

HOME. AlpenFestival

Musik für Welt, Dorf & Herz

13. August 2022
15.00 h Familienfest & Streetfood
17.00 h Musik & Verlosung
19.30 h Konzert: HOME.Alpenmusik

14. August 2022
11.00 h Friedensfest: Pray for peace
12.30 h Gospel, Salonmusik & Kuchen
www.home-alpenmusik.de

ORT: Reitergelände, Alpen-Veen
(Bergweg/Püttenweg, 46519 Alpen)

INFOS & TICKETS: Rathaus Alpen
www.home-alpenmusik.de & Eventim

PREISE: VVK 10 € | Abendkasse 15 €
Ermäßigt 5 € | Kinder 1 €



Öffentliche Ausschreibung

Die Gemeinde Alpen schreibt auf Grundlage der VOB zurzeit öffentlich aus:

Schul- und Sportzentrum Alpen, Fürst-Bentheim-Straße
Energetische Sanierung

Fliesenarbeiten (Schule und Sporthalle)

Nähere Informationen erhalten Sie auf der Homepage ‚www.alpen.de‘ unter der Rubrik ‚Öffentliche Ausschreibungen‘ sowie ‚www.service.bund.de‘, ‚www.deutsches-ausschreibungsblatt.de‘ und den gängigen Veröffentlichungsplattformen.

Ende: Amtliche Bekanntmachungen

DER BÜRGERMEISTER INFORMIERT

Aufruf zur Meldung bei Ehejubiläen

Anlässlich von Ehejubiläen ab der Goldhochzeit gratuliert der Bürgermeister bzw. die Ortsvorste-

herin / der Ortsvorsteher den Ehepaaren bei einem persönlichen Besuch.

Falls bei Ihnen ein Ehejubiläum ansteht, melden Sie sich bitte bei Frau van Bebber unter der Tele-

fonnummer 02802-912 102 oder aber per Mail (steffi.vanbebber@alpen.de).

Ende: Der Bürgermeister informiert

NICHTAMTLICHE BEKANNTMACHUNGEN

Kommunale Selbstverwaltung

Sprechstunden des Bürgermeisters:
nach Vereinbarung (Tel.: 912-101)

Fraktionssitzungen:

CDU - Fraktion

www.cdu-alpen.de

montags, 19.30 Uhr - vor jeder Rat- oder Ausschusssitzung im Raum 230

Sitzungssaal des Rathauses, 1. Etage Altbau, Rathausstraße 5

Fraktionsvorsitzender Sascha Buchholz, Tel.: 02802/705180

sascha.buchholz@cdu-alpen.de

Geschäftsstelle der CDU-Fraktion: Adenauerplatz 8, 46519 Alpen, Tel.: 02802/704422

SPD - Fraktion

www.spdalpen.de

donnerstags, 19.00 Uhr - vor jeder Rats- oder Ausschusssitzung im Raum 223 (=abgetrennter Küchen- oder Servierbereich im Vorraum des Ratssaals)

außerhalb der Fraktionssitzungen, Tel.: 02802 / 809105

(Fraktionsvorsitzender Dr. Armin Lövenich, Fürst-Bentheim-Str. 40, 46519 Alpen)

Geschäftsstelle der SPD-Fraktion: Fürst-Bentheim-Str. 40, 46519 Alpen, Tel.: 02802-809105

FDP-Fraktion

www.fdp-alpen.de

jeden Mittwoch 19.00 Uhr vor der in der darauf folgenden Woche

stattfindenden Rat- oder Ausschusssitzung im Raum 316, 2. Etage Altbau, Rathausstraße 5

Fraktionsvorsitzender Thomas Hommen, Bönninger Straße 61, Alpen, Tel. 02802/ 700484,

Geschäftsstelle: Bönninger Straße 61, Alpen, Tel.: 02802/700484

Fraktion Bündnis 90/Die Grünen

www.gruene-alpen.de

Regelmäßige Fraktionssitzungen in 2020 jeweils am Donnerstag

von 18:30-20:00Uhr vor den Rats- und Ausschusssitzungen im Rathaus Altbau Raum 316, 2. Etage Altbau, Rathausstraße 5

außerhalb der Fraktionssitzungen Tel.:02802/9464076

(Fraktionsvorsitzender Peter Nienhaus, Rheinberger Str. 32, Alpen)

Geschäftsstelle von Bündnis 90/ Die Grünen: Rheinberger Straße 32, Alpen, Tel. 02802 / 9464076

D A S R A T H A U S

Ö f f n u n g s z e i t e n:

montags bis freitags: 8.00 bis 12.00 Uhr

dienstags: 14.00 bis 18.00 Uhr

donnerstags: 14.00 bis 17.00 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung

Telefon:

02802 / 912-0

Internetanschrift:

www.alpen.de

Email

info@alpen.de

Gleichstellungsbeauftragte

Kirsten Kloas

Tel.: 02802 - 912-515

Erreichbarkeit des Jobcenter Kreis Wesel im Rathaus der Gemeinde Alpen

Die bisherigen Räumlichkeiten im Rathaus der Gemeinde Alpen können vom Jobcenter nicht mehr genutzt werden.

Ab sofort stehen den Kunden und Kundinnen aus Alpen in den offenen Sprechzeiten (Montag bis Freitag von 8:00 - 12:00 Uhr) die Sachbearbeiter/innen in der Liegenschaft Rheinberg (Rheinstr. 65 a, 47495 Rheinberg) zur Verfügung.

Hier werden zukünftig auch terminierte Vorsprachen wahrgenommen werden können.

In dringenden Fällen nach Dienstschluss:

Rufbereitschaft der Ordnungsbehörde über die Leitstelle der Feuerwehr

Tel: 0281/30025-0 oder

über die Polizei

Tel.: 02801/7142-0

Bürgermeister Thomas Ahls

Tel.: 02802/6629

Allgemeiner Vertreter des Bürgermeisters, Thomas Janßen

Tel.: 02802/8091190

Büro des Bürgermeisters, Andre Emmerichs

Tel.: 02802/70163

Fachbereich 2 Ordnung, Soziales, Schulen, Ludger Funke

Tel.: 02802/6606

Fachbereich 3, Bauen, Planen, Umwelt, Andre Enge

Tel. 02802 / 912-650

Stellv. Bauen und Planen, Volker Schlicht

Tel.: 02802/912-630

Kanal-Rufbereitschaft:

Tel.: 0172/9402360

KoKoBe

Die Sprechstunden der KoKoBe in der Gemeinde Alpen können bis auf weiteres aufgrund der aktuellen Lage nicht stattfinden. Ratsuchende können jedoch mit Frau

Lenz unter der Handy-Nummer 0162/ 7823647 Kontakt aufnehmen. Hier erfahren Sie, wie und wo das Anliegen besprochen werden kann.

Hallenbad Alpen

Träger:
 Schwimmverein Alpen e.V.
 Geschäftsstelle:
 Rathausstraße 5
 46519 Alpen
 Vorsitzender:
 Georg Lindbüchl,
 Festnetz: 02802/808 172
 Mobil: 0172 46 53 707
 E-Mail:
 Georg.Lindbuechl@t-online.de
 Info Wassergymnastik:
 schwimmvereinwassergymnastik@gmx.de
 Doris Angenendt, mittwochs 14-18: 02802/6938 (02802/9476060)
 Info Schwimmkurse:
 Marion Heekeren: 02802/80455 (02802/6938)
 Internet: www.schwimmverein-alpen.de
 Mitgliedsbeiträge:
 Einzelpersonen ab 21 Jahre jährl. 65 EUR
 Einzelpersonen von 16-20 Jahre,

Benutzungsplan Hallenbad Alpen		
Montag	06:00 – 09:00 Uhr / SCHWIMMVEREIN 09:00 – 13:15 Uhr / Sekundarschule	15:30 – 22:00 Uhr / DLRG Alpen
Dienstag	05:30 – 09:45 Uhr / SCHWIMMVEREIN 09:45 – 10:30 Uhr / Wassergymnastik 10:40 – 13:15 Uhr / Sekundarschule Alpen	13:15 – 14:00 Uhr / Bönninghardtschule 14:00 – 15:30 Uhr / VHS 15:30 – 17:00 Uhr / BSG 17:00 – 21:30 Uhr / SCHWIMMVEREIN
Mittwoch	08:00 – 09:30 Uhr / Grundschule Alpen 09:50 – 11:25 Uhr / Grundschule Veen 11:45 – 13:15 Uhr / Grundschule Alpen	13:15 – 14:00 Uhr / Wassergymnastik 14:00 – 20:00 Uhr / SCHWIMMVEREIN 20:00 – 21:00 Uhr / Rheumaliga 21:00 – 22:00 Uhr / DLRG Alpen
Donnerstag	05:30 – 10:00 Uhr / SCHWIMMVEREIN 10:00 – 11:30 Uhr / Grundschule Menzelen 11:40 – 13:12 Uhr / Grundschule Alpen	14:00 – 15:45 Uhr / SCHWIMMVEREIN 15:45 – 17:45 Uhr / Schwimmkurs Kinder 18:00 – 20:15 Uhr / Wassergymnastik
Freitag	08.15 – 11:00 Uhr / Grundschule Issum 11.00 – 13:15 Uhr / Sekundarschule	13:45– 16:00 Uhr / Wassergymnastik 16:00 – 20:00 Uhr / SCHWIMMVEREIN 20:00 – 22:00 Uhr / DLRG Alpen
Samstag	07:00 – 09:30 Uhr / SCHWIMMVEREIN 09:30 - 10:15 Uhr Wassergymnastik	14:00 – 15:00 Uhr / DLRG Alpen 15:00 – 18:00 Uhr / DLRG Issum 18:00 – 20:00 Uhr DLRG Alpen (reserviert)
Sonntag	07:00 – 12:00 Uhr / SCHWIMMVEREIN	17:00 – 19:00 Uhr TCA Mobula

sowie Schüler, Studenten und Auszubildende (ab 21 Jahre ist der Nachweis jähr-lich zu erbringen) jährl. 35 EUR
 Kinder und Jugendliche von 3-15 Jahre jährl. 20 EUR
 Bei verheirateten Personen ist der Beitrag für Ehegatten jährl. 50 EUR

Seniorenberatung in Alpen

Unter Beachtung der Hygiene Vorschriften der Corona Pandemie findet eine Seniorenberatung am **04.08.2022** im Rathaus statt. Für das Beratungsangebot ist vorab eine telefonische Terminvereinbarung erforderlich. Herr Loth ist unter der Telefonnummer 6625 zu erreichen. Bitte besprechen Sie ggfs. den Anrufbeantworter, Herr Loth meldet sich dann zurück. Die Beratung erstreckt sich auf verschiedene Bereiche der Senioren/innen: Anregungen zur Wohnumfeldverbesserung, mögliche Hilfsmittel zur Verbesserung der Lebensqua-

lität im Alter, Notrufeinrichtung, Notfallausweis, Hilfestellung bei der Errichtung einer Patientenverfügung/Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, sowie weitere Themen der Gesundheitsvorsorge. Die Beratung umfasst **nicht** eine Kostenklärung/Antragstellung zu Leistungen der Krankenkasse/Pflegekasse oder des Sozialamtes. Herr Loth steht den Bürgerinnen und Bürgern nach vorheriger Absprache im Rathaus, in **Raum Nr. 221**, (1. Obergeschoss) zur Verfügung. Ein Personen-Aufzug ist vorhanden.

Hilfe und Beratung in Rentenangelegenheiten

Der Versichertenälteste der Deutschen Rentenversicherung, Norbert Henn, hilft Ihnen ehrenamtlich in allen Fragen rund um die Rente, holt Auskünfte für Sie ein und nimmt Ihre Anträge für die Deutsche Rentenversicherung auf. Bis auf weiteres findet eine **offene Sprechstunde** jeweils am **dritten Dienstag im Monat zwischen 18:30 Uhr und 20:00 Uhr nur noch telefonisch (0151 - 65 18 11 99) statt.**

Die Aufnahme von Anträgen erfolgt zur Zeit ebenfalls noch telefonisch. Hierzu wird um eine vorherige Terminvereinbarung gebeten. Unabhängig von der offenen Sprechstunde ist der Versichertenälteste telefonisch Dienstag, Mittwoch, Freitag zwischen 19:00 und 21:00 Uhr unter 0151 - 65 18 11 99, *per Email unter rente@henn-alpen.de zu erreichen.*

Bürger*innensprechstunde des 2. stellv. Bürgermeisters

Herr Nienhaus bietet im Rathaus für alle Bürgerinnen und Bürger eine freie Sprechstunde an, in der mit ihm über alle Themen der Gemeinde Alpen gesprochen werden kann. Jeweils am 2. und 4. Donnerstag im Monat zwischen 16.00 Uhr und 17.00 Uhr findet diese Sprechstund im Raum 221 des Rathauses in Alpen statt. Um eine vorherige Anmeldung zur Sprechstunde unter

0157/50295090 oder per Mail unter PeterNienhaus@t-online.de wird gebeten. Außerdem sollten kurz die Themen genannt werden, damit sich Herr Nienhaus auf das Gespräch vorbereiten kann. Der vorläufige Terminplan lautet: 28.07.2022
 11.08.2022
 08.09.2022
 22.09.2022

Bücherei Alpen

vom 11.07.2022 bis 22.07.2022 geschlossen!

Die öffentliche Bücherei in der Gemeinde Alpen ist während der Sommerferien in der Zeit vom **11.07.2022 bis 22.07.2022** geschlossen. Leserinnen und Leser werden gebeten, dies bei Ihrer Planung für die Ausleihe und Rückgabe zu berücksichtigen. Das Büchereiteam wünscht allen Leserinnen und Lesern schöne Ferien.



Deutscher Kinderschutzbund

Ortsverband Alpen e.V.

Kontaktadresse:

Frau Karin van Bonn
- 1. Vorsitzende -
Weststraße 10, 46519 Alpen
Tel.: 02802/6783
Frau Wina Ridder
- 2. Vorsitzende -
An den Teichen 15
Tel.: 02802/9488741
www.dksb-alpen.de

E-Mail: info@dksb-alpen.de
Spendenkonto:
Sparkasse am Niederrhein
BLZ 35450000
IBAN:
DE49 3545 0000 1102 0003 77
Volksbank Niederrhein e.G.
BLZ 35461106
IBAN:
DE47 3546 1106 0103 7630 10

Beratungstermine der Behindertenbeauftragten

Die Beratungstermine der ehrenamtlichen Behindertenbeauftragten sind regelmäßig jeden 3. Donnerstag im Monat in der Zeit von 14:00 Uhr bis 16:30 Uhr. Aufgrund der aktuellen Situation bzgl. der Pandemie kann eine Beratung ausschließlich telefonisch

erfolgen. Gerne berät Frau Holtermann Sie auch außerhalb der Sprechzeiten unter der Telefonnummer 94 63 681. Hinterlassen Sie bitte eine kurze Nachricht auf den Anrufbeantworter, ein Rückruf wird kurzfristig erfolgen.

LOKALES

Fragen zur Verteilung?

HERR FALK
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de **REGIO** PRESSE VERTRIEB GmbH
Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG



Liebe Vereine,

ihr wollt über eure Aktivitäten, Ankündigungen, Nachrichten oder Ausblicke auf die nächsten Monate berichten?!

Wir sind für euch da!

Ob Sportberichte, Veranstaltungshinweise oder Termine. In unseren lokalen Zeitungen könnt ihr eure Vereinsmitteilungen allen Leserinnen und Lesern kundtun.

Das geht ganz einfach per E-Mail an redaktion@rautenberg.media oder registriert euch gleich für unser Redaktionssystem: <https://redaktion.rautenberg.media>

Euer Team von RAUTENBERG MEDIA



Akkreditieren Sie sich auch auf www.unserort.de – denn dort ist Ihr Artikel nach der Erscheinung „schon drin“. Dort können Sie dann ihre Artikel mit Fotos (bis zu 25 Stück pro Artikel) erweitern.



unserort.de

Gleichzeitig können dann alle Mitglieder und Interessierten IHREN VEREIN ABONNIEREN und bleiben so up-to-date über alle Neuigkeiten, die Sie in der Zeitung, auf **e-paper** und auf www.unserort.de veröffentlichen.

HOME.Alpenfestival am 13. und 14. August

Ein Fest für Frieden, Heimat & Herz

Zwei Tage im August wird das Dorf zur Welt.

Über 250 Musizierende stecken mit ihrer Begeisterung an und singen eigens für das Projekt komponierte Stücke über Frieden, Heimat und Hoffnung.

Stimmen von 6-88 Jahren. Dazu ein Orchester und Akkordeons, Rap und Rhythmus, Stimmen und Stimmung.

Das mit einem NRW-Heimatreis ausgezeichnete Projekt verbindet Alpener und Niederrheiner mit Wurzeln von nah und fern.

Tickets ab sofort im Rathaus Al-

pen, bei Edeka Luft oder Anne's Haarstübchen und unter www.home-alpenmusik.de erhältlich.

Jedes Ticket nimmt automatisch an einer Verlosung teil:

Zu gewinnen gibt es u.a. eine Kutsch-, Trecker- oder Heißluftballonfahrt!

Für alle Beteiligten wäre es eine große Freude, eine Rückenstärkung, ein Fest, ein Glück, ein Unvergessliches, diesen einmaligen Tag auf den sie seit Monaten hinarbeiten, mit vielen Menschen aus dem Dorf und darüber hinaus zu erleben!



Aktiv- & Gesundheitssport e.V. informiert

Neue Aquakurse ab 13. August

Wassergymnastik 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 Wassergymnastik. 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 Vitalfunktionen wie Herzschlag, Atmung, Blutdruck, Verdauung und Stoffwechsel. Außerdem fördern Wasserwiderstand und Wasserdruk 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. Reha-Maßnahmen Unterwasser-Gymnastik gilt auch in der medizi-

nischen Rehabilitation als ideale Trainingsform. Es unterstützt vor allem die Heilung bei Patienten mit Haltungs-, Muskel- und Bindegewebschwäche sowie Durchblutungsstörungen, Rheuma oder Übergewicht. Bei Vorlage einer Reha-Verordnung ist die Teilnahme kostenlos. Sie möchten mehr über uns erfahren? Für weitere Informationen melden Sie sich bitte bei Reina Köhler 0176 21708087 oder per E-Mail: reinachristina.koehler@gmail.com Termine sind Samstag um 9, 9.50 und 10.40 Uhr

Anzeige

Gibt es Alternativen zur Entfernung von Zähnen?



Dr. Martin Baxmann. Foto: privat

Kontakt:
Dr. Martin Baxmann
Orthodentix -
Fachpraxis für Kieferorthopädie
Moerser Straße 242,
47475 Kamp-Lintfort
Fon 0 28 42 / 9 27 94 99

Dies ist eine der häufigsten Fragen, die wir gestellt bekommen. Das ist auch verständlich, ist doch das Entfernen von Zähnen nie angenehm. Wie sieht es denn nun aus mit dem Zähne ziehen? Im Wesentlichen gibt es drei Gründe, die deinen Kieferorthopäden dazu veranlassen könnten Zähne zu ziehen.
Die Zähne sind angegriffen oder kaputt
Hier kann es Sinn ergeben, diese vorzeitig zu entfernen. So können die gesunden Zähne im Kiefer optimal verteilt werden und ihr spart euch einen späteren Zahnersatz, der häufig kostenintensiv ist.

Die Kiefer sind zu klein für alle Zähne
Wenn die Kiefer zu klein für alle Zähne sind, ist es nicht möglich ein gerades Gebiss zu erzeugen, da nie alle Zähne in eine gerade Reihe passen werden. Auch hier macht das Ziehen eines Zahnes Sinn, damit für die anderen genug Platz ist. Hier erhöht sich außerdem die Wahrscheinlichkeit, dass die Zähne gesund bleiben.
Wenn die Kiefer nicht zueinander passen, kann es ebenfalls notwendig sein einen Zahn zu entfernen

Bei Kindern und Jugendlichen kann der durch das Wachstum entstehende Platz für Korrekturen genutzt werden. Bei Erwachsenen geht dies leider häufig nicht. Zuerst ist es wichtig, sich in Erinnerung zu rufen, dass Zähne immer aus medizinischen Gründen und nie einfach so entfernt werden. Natürlich wissen auch die Kieferorthopäden, dass eine Entfernung eines Zahns keinen Spaß macht. Sie kann aber notwendig sein, um größere Kieferoperationen abzuwenden.

Manchmal gibt es eine Option
Eine andere denkbare Lösung ist das Verkleinern von Zähnen. Hierbei können bis zu 5 mm Platz gewonnen werden, wenn dieser Platz für die Behandlung ausreicht, ist es eine gute Alternative zum Ziehen von Zähnen.
Das Ziehen kann die beste Option sein
Manchmal hilft alles nichts und das Ziehen ist notwendig. Aber keine Sorge: sehen wird man das im Normalfall nachher nicht.

Und alle lieben Dein Lächeln

Kempen Geldern Kamp-Lintfort Willich Nettetal

Jetzt Termin buchen: www.orthodentix.de

Europameisterschaft im Tang Soo Do

Bönninghardter Kampfkunstabteilung ganz vorne mit dabei



Nach erfolgreichem Turnier. V.l.: Dominique Schulte (2. DAN), Klaus Trieglaff (3.DAN), Viviane Roelofs (4. DAN/Master), Stefan Walter (2. DAN) und Daniel Schulz (2. DAN)



Am 18. Juni fand, in Neufahrn bei München, die erste Tang Soo Do - Europameisterschaft des Verbandes „Traditional Global Tang Soo Do Association“ (TGTSDA), nach den Ausfällen in den Corona-Jahren, statt.

Dazu waren Sportler aus Deutschland, der Schweiz, Griechenland, Schweden, Frank-

reich, Großbritannien, den Niederlanden, Indonesien und den USA, ins bayerischen Neufahrn, angereist.

Es wurden Plätze in vier Disziplinen ausgefochten.

In den Einzelwettbewerben Hyung (Formen), Waffen-Hyung (Formen mit Langstock, Schwert oder Messer), Sparring (Semikontakt-Freikampf) sowie Bruchtest (Durchschlagen von Holzbrettern mit Hand- und/oder Fußtechniken), konnte die Delegation aus Alpen/Bönning-

hardt mit vier Teilnehmern, insgesamt 11 x auf dem Siegerpodest stehen.

So wurde die Meisterschaft für die Abordnung aus Bönninghardt zu einer großartigen Bestätigung ihres hohen Leistungsniveaus.

Das traditionelle Tang Soo Do fußt auf einer nahezu zweitausendjährigen Entwicklung der asiatischen Kampfkünste die am Ende in Korea, und hier speziell im koreanischen Moo duk Kwan, ihren Ursprung findet.

Tang Soo Do ist zwar durchaus sportlich, versteht sich aber nicht als Kampfsport sondern als Kampfkunst.

Die individuelle Entwicklung technischer Fähigkeiten und Partnerübungen zur Selbstverteidigung werden im Semikontakt und stets mit großer Rücksicht durchgeführt.

Es besteht keinerlei Erfolgsdruck. Deshalb kann Tang Soo Do auch in jedem Alter (ab sieben Jahren) begonnen und trainiert werden.

Wer mehr über die Kampfkunst Tang-Soo-Do erfahren möchte kann sich unter:

www.tangsoodo-menzelen.de informieren, oder gerne mittwochs (19 bis 20.30 Uhr, außer in Ferienzeiten) und freitags (18.30 bis 21.30 Uhr), während der Trainingszeiten, in der Turnhalle der Bönninghardtschule in Alpen, vorbeischaun und auch gerne bei einem unverbindlichen Probetraining, sich selbst ein Bild davon machen.



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



Gottesdienste der Ev. Kirchengemeinde Bönninghardt

Sonntag, 24. Juli

9.30 Uhr Gottesdienst in der Ev. Kirche Bönninghardt, Pfr.'in Becks
Das Presbyterium lädt recht herzlich zur Teilnahme an den Gottes-

diensten in der Ev. Kirche Alpen ein, Beginn 10 Uhr. Falls dazu Fahrgelegenheiten benötigt werden, wenden Sie sich bitte an Frau Malkus.



Bestattungen *Hackstein* GmbH

Heidestraße 24 • 46519 Alpen

Tel. 0 28 02-69 86

Mobil 0172 24 98 277

E-Mail doris.hackstein@gmx.de



*Dienst den Lebenden –
Ehre den Toten*

VAN HUET & WEBER GMBH

GRABMALE • RESTAURIERUNGEN • NATURSTEINE
STEINMETZ - UND STEINBILDHAUERWERKSTATT



Stein in Form

Hochstr. 137
47665 Sonsbeck

Tel.: 02838-2065

www.vanhuet-weber.de

Gottesdienste der Evangelischen Kirchengemeinde

Alpen

Sonntag, 17. Juli

10 Uhr - Gottesdienst, Pfr. in Ruhe
Fritzsche

Sonntag, 24. Juli

10 Uhr - Gottesdienst, Pfr. Dr.
Becks

11.30 Uhr - Gottesdienst im Ge-
meindehaus Menzelen-Ost, Pfr. Dr.
Becks

Sonntag, 31. Juli

10 Uhr - Gottesdienst, Pfr. Dr.
Becks

Herzliche Einladung zum Sonntagscafé im Anschluss an den Gottesdienst!

In den Ferien findet kein Kindergottesdienst statt!

Wir wünschen allen Gemeindegliedern eine erholsame Ferienszeit unter Gottes Segen!

Gottesdienste in St. Ulrich

Gottesdienstordnungen

St. Ulrich Alpen

Sonntag, 17. Juli

8 Uhr - Eucharistiefeier

11 Uhr - Wort-Gottes-Feier

Montag, 18. Juli

19 Uhr - Eucharistiefeier

Sonntag, 24. Juli

8 Uhr - Eucharistiefeier

11 Uhr - Eucharistiefeier

Montag, 25. Juli

19 Uhr - Eucharistiefeier

Sonntag, 31. Juli

8 Uhr - Eucharistiefeier

11 Uhr - Wort-Gottes-Feier

St. Vinzenz Bönninghardt

Samstag, 16. Juli

17 Uhr - Eucharistiefeier

Sonntag, 24. Juli

9.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier

Samstag, 30. Juli

17 Uhr - Eucharistiefeier

St. Nikolaus Veen

Sonntag, 17. Juli

9.30 Uhr - Eucharistiefeier

Dienstag, 19. Juli

8.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier mit der kfd

Donnerstag, 21. Juli

19 Uhr - Eucharistiefeier

Samstag, 23.07.

17 Uhr - Wort-Gottes-Feier

Donnerstag, 28. Juli

19 Uhr - Eucharistiefeier

Sonntag, 31. Juli

9.30 Uhr - Eucharistiefeier

St. Walburgis

Freitag, 15. Juli

8.30 Uhr - Eucharistiefeier

Sonntag, 17. Juli

9.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier

Freitag, 22. Juli

8.30 Uhr - Eucharistiefeier

Samstag, 23. Juli

17 Uhr - Eucharistiefeier

Freitag, 29. Juli

8.30 Uhr - Eucharistiefeier

Sonntag, 31. Juli

9.30 Uhr - Wort-Gottes-Feier



Treffen für pflegende Angehörige

Sie haben einen kranken oder älteren Menschen, den Sie unterstützen und pflegen oder ei-



nen Angehörigen im Pflegeheim? Sie wollen sich mit Personen in der gleichen Situation

austauschen? Sie sind auf der Suche nach fachlicher Information?

Wir sind eine Gruppe pflegender Angehöriger, die sich einmal im Monat in der Dorfschule Ginderich trifft.

Wir tauschen uns untereinander aus, geben uns Tipps zur Erleichterung des Pflegealltags, zum Umgang mit Pflegekassen oder auch zu Fragen, wie Pflege trotz Berufstätigkeit gelingen kann. Gemeinsame Unternehmungen, wie zum Beispiel Ausflüge oder ein Restaurantbesuch helfen uns dabei, uns

selbst etwas Gutes zu tun und Abstand vom Pflegealltag zu gewinnen.

Wann? Jeden dritten Dienstag im Monat von 18 bis 19.30 Uhr
Wo? Dorfschule Ginderich, Schulplatz 1, 46487 Wesel-Ginderich

Wenn Sie interessiert sind, sich dieser Gruppe anzuschließen, melden Sie sich bitte in der Dorfschule Ginderich bei Irene von Mulert an unter 02803 / 585 (Sprechzeiten: mittwochs von 9 bis 12 Uhr) oder schreiben Sie eine E-Mail an ivonmulert@dorfschule-ginderich.de

SONSTIGES

Betrüger drohen mit Sperre von Vermögen und Leistungen

Aktuelle Betrugsmasche mit Fake-Anrufen auf dem Handy

„Ihre Sozialversicherungsnummer wurde sofort gesperrt. Ihre Vermögenwerte und Leistungen werden dauerhaft eingefroren“, mit dieser Hiobsbotschaft versuchen Kriminelle aktuell an das Geld zahlreicher Handybesitzer zu kommen. Dies ist die neuste Betrugsmasche mit „Fake“-Anrufen, die die Deutsche Rentenversicherung (DRV) Westfalen registriert. Etliche Versicherte berichten darüber, dass sie auf ihren privaten Mobilfunkgeräten von einer angeblichen Strafverfolgungsbehörde angerufen wurden. Mit einer Bandansage wird den Ange-

rufenen suggeriert, dass die Sperrung ihrer Sozialversicherungsnummer und all ihrer Vermögenswerte und Leistungen drohe. Um dies zu verhindern, könne man sich per Menüwahl zu einem persönlichen Ansprechpartner bei der Sozialversicherung weiterverbinden lassen.

Die DRV Westfalen warnt eindringlich vor derartigen Anrufen und weist darauf hin, dass die gesetzliche Rentenversicherung ihre Versicherten nicht in dieser Form kontaktiert. Eine Sperrung von Sozialversicherungsnummern oder Leistungen aufgrund einer

telefonischen Anfrage ist ausgeschlossen.

Besondere Vorsicht ist vor allem dann geboten, wenn am Telefon die sofortige Überweisung von Geldbeträgen gefordert wird. In solchen Fällen sollten Betroffene direkt die Polizei informieren.

Bei Unsicherheiten steht die DRV Westfalen unter ihrer kostenlosen Servicenummer 0800 1000 480 11 zur Verfügung.

Um ihre Kundinnen und Kunden zu unterstützen, stellt die Deutsche Rentenversicherung die gängigsten Tricks in ihrer Broschüre „Vorsicht Trickbetrüger“ vor und

erklärt, wie man sich am besten schützen kann. Weitere Infos dazu gibt es auf der Internetseite www.driv-westfalen.de.



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.



MEDIENBERATER

Rainer Beckmann

MOBIL

0178 7298894

E-MAIL

r.beckmann@rautenberg.media



MITTEILUNGSBLATT

Alpen

Online lesen: mitteilungsblatt-alpen.de/e-paper | Social Media: [unsere.alpen](https://www.facebook.com/unsere.alpen)

Alpen begeistert

Zugleich

AMTSBLATT

für die Gemeinde

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten.

Anfängerschwimmen für alle

Behinderten- und Rehabilitationssportverband
Nordrhein-Westfalen e.V. gemeinsam mit dem Schwimmverband NRW (SV NRW)

Immer weniger Menschen können schwimmen. Diese Entwicklung kann lebensgefährlich sein. Um dem entgegenzuwirken, wollen der Schwimmverband NRW (SV NRW) und der Behinderten- und Rehabilitationssportverband NRW (BRSNW) mit dem Projekt „Auf einer Wellenlänge – inklusiv aktiv“ Menschen mit und ohne Behinderung zum Schwimmen bringen. Gefördert wird das auf drei Jahre angelegte Projekt von der Aktion Mensch.

Drei von fünf Zehnjährigen sind keine sicheren Schwimmer – das hatte die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) im Juni 2017 nach einer repräsentativen Umfrage bekanntgegeben. Dass sich dies in der Pandemie drastisch verschlechtert hat, konnte zur Genüge in den Medien verfolgt werden. Die Gründe: Durch Bäderschließungen und dem Ausfall von Schulschwimmunterricht konnten Tausende Kinder nicht schwimmen lernen. Zudem gibt es zu wenige Möglichkeiten für Schwimmkurse und für die vorhandenen zu lange Wartelisten. Für Kinder mit einer Behinderung kommt dann zu diesen Faktoren oft noch dazu, dass nur wenige Schwimmbäder einen barrierefreien Zugang ermöglichen oder sie aufgrund eines erhöhten Betreuungsschlüssels gar nicht teilnehmen können. Hier setzt das gemeinsame Projekt der beiden kooperierenden Sportfachverbände im Verbundsystem des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen an, für das aktuell zum 1. September noch eine Projektleitung gesucht wird.

In Nordrhein-Westfalen leben 1,9 Millionen Menschen mit einer Behinderung. Das Ziel von „Auf einer Wellenlänge – inklusiv aktiv“ ist es, unter Einbeziehung von rund 2000 Mitgliedsvereinen die Teilhabe an Angeboten im Bewegungsraum Wasser zu ermöglichen. Dafür werden auch Vereine Übungsleitungen und Schwimm-Trainer*innen angesprochen, die bislang keine oder nur wenige inklusive Bewegungs-, Spiel- oder Sport-Angebote angeboten

haben. Gerade für Menschen mit Behinderung bietet Wasser häufig ein Bewegungserlebnis, weil sie sich ohne Hilfsmittel fortbewegen können, die sie an Land möglicherweise brauchen – gesundheitsfördernde Aspekte inklusive.

Der Schwerpunkt des Projekts liegt klar auf der Anfängerschwimmbildung mit dem Ziel, sicher schwimmen zu lernen. Neben Qualifizierungs- und Beratungsangeboten für Übungsleitungen, Trainer*innen und Vereine – auch eine Zertifikatsausbildung zum „Inklusions-Coach“ ist angedacht – sollen vielfältige inklusive Angebote und ein eigenes, inklusives Schwimmbzeichen entwickelt werden, um individuelle Möglichkeiten besser zu berücksichtigen und Spielräume bei der Abnahme zu schaffen, die die bekannten Schwimmbzeichen derzeit nicht haben. Dieses inklusive Schwimmbzeichen soll im Projektzeitraum von September 2022 bis August 2025 in zertifizierten inklusiven Schwimmvereinen und -schulen bereits abgelegt werden können.

Ein weiterer Fokus des einzigartigen Projektes wird auf den Präventionsbereich gelegt, indem inklusive Aqua-Fitnessangebote für Menschen mit und ohne Behinderung entwickelt werden, um eine gemeinsame Teilhabe an gesundheitsfördernden und präventiven Angeboten herbeizuführen. Außerdem erhalten Vereine und Schwimmschulen Hilfestellung bei der Schaffung barrierearmer Voraussetzungen. Diese werden in der Folge für eine bessere öffentliche Wahrnehmung als Inklusionsstandorte zertifiziert und ausgezeichnet.

Am Ende soll das Projekt nicht nur als Leuchtturm wirken, sondern durch die Schaffung insbesondere von nachhaltigen Strukturen im organisierten Sport auch über Nordrhein-Westfalen hinweg ein Katalysator für inklusive Schwimmangebote sein, damit diese dauerhaft in den Vereinen und Schwimmschulen stattfinden können und so allen Menschen den Zugang

zum Schwimmen vereinfachen. Wenn Kinder mit einer Behinderung Schwimmen lernen, eröffnen sich ihnen auch mit Blick auf den Schwimmunterricht in

Schulen oder Familienaktivitäten wie dem Freibadbesuch im Sommer oder im See baden ganz neue Perspektiven, an denen sie wachsen können. Nico Feißt



Kaufen Sie weiter im Ort

Viele Unternehmer und Freiberufler im Ort standen, aufgrund der wichtigen und richtigen Maßnahmen der Landesregierung, vor großen finanziellen Herausforderungen. Bitte zeigen Sie sich auch weiterhin in dieser Zeit solidarisch. Es ist sicherlich sehr verlockend, bei den großen Onlineanbietern einzukaufen.

EINZELHANDEL

Aber der lokale Einzelhandel wird darunter weiter sehr zu leiden haben. Schön wäre es, wenn Sie verstärkt vor Ort einkaufen und unseren örtlichen Einzelhandel aktiv unterstützen.

Also, kaufen Sie weiter lokal!

**Ihr TEAM vom
Mitteilungsblatt Alpen**



Niederrhein Kälte

Niederrhein Wärme

Wir sorgen für angenehmes Raumklima !!!!

Klimaanlagen

Förderung von energieeffizienten Klimaanlagen und Wärmepumpen durch BAFA oder KfW.

Wärmepumpen

Wir beraten Sie gerne, über

- zugluftfreie Raumkühlung • viren-, bakterien- und pollenfreie Luft
- App- und Sprachsteuerung • Förderung von Klimaanlagen und Wärmepumpen

Niederrhein Kälte / Niederrhein Wärme

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

Rezept

Rotbarsch-Filet mit Möhren und Senfcreme

Zutaten:

- 500g Möhren
- 20g Butter
- Salz und Pfeffer (aus der Mühle)
- 100ml Gemüsebrühe
- ½ Bund Petersilie
- 125g Crème fraîche
- 1EL Senf
- 350g Rotbarschfilets

Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und eine flache Auflaufform ausbuttern. Die Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Ca. 4 bis 5 Minuten in Butter andünsten und nach belieben mit Salz und Pfeffer würzen. Die Gemüsebrühe angießen und für ca. 5 Minuten zugedeckt fertig garen. Die Petersilie, bis auf etwas zum garnieren, fein schneiden und mit Crème fraîche und Senf vermischen. Den Fisch salzen und pfeffern. Die Hälfte der Möhren in die Auflaufform geben und die Hälfte der Senfsoße darauf verteilen. Die Fischfilets darauf legen und übrige Möhren und restliche Soße darauf verteilen. Im Ofen auf der zweiten Schiene von unten ca. 15 Minuten backen. Mit Petersilie garniert servieren.

Bild der Woche

Ein Kaffee mit einem **Herzen** drauf gemalt.

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.

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

Haushaltstipp

Reinigung der technischen Geräte nicht vergessen

So selbstverständlich man die technischen Geräte benutzt, so einfach vergisst man auch diese ab und an zu reinigen. Beim Kühlschrank, der Waschmaschine, der Kaffeemaschine oder dem Toaster denken viele gelegentlich mal dran. Aber was ist mit dem Fernseher, dem Tablet oder dem Handy? Auch diese Geräte benötigen zwischendurch eine Reinigung. Wichtig ist, dass die Geräte nicht mit einer Steckdose verbunden sind und niemals nass abgewischt werden dürfen! Den Fernseher kann man mit einem Staubtuch abstauben, für Handy und Tablet gibt es spezielle Reinigungsmittel im Handel. Einfach das Gerät zum Reinigen aus der Hülle nehmen und säubern. Hier sammeln sich im Laufe der Zeit viele Krümel, Staubkörnchen etc. an.

Witz

Zwei Hunde

Zwei Hunde gehen miteinander spazieren. Plötzlich beginnt der eine zu miauen. Verwirrt fragt ihn der andere: „Was soll das? Verlierst du den Verstand? Hunde miauen nicht, sie bellen!“ Da entgegnet der miauende Hund: „Was spricht denn dagegen, wenn man eine Fremdsprache lernt?“

Mitmachen

Teilen Sie Ihre Tipps für den **Haushalt, Ideen für Rezepte, Anleitungen zum Selbermachen!**

Für die bunten Informations- und Unterhaltungsfelder suchen wir die altbewährten und die neuen Tipps für Küche, Haushalt, Wohnen, Garten, Gesundheit und Basteln. So geben Sie Ihr praktisches Wissen weiter: senden Sie Ihre Texte in der Länge von 540 bis 740 Zeichen per E-Mail mit Betreff „Unterhaltungsseite“ an redaktion@rautenberg.media Geben Sie Ihren Namen und Wohnort an, dann wird Ihr Tipp mit Quellenangabe veröffentlicht. Wir freuen uns auf Ihre Einsendungen.

Vielen Dank

Pflanzen gegen Hitze

So verbessert Begrünung das Mikroklima

Grüne Dächer und Fassaden sowie bepflanzte Flächen rund ums Haus wirken wie natürliche Klimaanlage.

Die erste Hitzewelle des Jahres trifft Deutschland. Insbesondere in den Innenstädten heizen sich seit Tagen Gebäude und versiegelte Außenflächen auf. Auch in den Innenräumen wird es vielen Menschen zu warm. Einen effektiven und gleichzeitig attraktiven und nachhaltigen Schutz vor den hohen Temperaturen bietet die Begrünung von Häusern und Grundstücken. Wie das funktioniert und welche Möglichkeiten Verbraucher:innen am Eigenheim oder in Mietwohnungen haben, erklärt die Verbraucherzentrale NRW in Bergisch Gladbach.

Pflanzen spenden Schatten:

Bewachsene Fassaden können auf natürliche Art zur Kühlung von Häusern und Grundstücken beitragen. Durch die Beschattung der Fassade mit Blättern von Wildem Wein oder anderen Fassadenkletterern kühlt die Luft am Haus ab. Die positive Folge: Außenwände heizen sich im Schatten des Blattwerks nicht so stark auf, die Temperaturen sowohl davor als auch im Inneren des Hauses bleiben angenehm. Wie stark der Kühleffekt ist, hängt vor allem von der Dichte des Laubs ab. Bei Pflanzen, die an Rankgerüsten an der Wand hochwachsen, ist ein ausreichender Abstand zwischen Kletterhilfe und Wand sinnvoll, denn hier kann zwischen Pflanzen und Fassade ausreichend Luft zirkulieren und zur Kühlung beitragen. Auch Bäume und Sträucher beschatten das Haus und verringern gleichzeitig die Aufheizung und Austrocknung des Bodens.

Kühlung durch Verdunstung:

Pflanzen sorgen aber nicht nur durch Schatten für angenehmere Temperaturen, sondern auch, indem sie Wasser verdunsten. Bei diesem Prozess wird der unmittelbaren Umgebungsluft Energie in Form von Wärme entzogen, wodurch sie abkühlt. Vom Vorgarten bis zum Gründach ist dieser Effekt an allen begrünten Flächen spürbar. Besonders positiv wirken sich Fassadenbegrünungen aus, da sie sich über alle Etagen des Hau-

ses erstrecken.

Temperierte Garage dank Dachbegrünung

Einen deutlichen Kühleffekt erzielen auch Dachbegrünungen, die man auf den meisten Garagen, Gartenhäuschen oder Carports anbringen kann. Der Gründachaufbau sorgt für angenehm frische Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e.V.

Temperaturen unter dem Dach und kühlt das darunter parkende Auto.

Grün vor dem Haus fürs Mikroklima:

Das Mikroklima am Haus wird maßgeblich durch die Gestaltung der Flächen darum herum beeinflusst. Verfugte Pflaster und Schotteranlagen heizen sich in der Sonne extrem auf und kühlen nachts kaum ab. Anders mit bepflanzten Vorgärten: Pflegeleichte Stauden etwa sorgen mit einem dichten Bewuchs dafür, dass der Boden nicht so stark austrocknet und schaffen gleichzeitig durch Verdunstung angenehmere Temperaturen. Wo befestigte Flächen zum Gehen oder Befahren erforderlich sind, bieten sich versickerungsfähige Pflasterungen an. Auch wer keinen privaten Vorgarten hat, kann aktiv werden: Vor Mehrfamilienhäusern gibt es oft Baumscheiben, die bepflanzt werden dürfen. Viele Kommunen in NRW bieten dafür sogar eine Förderung an. Neben dem kühlenden Effekt schaffen solche Flächen außerdem Nahrung und Lebensraum für Insekten und andere Tiere undwerten das Straßenbild für die Menschen auf.

Genügend Wasser ist wichtig:

Entscheidend für eine wirksame Kühlung ist, dass die Pflanzen genügend Wasser zur Verfügung haben, besonders in den trockenen Sommermonaten. Für die Bewässerung bietet es sich an, aufgefangenen Regen zu nutzen. Dabei ist es vorteilhaft, größere Mengen Wasser auf einmal zu gießen, damit die Pflanzen kräftige Wurzeln in die Tiefe ausbilden. So können sie in regenarmen Perioden besser Wasser aus tieferen Bodenschichten erschließen und sind besser gegen Trockenheit gewappnet.

Weiterführende Infos und Links:

Die Expertinnen von „Mehr Grün am Haus – Spur das bessere Klima!“ der Verbraucherzentrale NRW bieten jeden ersten Mittwoch im Monat ein kostenloses Online-Seminar rund um Dach- und Fassadenbegrünung und zur Begrünung von Vorgärten an.

Weitere Infos unter

www.mehrgruenamhaus.de

Unter dem Thema „Klima im Wandel – schon vorgesorgt?“ finden Verbraucher:innen auch zu Bereichen wie Gesundheit, Vorsorge oder Starkregen konkrete Hilfestellung, wie sie ihre Lebensweise an das veränderte Klima anpassen können:

www.verbraucherzentrale.nrw/klimaanpassung



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>



unserort.de

ALLE eingestellten Artikel erscheinen auch auf www.unserort.de und sind so direkt online. Ihr Artikel geht damit „lokal“ und kann überall gelesen, „geliked“ werden. Auch können Sie auf www.unserort.de eine „Gruppe“ für Ihren Verein anlegen, so dass z.B. die Mitglieder Ihres Vereins Ihnen „folgen“ können und so immer die aktuellsten Nachrichten direkt auf PC / Tablet oder Handy erhalten.



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM



Digitale Bewerbung: Tipps für die Online-Bewerbung



Vor allem große und international tätige Unternehmen setzen heute fast ausschließlich auf digitale Bewerbungen.

Viele Bewerber sind im Gegensatz dazu aber noch nicht ganz im digitalen Zeitalter angekommen und entsprechend schlecht

auf die neuen Anforderungen vorbereitet.

Bei Unsicherheiten besser nachfragen

Unternehmen, die auf die klassische Bewerbung auf Papier bereits vollständig verzichten und auf eine digitale Bewerbung setzen, verlangen die Unterlagen potenzieller Bewerber heute entweder per E-Mail oder setzen auf ihren Webseiten spezielle Formulare ein, die die Bewerber direkt online ausfüllen müssen. Wer Zweifel am richtigen Weg für seine Bewerbung hat, sollte das jeweilige Unternehmen anrufen und im persönlichen Gespräch klären, wie es die Unterlagen am liebsten erhalten möchte.

Höchste Sorgfalt auch bei Online-Bewerbungen wichtig

Auch wenn sich die Form der Bewerbung mittlerweile verändert hat, ist Sorgfalt auch bei der digitalen Bewerbung das oberste Gebot. Rechtschreib- und Gramma-

tikfehler in der Bewerbung können nämlich immer noch ein sofortiges Aus bedeuten. Sehr wichtig ist es zudem, eine seriöse E-Mail-Adresse als Absender zu benutzen. Wenn der eigene Kosename Bestandteil der Mailadresse ist, sollte man sich eine neutrale neue besorgen. Zudem sollte aus der Betreffzeile der Bewerbungsmail deutlich hervorgehen, auf welche Position man sich bewirbt. Der Anhang der E-Mail sollte darüber hinaus nicht den üblichen Rahmen sprengen. Als optimal gelten Bewerbungsunterlagen im pdf-Format. Dazu sollten alle Bestandteile der digitalen Bewerbung zu einer einzigen Datei zusammengefasst werden. Und auch im Zeitalter der Digicam ist ein professionelles Bewerbungsfoto unverzichtbar.

Den Lebenslauf mit „Schlüsselreizen“ versehen

Da nach wie vor hauptsächlich die Fakten zählen, sehen sich Personalverantwortliche meist zunächst den Lebenslauf eines potenziellen Bewerbers an. Hier erkennt man am ehesten, ob der Bewerber grundsätzlich für die ausgeschriebene Stelle geeignet ist. Als „Kernelement“ der digitalen Bewerbung sollte der Lebenslauf daher übersichtlich und auf einen Blick alle Fragen zu Kenntnissen, Qualifikationen und Erfahrungen beantworten.

Zudem sollte er gewisse „Schlüsselreize“ für den Personaler bieten. Diese sind allerdings bei jeder Bewerbung und bei jedem Bewerber unterschiedlich. Als zweiter, wichtiger Bestandteil auch bei einer digitalen Bewerbung gilt das Anschreiben. Hier bringt man seine Motivation, sich genau bei diesem Unternehmen zu bewerben, auf einer Seite auf den Punkt. (Ratgeberzentrale.de)

TRAUMJOB

UNSERE KARRIERE-SEITE GIBT ES

JETZT AUCH ONLINE
www.rautenberg.media/jobs

Finden Sie aktuelle Stellen in Ihrem Umkreis und bewerben Sie sich bequem auf Ihren **TRAUMJOB!**

SIE HABEN JOBS ZU VERGEBEN?

Nutzen Sie **STARTER-ANGEBOT** für nur...

50,* €

*zzgl. Mwst./Monat

...und finden Sie Ihren **TRAUM-MITARBEITER!**

02241-260-112

service@rautenberg.media



Die wohl farbenfroheste Ausbildung der Welt

Spezialisten in der Lack- und Druckfarbenindustrie haben glänzende Perspektiven

Was kann es Schöneres geben als eine Ausbildung in einem Berufsfeld, das unseren Alltag und unser Umfeld bunt und lebenswert macht? Bei dem man an der Entwicklung und Herstellung von Produkten beteiligt ist, die für die Gestaltung unserer Lebenswelt und den Schutz alltäglicher Gebrauchsgegenstände unentbehrlich sind? Wer daran Spaß und ein Faible für Naturwissenschaften und Technik hat und eine Ausbildung sucht, die Sicherheit und glänzende berufliche Perspektiven bietet, sollte sich das Ausbildungsangebot der Unternehmen der Lack- und Druckfarbenindustrie genauer anschauen. Denn eine Ausbildung als Lacklaborant/in, aber auch als Chemikant/in oder Produktionsfachkraft Chemie in der wohl farbenfrohesten Industriebranche ist abwechslungsreich, modern und zukunftsorientiert. „Zudem sind gut ausgebildete Fachkräfte in den vielseitigen Berufen auf dem Arbeitsmarkt, insbesondere in der Lack- und Druckfarbenindustrie, sehr gefragt“, erklärt Michael Bross, Geschäftsführer des Deutschen Lackinstituts in Frankfurt.

Mehr Farbe im Leben

Die Ausbildung als Lacklaborant/in ist bunt und abwechslungsreich. Denn anders als in vielen anderen Berufen ist man an allen Phasen der Entwicklung und Herstellung eines Produkts beteiligt. Ob bei der Produktion einer Wand- oder Druckfarbe oder der Entwicklung eines neuen Autolacks: Als Lacklaborant/in prüft man unter ande-



Foto: Deutsches Lackinstitut/akz-o

rem Rohstoffe, bringt Ideen in die Entwicklung eines Produkts ein, testet Lackrezepturen und prüft am Ende die Qualität und die Farbtongenauigkeit der produzierten Farben. Deshalb sind in diesem Beruf ein gutes Farbsehvermögen, gute Beobachtungsgabe und die Bereitschaft zur Teamarbeit gefragt. Neben einem guten Hochschulabschluss oder Abitur sind Interesse an Naturwissenschaften und Technik die Grundvoraussetzungen für einen erfolgreichen Berufsweg. Mit der abgeschlossenen Ausbildung als Lacklaborant/in ist das Ende der Karriereleiter noch nicht erreicht. Mit einer Weiterbildung zum Lacktechniker/in oder

einem Studium mit dem Abschluss Lackingenieur/in steht einem beruflichen Aufstieg zum Laborleiter oder Entwicklungschef nichts im Wege. Glänzende berufliche Perspektiven also. Ausführliche Infor-

mationen über die entsprechenden Berufsbilder, freie Ausbildungsplätze sowie Hinweise zum Lackingenieur-Studium finden Interessierte unter www.lacklaborant.de (akz-o)



Foto: Deutsches Lackinstitut/akz-o

LOKALER GEHT'S NICHT.



Zum nächstmöglichen Termin suchen wir für unsere **Mitteilungsblätter Alpen, Issum und Rheurdt** eine/n

REPORTER/IN

als freie/n Mitarbeiter/in auf Honorarbasis

SIE HABEN

- 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

SIE SIND

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

Bitte senden Sie Ihre Kurzbewerbung per E-Mail (ausschließlich .pdf) mit Lebenslauf unter dem Stichwort „Reporter Mitteilungsblätter Alpen, Issum und Rheurdt“ an: redaktion@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA KG · 53840 Troisdorf

ZEITUNG DRUCK WEB FILM

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Freitag, 29. Juli 2022
 Annahmeschluss ist am:
21.07.2022 um 10 Uhr

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@rautenbergberg.media

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:
 Bianca Breuer und Christoph de Vries
 Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
 Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Amtliche Bekanntmachungen
 Gemeindeverwaltung Alpen
 Bürgermeister Thomas Ahls
 Rathausstraße 3-5 · 46519 Alpen
 · Politik
 FDP Thomas Hommen

Kostenlose Haushaltsverteilung in Alpen. Zustellung ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media 2,00 Euro/Stück zzgl. Versand als auch bei der Gemeinde Alpen, sind gesetzlich geschützte Warenzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hinweise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wider.

Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit. Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückgesandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen Forderungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse- oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei irrtümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bildnachweis) verzichtet der Einreicher 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 betriebenen elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATER

Rainer Beckmann
 Fon 0178 7 29 88 94
 r.beckmann@rautenbergberg.media

VERTEILUNG

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

SERVICE Fon 02241 260-112
 service@rautenbergberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212
 redaktion@rautenbergberg.media

INFORMATION

info@rautenbergberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenbergberg.media
 facebook.de/rautenbergbergmedia
 twitter.de/rautenbergbergmedia
 instagram.de/rautenbergberg_media
 vimeo.com/rautenbergbergmedia

ZEITUNG

mitteilungsblatt-alpen.de/e-paper
 unserort.de/alpen

SHOP

rautenbergberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen. Die Zeitungsartikel mit Bildmaterial erscheinen auch unter unserort.de, der Social-Media-Plattform von Rautenberg Media. Lernen Sie uns als 360° Media-Partner auch bei DRUCK (Broschüren, Kataloge, Geschäftspapiere...), WEB (Homepages, Digitale Werbung, Shops...), FILM (Imagefilme, Kinospots, Produktfilme...) kennen.

■ ZEITUNG
 ■ DRUCK
 ■ WEB
 ■ FILM

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenbergberg.media/kleinanzeigen



Gesuche

Kaufgesuch

Designerin kauft:
 Pelze aller Art. Tel. 0163/2405663 oder
 02205/9478473



AUTO & ZWEIRAD

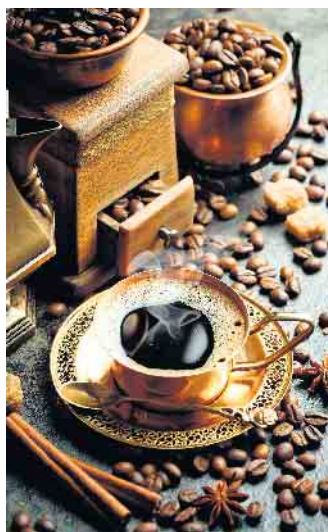
Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
 Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
 "Wohnmobilcenter Am Wasserturm"



VERSCHIEDENES

Alpen Garagen 7 x 2,5 x 2,3 m,
 ideal für Lagerung etc., große
 Wendemöglichkeit, zu verm.,
 mtl. 60,- € + MWST.

Tel.: 02802-41 00



unserort.de

unserort.de/alpen

Alle Artikel & Veranstaltungen
 dieser Zeitung online:
 lesen, liken, teilen –
 oder selbst schreiben



Mit dem
Matratzenstich
 kann man
 Nähte unsichtbar
 schließen.

KLEINANZEIGEN
 PRIVAT & GESCHÄFTLICH

ONLINE BESTELLEN



rautenbergberg.media/kleinanzeigen

Ihre private*
KLEINANZEIGE

bis 100 Zeichen
 in dieser Zeitung

ab 6,99 €

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

■ ■ ■ ■ **RAUTENBERG MEDIA**

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



VERLAGSSONDERVERÖFFENTLICHUNG

110 POLIZEI
112 FEUERWEHR



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 15. Juli

Dorf-Apotheke Kapellen

Lange Str. 3, 47608 Geldern (Kapellen),
02831/1340288

Samstag, 16. Juli

Löwen-Apotheke

Gelderner Str. 19, 47661 Issum, 02835/3566

Sonntag, 17. Juli

Adler-Apotheke OHG

Hochstr. 75, 47665 Sonsbeck, 02838/91966

Montag, 18. Juli

Viktor-Apotheke

Viktorstr. 15, 46509 Xanten, 02801/1233

Dienstag, 19. Juli

Adler-Apotheke

Burgstr. 14-16, 46519 Alpen, 02802/2170

Mittwoch, 20. Juli

Burg-Apotheke

Lindenallee 8, 46519 Alpen, 02802/1414

Donnerstag, 21. Juli

Anker Apotheke

Kaiserring 15, 46483 Wesel (Wesel / Kaiserring 15),
+49236130970

Freitag, 22. Juli

Römer-Apotheke OHG Neuhoﬀ und Krug

Römerstr. 16-18, 47495 Rheinberg, 02843/6116

Samstag, 23. Juli

Hirsch-Apotheke

Markt 8, 46509 Xanten, 02801/3024

Sonntag, 24. Juli

Barbara-Apotheke

Borther Str. 225, 47495 Rheinberg (Borth / Barbara Apotheke),
02802/1515

Montag, 25. Juli

Dorf-Apotheke Kapellen

Lange Str. 3, 47608 Geldern (Kapellen),
02831/1340288

Dienstag, 26. Juli

Adler-Apotheke OHG

Hochstr. 75, 47665 Sonsbeck, 02838/91966

Mittwoch, 27. Juli

Viktor-Apotheke

Viktorstr. 15, 46509 Xanten, 02801/1233

Donnerstag, 28. Juli

Apotheke am Dombogen

Lüttinger Str. 25, 46509 Xanten, +4928014455

Freitag, 29. Juli

Adler-Apotheke

Burgstr. 14-16, 46519 Alpen, 02802/2170

Samstag, 30. Juli

Anker Apotheke

Kaiserring 15, 46483 Wesel
(Wesel / Kaiserring 15),
+49236130970

Sonntag, 31. Juli

**Römer-Apotheke OHG
Neuhoﬀ und Krug**

Römerstr. 16-18,
47495 Rheinberg,
02843/6116

Angaben ohne Gewähr

• 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



116 116

Wer kennt diese Nummer?

Der positive Trend hält an: Fast 40 Prozent der Bundesbürger geben an, den Sperr-Notruf 116 116 zu kennen, so die neuesten Ergebnisse der aktuellen Marktforschung. Somit ist der Bekanntheitsgrad der 116 116 in den letzten vier Jahren um neun Prozent gestiegen. Wie schon in den Vorjahren zeigt sich, dass Menschen mit zunehmendem Alter eher vertraut sind mit dem Sperr-Notruf. Allerdings wird durch die Umfrage auch klar, dass manche den Sperr-Notruf 116 116 weiterhin nicht von der Rufnummer 116 117, der Kassenärztlichen Vereinigung, unterscheiden können. Zahlungskarten wie girocards

oder Kreditkarten, Personalausweise, Online-Banking und SIM-Karten - all diese können über die 116 116 gesperrt werden. Für Verbraucher ist die Nutzung des Sperr-Notrufs unkompliziert, denn eine Registrierung oder Anmeldung ist nicht nötig. Der Service ist zudem kostenlos, ein Anruf bei der 116 116 aus dem deutschen Festnetz ist gebührenfrei, aus dem Mobilnetz und aus dem Ausland können Gebühren anfallen. Wer möchte, kann sich auch die kostenlose Sperr-App herunterladen: Hier können die Daten der Zahlungskarten sicher gespeichert und girocards direkt aus der App gesperrt werden, sofern das teilnehmende Institut Zugang durch diese Applikation gewährt.

NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfallschublade** 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 |
| • Gewalt gegen Frauen | 0800 011 60 16 |
| • Opfer-Notruf | 116 006 |



TERLINDEN-KFZ.DE

Karosserie • Mechanik • Elektrik • Lack • Meisterbetrieb



TERLINDEN –
Ihr KS Autoglas
Zentrum
in Alpen

KS
AUTOGLAS

Klare Sicht. Klare Sache.

Immer
für Sie da:
Montag – Freitag:
8 – 19 Uhr
Samstag:
8 – 16 Uhr

Hat's gekracht? Bei uns wird's gemacht!

Von kaltverformt über
eingedellt bis angekratzt –
für Sie ein Ärgernis, für
uns nur halb so wild.
TERLINDEN hilft Ihnen schnell
und sicher wieder auf die Straße.



Wir finden es für Sie heraus. Mit Hilfe modernster
BOSCH-Technik erstellen wir die Diagnose und führen
Reparaturen und Wartungen für alle Marken durch.



Klimaanlagen-Service für Pkw

- Funktionsüberprüfung
- Erneuerung des Kältemittels (R134a/R1234yf)

ab
49,00* €
*inkl. MwSt
zzgl. Material

Inspektion nach Herstellervorgabe

Alle Marken
PKW /
Transporter

Rathausstraße 81 • 46519 Alpen • Tel.: 028 02-20 41 • www.Terlinden-kfz.de