Überweisungen in der Regel erst nach einem Werktag auf dem Zielkonto gutgeschrieben. Lag ein Wo-



Familien

ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG MEDIA

F597
90 x 50 mm
ab **57,42***

Hochzeit.
Wir haben uns endlich
verlobt und
heiraten am
15.07.30 • 56 cm x 3.350 g

FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **52,00***

Natascha
ist da!
Herzlichen
Dank für
die guten
Glückwünsche
anlässlich
der Geburt
meiner Tochter
Lina und Martin
Mustermann

TD 12-12
90 x 90 mm
ab **102,96***

DANKSAGUNG
Für die wohlwollenden Beweise der
Anteilnahme beim Tode meines
geliebten Vaters, unseres guten
Schwagervaters und Großvaters
Michael Musterfeld

K03_15
43 x 30 mm
ab **17,00***

WOHNUNG!
Moderne, hellhörige Wohnung,
3 Zk, 125 qm, 2-Bad, Balkon, Fuß-
bodenheizung, große Küche, voll-
ständig möbliert, ideal für
geschiedene Paare oder
Einzelne. Für 800 €
Tel. 02221 123456

Online Familien-Anzeigen:
für alles was wirklich zählt!

shop.rautenbergberg.media

chenende dazwischen, konnte es mehr als 72 Stunden dauern, bis das Geld gebucht wurde. Für Nicht-Euro-Überweisungen innerhalb der EU soll die Echtzeitüberweisung ab 2027 umgesetzt werden.

Was kostet die Echtzeitüberweisung?

Für die Echtzeitüberweisungen dürfen keine höheren Kosten berechnet werden, die Entgelte dürfen nur denen einer normalen Überweisung entsprechen. Wer also beispielsweise 50 Cent pro Überweisung bezahlt, zahlt in der Regel das gleiche für Echtzeitüberweisungen. Pauschal kostenfrei sind Echtzeitüberweisungen damit nicht, es entfallen aber immerhin die teils hohen Extrakosten, die mancherorts bisher berechnet wurden.

Ist das wirklich neu?

Nein, die Echtzeitüberweisung war auch bisher schon verfügbar, allerdings wurde sie wegen der Extrakosten nicht besonders häufig genutzt. Laut EU-Kommission entfielen bisher elf Prozent aller in der EU getätigten Euro-Transfers auf Sofortüberweisungen. Nun müssen alle Banken und Sparkassen die Zusatzoption zu den üblichen Kontoführungsgebühren anbieten.

Welche Risiken gibt es?

Bei einer Echtzeitüberweisung wird das Geld sofort vom Konto abgebucht. Das bedeutet auch, dass es schwerer wieder zurückgeholt werden kann. Ein Risiko für Missbrauch, etwa über Phishing-Methoden ist also da. Um kriminelle Zugriffe zu erschweren, ist bei Überweisungen ein Abgleich von Kontonummer und dem dazugehörigen IBAN-Empfängernamen vorgesehen. Dies erfolgt im Hintergrund zwischen den Instituten. Wenn die Daten nicht übereinstimmen, soll eine entsprechende Warnung bereits vor Freigabe der Überweisung erfolgen. Kund:innen können zudem einen Höchstbetrag für ihre Echtzeitüberweisungen festlegen. Gerade in der Einführungsphase könnte das Verfahren für Phishing-Attacken ausgenutzt werden. Beim Online-Banking sollte man deshalb besonders wachsam sein und keine Links in angeblichen E-Mails von der Bank anklicken. Weiterführende Infos und Links:

Weitere Infos rund um Geldgeschäfte via Girokonto gibt es hier: www.verbraucherzentrale.nrw/node/4990
(Quelle: Verbraucherzentrale NRW / Euskirchen)