

Mitteilungsblatt ISSUM

» + aktuell + unabhängig
lokal + wöchentlich

54. Jahrgang

Mittwoch, den 01. Oktober 2025

Woche 40

Jede Woche in Ihrem Briefkasten

Am 1. Oktober ist der Internationale Tag der älteren Menschen



Der 1. Oktober wurde 1991 von den Vereinten Nationen ins Leben gerufen, um auf die Lebens-

situation und die Lebensleistung älterer Menschen aufmerksam zu machen. Der Aktionstag soll rea-

listische und vielfältige Altersbilder fördern und auf die Auswirkungen des demografischen

Wandels in Gesellschaft, Wirtschaft und Gesundheitswesen hinweisen.



Sport und Spaß - wo gibt's denn das?



Seien wir doch mal ehrlich: Sport ist gesund und tut gut. Aber auf ehrgeizige Wettkämpfe, Bestzeiten steigern und schmerzhaft Verletzungen hat halt nicht jeder Lust. Ich

jedenfalls nicht. Etwas mit Musik wäre nicht schlecht, denn mit Musik geht bekanntlich alles besser. Fürs Paartanzen fehlt mir allerdings ein Partner, der mit-

kommen würde und außerdem kann ich mir keine Choreografien merken. Die richtige Lösung für mich heißt: **Square Dance.**

Square Dance ist ein Gruppentanz, der aus den europäischen Volkstänzen der Gründungszeit Amerikas entstanden ist. Es wurden Begriffe entwickelt, denen Schrittfolgen zugeordnet sind. Man muss nicht tanzen können, denn man bewegt sich von einer Formation zur nächsten mit schnellem Gehen. Das ist schon alles. Die Square-Dance-Schrittfolgen gelten weltweit und wer sie kennt, kann sich in aller Welt zum Square Dance aufstellen und mittanzen. Die Grundaufstellung besteht aus acht Menschen, die sich paarweise im Quadrat (englisch Square) aufstellen, daher der Name Square Dance. Oha! Muss ich für Square Dance gut in Englisch sein? Nein, Englischkenntnisse können von Vorteil sein,

sind aber nicht zwingend nötig. Einige Begriffe sind dem Englischen entliehen, andere sind aber reine Fantasiegebilde. Ziel ist es, weltweit ohne Sprachbarrieren miteinander Square Dance tanzen zu können. Betritt der/die Tänzer/in die Tanzfläche, weiß er/sie nicht, welche der Schrittfolgen kommen wird. Es bleibt also spannend! Man muss genau zuhören und die zugerufenen Begriffe in Schrittfolgen umsetzen. Daher geraten beim Square Dance nicht nur die Beine, sondern auch die grauen Zellen in Bewegung. Da es bei dieser Sportart in erster Linie um den Spaß und die Geselligkeit geht, merkt man oft gar nicht, dass Körper und Geist automatisch schwungvoll in Bewegung gebracht werden. An einem zweistündigen Tanzabend werden bis zu 8 km zurückgelegt und 200 bis 400 Kalorien verbrannt. Das Verletzungsrisiko ist dabei gegen null. Na neugierig geworden, aber doch noch nicht ganz überzeugt? Die **Phoenix Twirlers** aus Issum bieten **kostenlos und unverbindlich** die Möglichkeit, Square Dance kennenzulernen. An folgenden Freitagen finden **Schnupperabende** statt: **17. und 24. Oktober. Der Anfängerkurs startet dann am 31. Oktober.** Wo: **Forum Mutter Josepha** - gleich neben der katholischen Kirche - **Markt 9a, 47661 Issum.** Die **Phoenix Twirlers** - im Alter von 14 bis 75 - freuen sich schon darauf, mit Dir zu tanzen. Sport und Spaß - wo gibt's denn das? Gibt es in Issum! Nennt sich „Square Dance“!

**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

**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-issum.de/e-paper

**Mitteilungsblatt
ISSUM**

+ aktuell + unabhängig
lokal + wöchentlich

Jede Woche in Ihrem Briefkasten

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

Evangelische Kirchengemeinde Hoerstgen

Gemeindehaus Sevelen, Rheurdtter Straße 42

„Unter deinen Schirmen“ 125. Geburtstag des Posaunenchores Hoerstgen, 4. Oktober, 17 Uhr, Kirche Hoerstgen, Dorfstraße 24. Herzliche Einladung zu einem musikalischen Miteinander. Wir wandern, tänzeln und swingen fröhlich, nachdenklich und dankbar durch die Jahrhunderte. Feiern Sie mit uns!

Sonntag, 5. Oktober, Erntedankfest 10 Uhr - Gottesdienst, Entpflichtung von Pfarrer Stefan Maser durch Superintendent Wolfram Syben, Kirche Hoerstgen, Dorfstraße 24. Anschließend Beisammensein beim Gemeindefrühstück im Gemeindefeilsaal Dorfstraße 7. Anmeldung nicht erforderlich.

Donnerstag, 9. Oktober 18 Uhr - Taizé-Andacht im Gemeindehaus Sevelen, Rheurdtter Straße 42. „Aus dem Glauben le-

ben“ Eine halbe Stunde der Besinnung mit Gebeten, Liedern und Lesungen aus der Gemeinschaft von Taizé in Burgund.

Evangelische öffentliche Bücherei Sevelen, Rheurdtter Straße 42. Geöffnet dienstags 16 bis 17:30 Uhr und nach Vereinbarung. Oder Sie bestellen sich eine individuelle „Büchertasche“. Ansprechpartner: Karin und Jörg Heil Tel. 02835 5662 oder

bei anderen Mitarbeiterinnen der Bücherei. Mail: joerg.heil@ekir.de

Kirchengemeinde online:

www.kirche-hoerstgen.de

www.facebook.de/kirche.hoerstgen

Samstag, 11. Oktober

17 Uhr - Gottesdienst mit Abendmahl, Kirche Rheurdt, Kirchstraße 44, Pfarrer Dr. Hartmann

Evangelische Kirchengemeinde Issum

Wochenspruch: „Aller Augen warten auf dich, und du gibst ihnen ihre Speisen zur rechten Zeit. (Psalm 145,15)

Herzliche Einladung zu folgenden Gottesdiensten und Veranstaltungen:

Donnerstag, 2. Oktober

10 Uhr - Bücherei geöffnet

17 Uhr - Bücherei geöffnet

19:30 Uhr - Männergruppe „Männersache“

Samstag, 4. Oktober

10 Uhr - Friedhofstreff, Friedhof Issum und alter Friedhof Sevelen

Sonntag, 5. Oktober (Erntedank) 9:30 Uhr - Erntedankgottesdienst mit Abendmahl und Kantorei, Verabschiedung Rolf Pester

10:30 Uhr - Bücherei geöffnet

Montag, 6. Oktober

15 Uhr - Kaminkreis, Gem.-Haus

15 Uhr - Café Hoffnung, Gem.-Haus

16:30 Uhr - Bücherei geöffnet

19:20 Uhr - AGO-Band, Kirche

Dienstag, 7. Oktober

16:30 Uhr - Kinder- und Jugendchor

17 Uhr - Bücherei geöffnet

19 Uhr - Yoga-Kurs, Kita

Mittwoch, 8. Oktober

8 Uhr - ökum. Schulgottesdienst

zum Erntedankfest, Kirche 19:30 Uhr - Kantorei, Gem.-Haus

Donnerstag, 9. Oktober

10 Uhr - Bücherei geöffnet

16 Uhr - Komme wer Wolle, Gem.-Haus

17 Uhr - Bücherei geöffnet

Freitag, 10. Oktober

19:30 Uhr - Chorprobe Chorwerk Niederrhein, Gem.-Haus

20 Uhr - Kino unterm Kirchturm, Kirche

Samstag, 11. Oktober

9:30 Uhr - Konfi-Treff, Gem.-Haus

Sonntag, 12. Oktober (17. Sonntag nach Trinitatis)

9:30 Uhr - Gottesdienst, Kirche, Pfarrerin Brück, anschließend Kirchen-

kaffee im Gemeindehaus

16 Uhr - Issumer Orgelherbst mit Birgit Bernitt, Kirche

Unsere Homepage: www.evangelischekircheissum.de

Hier finden Sie weitere Informationen und Beiträge, u.a. auch Predigten zum Herunterladen bzw. Hören!

Pfarrerinnen Yvonne Brück, Schulstr. 2 ist unter Tel. 446 765 / yvonne.brueck@ekir.de erreichbar.

Gemeindebüro, Schulstr. 6, Tel. 445 414 / issum@ekir.

Öffnungszeiten: Montag von 16 bis 18 Uhr, Mittwoch von 9 bis 12 Uhr. Bitte melden Sie sich außerhalb dieser Zeiten gerne schriftlich, per E-Mail oder auf dem Anrufbeantworter - die Mitarbeiterin des Gemeindebüros wird möglichst zeitnah antworten.

Am Sonntag, 12. Oktober, findet

das letzte Konzert des diesjährigen Orgelherbstes statt. Birgit Bernitt spielt Musik von A. Hesse, T. Adams, T. Dubois und S. Wesley. Der Eintritt ist frei, Spenden zur Förderung der Kirchenmusik in Issum sind herzlich willkommen.

Die Hoffnung durch einen Stern ausdrücken, die Sehnsucht der Seele durch einen strahlenden Sonnenuntergang.

VINCENT VAN GOGH

Tel. 02835 - 52 00

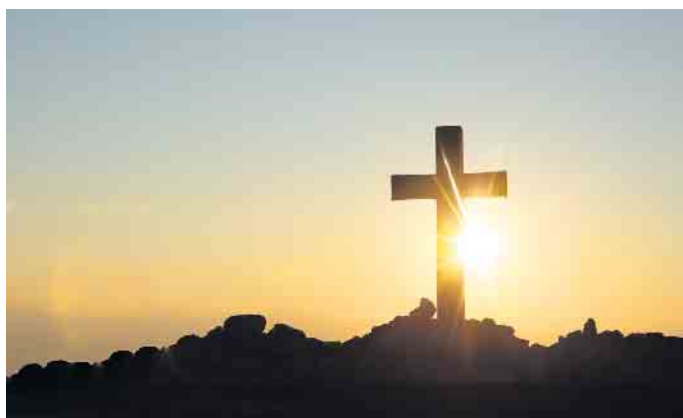
Dorfstraße 30
47661 Issum-Sevelen
www.bestattungen-minten.de

Bestattungshaus

Minten GmbH

Beratung und Begleitung

info@bestattungen-minten.de



Jetzt online Immobilienbewertung:



VOBA IMMOBILIEN eG



Marina Franke Jule Kayzers Friedhelm Loy Torsten Teloy
02831-970123, geldern@vobaimmo.de

www.vobaimmo.de



Fragen zur Verteilung?

mail@regio-pressevertrieb.de

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

Hyundai Familientreffen

Jetzt Top-Angebote für unsere Modelle entdecken.



Am 25.10.2025
in Kevelaer.

Abb. zeigt aufpreispflichtige Zusatzausstattung.

Am 25.10.25 laden wir Sie herzlich zum Hyundai Familientreffen ein. Von 09.00 - 14.00 Uhr können Sie bei uns erleben, was vielfältige Mobilität bedeutet. Entdecken Sie die aktuellen Hyundai Modelle hautnah. Hier ist für jeden das passende Wunschmodell dabei. Dazu gibt es ein buntes Programm, exklusive Angebote, viele Gelegenheiten zum Austausch in entspannter Atmosphäre sowie Snacks und Erfrischungen. Erleben Sie ein Familientreffen, auf das sich alle freuen. Wir freuen uns auf Sie. Power your world.

Herbrand art mobil GmbH
Hoogeweg 146
47623 Kevelaer
https://www.art-mobil.de



5 JAHRE Garantie
ohne Kilometerlimit*

8 JAHRE Batterie
Garantie*

* Sämtliche Informationen zum Umfang der Herstellergarantie finden Sie unter:
www.hyundai.de/garantien

Christliche Gemeinde Issum

Mühlenstraße 10 b

„Das Gras verdorrt, die Blumen verwelken, aber das Wort unseres Gottes bleibt gültig für immer und ewig.“
Jesaja 40, 8

Herzlich willkommen zu folgenden Begegnungen in der kommenden Woche:

Samstag, 4. Oktober

9:30 Uhr - Männer-Frühstücks-Bibelkreis

Sonntag, 6. Oktober

10:30 Uhr - Gottesdienst

Freitag, 10. Oktober

17 Uhr - Jungpfadfinder/Wölflinge

19 Uhr - Pfadfinder

Auf der Internetseite **christliche-gemeinde-issum.de** gibt es weitere Informationen zur Gemeinde, es stehen auch Predigten vergangener Gottesdienste zum Nachhören bereit.



Mitteilungsblatt
ISSUM » + aktuell + unabhängig
lokal + wöchentlich
Jede Woche in Ihrem Briefkasten
Auch als E-Paper: mitteilungsblatt-issum.de/e-paper

HALLO PRESSESPRECHER/INNEN
PRESSEBEAUFTRAGTE

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und
anderer Organisationen

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

<https://redaktion.rautenberg.media>



Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Mittwoch, 1. Oktober

Martinus-Apotheke

Veerter Dorfstraße 22a, 47608 Geldern, 02831/5081

Donnerstag, 2. Oktober

Cuypers Apotheke am Kapuziner Tor

Ostwall 16, 47608 Geldern, 02831/9283050

Freitag, 3. Oktober

Barbara-Apotheke

Annastraße 1, 47608 Geldern, 02831/87277

Samstag, 4. Oktober

Genius-Apotheke

Lintforter Straße 78, 47445 Moers, 02841/97367

Sonntag, 5. Oktober

Hirsch-Apotheke

Auguststraße 45, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/10433

Montag, 6. Oktober

Löwen-Apotheke

Hochstraße 99, 47647 Kerken, 02833/4406

Dienstag, 7. Oktober

Marien-Apotheke

Webermarkt 1, 47647 Kerken, 02833/2203

Mittwoch, 8. Oktober

Apotheke 35 OHG Neuhoff und Krug

Bahnhofstraße 38a, 47495 Rheinberg, 02843/904840

Donnerstag, 9. Oktober

Apotheke Borth

Borther Straße 225, 47495 Rheinberg, 02802/1515

Freitag, 10. Oktober

Dorf-Apotheke Kapellen

Lange Straße 3, 47608 Geldern, 02831/1340288

Samstag, 11. Oktober

Löwen-Apotheke

Moerser Straße 220, 47475 Kamp-Lintfort, 02842/2384

Sonntag, 12. Oktober

Gelderland-Apotheke-Cuypers

Clemensstraße 4, 47608 Geldern, 02831/9760255

Notdienste jeweils 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Wasserwerk / Gasversorgung

02835 / 4489994

Störungsstelle RWE

0800 4112244

Gefahrenabwehr

Sofortige Unterbringung, Katastrophenschutz, Munitionsfunde, Gewässerschäden durch Öl, Giftunfälle, u. a. während der Dienstzeiten 02835 - 10 16

Bereitschaftsdienst für Aufgaben der Gefahrenabwehr außerhalb

der Dienstzeiten

0173 2668400

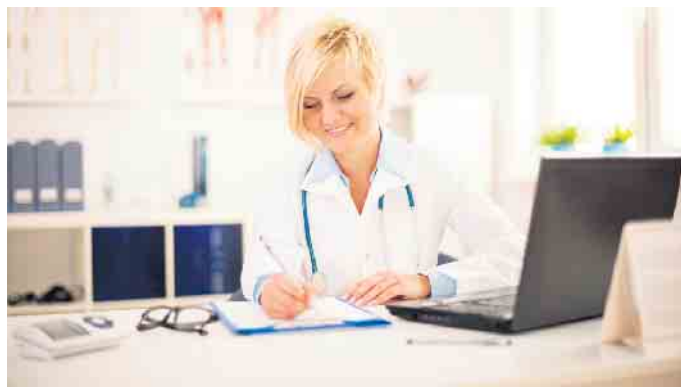
Bitte rufen Sie nur in dringenden Fällen der Gefahrenabwehr an, wenn die Dringlichkeit nicht bis zu den Dienststunden der Verwaltung aufgeschoben werden kann.

Umwelttelefon

02835 - 10 16

Straßenbeleuchtung/Störungsmeldung

02835 - 10 52



Krankenfahrten zur Dialyse,

Anzeige

Chemo, Bestrahlung, Kur und Reha, Krankenhaus - auch Rollstuhlfahrten möglich. Wir helfen bei Anträgen und Genehmigung Ihrer Verordnung. Hexenland-Taxi 02835 95888

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

• Telefon-Nummer für Frauen

116 016

• Telefon-Nummer für Männer

0800 12 39 900

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:
Mittwoch, 08. Oktober 2025

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –
PEFC & FSC:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

IMPRESSUM

MITTEILUNGSBLATT ISSUM

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)
USt-ID: DE214364185
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten
Tel. 02241 260-0
willkommen@rautenberg.media

Verantwortlich gemäß § 18 Abs. 2 MStV:
Nathalie Lang und Corinna Hanf
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG wöchentlich

RUBRIKWEISE

INHALTLICHE VERANTWORTUNG

Politik (Mitteilungen der Parteien):

CDU Daniel Jansen

SPD Michael Petermann

FDP Thomas Pieper

Bündnis 90 / Die Grünen Frank Schulmeyer

Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben genannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen bzw. Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche Prüfung dieser Beiträge vor.

Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Issum. Keine Zustellgarantie. Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung über die Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind meist nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise begründen kein Nutzungsrecht. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redaktion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein Anspruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden haften für Inhalte, Richtigkeit und vollständige Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Media ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in Print- und Online-Medien eingeräumt – auch für Bildmaterial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaberschaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter frei. Bei versehentlichem Weglassen von Namens- oder Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende Ansprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und bearbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

KONTAKT

MEDIENBERATERIN

Sheryl Alonso Martinez

Fon 02241 260-182

s.alonso-martinez@rautenberg.media

VERTEILUNG regio-pressevertrieb.de

Regio Presse Vertrieb GmbH

mail@regio-pressevertrieb.de

VERKAUF Fon 02241 260-112

verkauf@rautenberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media

facebook.de/rautenbergmedia

instagram.de/rautenberg_media

vimeo.com/rautenbergmedia

ZEITUNG

mitteilungsblatt-issum.de/e-paper

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen. 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.rautenberg.media/kleinanzeigen



AUTO & ZWEIRAD

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



Familien

ANZEIGENSHOP

GEBURT12.1
43 x 90 mm
ab 52,00*
Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media

Porsche 911 von privat für privat gesucht -
bitte alles anbieten! Tel. 0178 / 1513151

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



Essen auf Rädern



Täglich rollender Mittagstisch frisch
und direkt zu Ihnen nach Hause!
Mittagessen inklusive Dessert!
Auf den Geschmack gekommen?
Für weitere Informationen rufen Sie
uns bitte an. Keine Vertragsbindung.

Telefon
**02833-
4431**

Hotel-Restaurant **HAUS THOEREN**



Marktstraße 14-16
47647 Kerken-Aldekerk
Tel. 02833 - 4431
info@haus-thoeren.de

Lieferservice nach Sevelen · Vorst · Oernten · Groß- u. Kleinholthuysen



Minijobs im Weihnachtsgeschäft

Was gilt - und worauf Bewerber jetzt achten sollten



Warum der Bedarf steigt

Im Advent schnellt die Paketmenge erfahrungsgemäß in die Höhe. Logistiker fahren Sonderschichten, der Einzelhandel verlängert Öffnungszeiten. Entsprechend werden kurzfristig Aushilfen gesucht, etwa für Lager, Zustellung oder Kasse. Die Deutsche Post DHL sprach zum Weihnachtsgeschäft 2024 von über einer Million Paketen pro Stunde in der Spitze - ein Indikator, warum Saisonjobs im Winter besonders gefragt sind.

Rechtlicher Rahmen: 556-Euro-Minijob oder kurzfristig?

Seit 1. Januar 2025 liegt die Grenze für Minijobs bei 556 Euro monatlich. Damit sind Beschäftigte in der Regel lohnsteuerpflichtig, aber in der Sozialversicherung geringfügig; der Arbeitgeber meldet den Minijob bei der Minijob-Zentrale an. Mindestlohn und Urlaubsanspruch gelten auch für Minijobber. Als Alternative kommt die „kurzfristige Beschäftigung“ in Betracht - sie ist auf längstens drei Monate oder 70 Arbeitstage pro Kalenderjahr begrenzt und sozialversicherungsfrei, wenn sie nicht berufsmäßig ausgeübt wird. Für typische Weihnachtshilfen kann das passend sein, sofern die Zeitgrenzen eingehalten werden.

Besonderheiten für Studierende und Ruheständler

Studierende dürfen in der Vorlesungszeit grundsätzlich höchstens 20 Stunden pro Woche arbeiten, um den günstigen Studentenstatus in der Sozialversicherung zu behalten (Ausnahmen u. a. abends/wochenends). Zusätzlich existiert eine 26-Wochen-Grenze pro Jahr, wenn die 20-Stunden-Regel zeitweise überschritten wird. Wer unsicher ist, sollte den eigenen Krankenversicherer kontaktieren. Für Bezieher einer Altersrente sind die Hinzuverdienstgrenzen seit 2023 aufgehoben: Zusatzeinkünfte aus einem Minijob sind grundsätzlich in unbegrenzter Höhe möglich; relevant bleiben Steuer- und ggf. Krankenversicherungsfragen.

Praktische Tipps

Seriöse Anbieter nennen Stundenlohn, Einsatzzeiten und Befristung im Vertrag, führen die Anmeldung durch und zahlen mindestens den gesetzlichen Mindestlohn. Wer mehrere Minijobs kombiniert, muss die 556-Euro-Grenze in Summe beachten; wird sie überschritten, greift reguläre Sozialversicherungspflicht. Für kurzfristige Jobs zählt die Anzahl der Tage/Monate im Kalenderjahr. Ein Blick in die Anzeige- und Karriereseiten lokaler Zeitungen und Unternehmen sowie in regionale Jobbörsen lohnt - gerade Logistik, Handel und Gastronomie suchen im Dezember verstärkt.



Anzeige

Die Idee für dieses Angebot basiert auf Büroerfahrungen aus Handwerk, Produktion und Handel. Eine gute kaufmännische Struktur entscheidet oft, ob aus unternehmerischen Ideen auch Erfolge werden. Denn Kreativität und Handlungskonsequenz werden schnell von den unverzichtbaren alltäglichen Routinearbeiten überlagert und ausgebremst. In Start- oder Erweiterungsphasen können feste

Aufwendungen für Personal, Räume und Büroeinrichtung den Rahmen für sinnvolle Inventionen unnötig beschneiden. Bei uns bezahlen Sie allein die jeweils konkret geleistete Arbeit und können diese Leistungen unter Ihren Betriebsausgaben sogar noch steuerlich geltend machen. Im Raum Niederrhein bieten wir Ihnen auch Unterstützung vor Ort in Ihren Räumen an.

Mehr Zeit fürs Wesentliche - dank unserem Büroservice

- Wer?** Gründungen, Startups, KMU, Unternehmen mit Büroengpässen, Privatpersonen
- Was?** Büroarbeiten, Ordnung/Struktur schaffen, Rechnungen schreiben/zusenden, Formulare entwickeln, Texte, Reden zu allen Anlässen, Sach- u. Bildrecherchen
- Wie?** als virtuelles Büro oder vor Ort
- Warum?** Bürokratie u. -raum (noch) unauslastbar bzw. feste finanzielle Bindung zu teuer
- Wozu?** steuerlich absetzbare Fremdleistung statt Sozialabgaben und Arbeitsausfälle

Bei Interesse an einer Zusammenarbeit kontaktieren Sie uns unter mybueroservice@web.de oder 02834/4439823

Wir melden uns gerne zurück

Fit im Büro

Gesund und erfolgreich durch den Arbeitsalltag



Der moderne Arbeitsalltag ist geprägt von langen Stunden am Schreibtisch, digitalen Meetings und einem hohen Maß an Konzentration. Gerade im Büro kann es eine Herausforderung sein, körperlich aktiv und geistig frisch zu bleiben. Wer sich fit hält, steigert nicht nur das eigene Wohlbefinden, sondern auch die berufliche Leistungsfähigkeit. Das kann sich auch positiv im Bewerbungsprozess bemerkbar machen.

Bewegung im Berufsalltag:

Kleine Schritte mit großer Wirkung

Schon einfache Maßnahmen helfen dabei, mehr Bewegung in den Büroalltag zu integrieren. Aktive Pausen mit kurzen Spaziergängen, Dehnübungen oder ein paar Treppenstufen fördern die Durchblutung und helfen gegen Müdigkeit. Dynamisches Sitzen, also der Wechsel zwischen Sitzen und Stehen, entlastet den Rücken und aktiviert die Muskulatur. Auch kleine Büro-Workouts mit Widerstandsbandern oder Balancekissen lassen sich leicht in den Tagesablauf integrieren.

Ergonomie am Arbeitsplatz:

Gesundheit und Produktivität fördern

Ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz ist nicht nur komfortabel, sondern auch eine wichtige Voraussetzung für langfristige Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Studien zeigen, dass ergonomische Möbel und eine gute Arbeitsplatzgestaltung Rückenbeschwerden, Verspannungen und Konzentrationsprobleme deutlich reduzieren können. Wichtige Aspekte für einen ergonomischen Arbeitsplatz sind individuell angepasste Stuhl- und Tischhöhen, eine Monitorposition auf Augenhöhe mit ausreichendem Abstand sowie eine gute Beleuchtung durch natürliches Licht und blendfreie Lampen. Auch eine ruhige Arbeitsumgebung mit akustisch optimierten Räumen oder Noise-Cancelling-Technik kann der verbesserten Konzentration beitragen.

Komfort im Büro:

Wohlfühlen steigert die Motivation

Ein angenehmes Arbeitsumfeld wirkt sich direkt auf Motivation und Kreativität aus. Pflanzen, persönliche Gestaltungselemente oder eine kleine Lounge-Ecke können das Büro freundlicher machen. Doch auch die Raumtemperatur und die Luftqualität spielen eine wichtige



Rolle für das Wohlbefinden. So lohnt es sich auch mal einen Blick auf das Thermostat zu werfen und regelmäßig die Arbeitsräume zu lüften.

Bewerbungstipps:

Fit für den nächsten Karriereschritt

Wer sich beruflich verändern möchte, sollte nicht nur fachlich, sondern auch persönlich überzeugen. Ein gesunder Lebensstil und ein aktiver Umgang mit dem Arbeitsalltag können dabei ein echter Vorteil sein. Für eine erfolgreiche Bewerbung ist

ein selbstbewusstes Auftreten entscheidend. Wer sich fit und wohl fühlt, strahlt das oft auch aus. Soft Skills wie Belastbarkeit, Selbstorganisation und Gesundheitsbewusstsein sind in vielen Branchen gefragt.

Ein gesunder Büroalltag ist keine Nebensache, sondern eine wichtige Grundlage für beruflichen Erfolg. Wer Bewegung, Ergonomie und Komfort in den Arbeitsalltag integriert, schafft die besten Voraussetzungen für eine produktive Karriere.






WIR SUCHEN DICH

für unsere Zeitung
Mitteilungsblatt Issum 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 Issum (m/w/d)