



Online lesen: juelich-magazin.de/e-paper
Social-Media: unserort.de/juelich

Jahrgang 24 Woche 46 Nr. 23 / 19.11.2022

JÜLICH MAGAZIN

+++ Rubrik SCIENCE: FH Aachen Campus Jülich +++ Forschungszentrum Jülich +++

Seniorentag der Stadt Jülich wird zur Institution

Mit Lorient und Musik in die Herzen der Bürger



Die „Bühne 80“ begeistert am Seniorentag mit Lorient-Sketchen. Foto: Klaus Krafft

Was tun, wenn stürmische Zeiten die Bürger ereilen? Ein Ausflug in die Welt des Zusammenhalts stärkt die Menschen und macht Mut. Nach dem durchschlagenden Erfolg im vergangenen Jahr erlebte Jülich im Oktober ein Revival des Seniorentags in der Zitadelle.

In Jülich stehen die Entwicklungen auf Dauerhaftigkeit und Stabilität und gleichzeitig heißt es mit neuem Schwung in die Zukunft: Wie im vergangenen Jahr hat der Seniorenbeirat der Stadt Jülich unter der Leitung von Hannelore Stöber-Steinbrech beschlossen, das neue Konzept zur Unterhaltung für Seniorinnen und Senioren dauerhaft zu etablieren. 140 ältere Menschen folgten dem Programm im Oktober mit Begeis-

terung und fanden untereinander Anschluss.

Fortsetzung auf Seite 2

ST. ELISABETH
AMBULANTER PFLEGEDIENST

Kompetente Pflege zu Hause

Ihr Partner in Jülich und Umgebung für

- ✓ Grund- und Behandlungspflege
- ✓ Versorgung chronischer Wunden
- ✓ Betreuungsangebote
- ✓ palliativ-pflegerische Versorgung
- ✓ Überleitungspflege
- ✓ Haushalts- und Einkaufshilfe
- ✓ 24-stündige Rufbereitschaft

NEU - Tagespflege an der Schweizer Straße 17, Jülich

St. Elisabeth
Ambulanter Pflegedienst
Schweizer Straße 15 · 52428 Jülich
Tel. 02461/3403464 · Mobil: 0171/9371759
E-Mail: info@st-elisabeth-pflege.com

**Wir sind da,
wo Sie sind
lokal vor Ort
und digital**

**Morgen
kann kommen.**

Wir machen den Weg frei.

Aachener Bank
Marktplatz 4 · 52428 Jülich

RehaZen
Ralf Nier
Jennifer Jessen

Tel. 02461-939 72 50
www.RehaZen-Juelich.de
info@RehaZen-Juelich.de

Aachener Str. 9-11 · 52428 Jülich

- Reha nach Sportverletzungen
- Rehamaßnahmen (Medical Network)
- Krankengymnastik
- Geräteunterstützte Krankengymnastik
- McKenzie Methode
- Golf Physiostraining
- Medizinische Massage
- Lymphdrainage
- Faszien-Distorsions-Therapie
- Fango, Heißluft, Ultraschall
- Hausbesuche
- Elektro- und Lasertherapie uvm.

Wir stellen ein:

Physiotherapeut/-in (m/w/d)
Masseur/-in (m/w/d)
med. Bademeister/-in (m/w/d)
Fitnesstrainer/-in (m/w/d)

Rehazen Nier-Jessen GmbH

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr.	08.00 - 13.00 Uhr
Di.	14.00 - 19.00 Uhr
Mo. + Do.	14.00 - 21.00 Uhr
Fr.	14.00 - 18.00 Uhr

Privat
und
alle Kassen

Fortsetzung der Titelseite

Musikalischer Kickstart nach der Begrüßung durch die Dezernentin Doris Vogel: „Hoch auf dem gelben Wagen“ oder auch „Seemann, lass das träumen“ - die von Klaus Broscheid intonierten Klassiker rissen alle mit und sorgten bereits zum Auftakt des Tages für beste Stimmung und Verbundenheit. In die gute Laune einreihen konnte sich auch der „Tonalita-Chor“ ein, der vom Leiter Christof Rück am Klavier begleitet wurde. Ein Stückchen Lorient als weiterer Höhepunkt: Die in Jülich mehr als bekannte „Bühne 80“ begeisterte mit berühmten Sketchen von Bülow alle Besucher. Mit „Tänzen aus aller Welt“, die von der Seniorentanzgruppe auf-

geführt wurden und einer weiteren musikalischen Darbietung der Bläsergruppe unter der Leitung von Klaus Luft von der Musikschule, schloss der Seniorentag mit vollem Erfolg. Und was darf nicht fehlen? Für das leibliche Wohl wurde bestens bei Mittagessen und einer Kaffeetafel gesorgt. So konnten die Anwesenden am Ende auf einen Tag zurückblicken, der in Erinnerung bleibt und zur Wiederholung aufruft. Informationen zu den Aktionen des Seniorenbeirates der Stadt Jülich erhalten Sie im Fachbereich für Quartiersmanagement und Mehrgenerationen unter 02461/63211 oder per E-Mail: SHaxha@juelich.de.



Der „Tonalita-Chor“ verwöhnt das Publikum mit engelsgleichen Tönen. Foto: Stadt Jülich/S. Haxha

Große Männerballettmeisterschaft in Güsten

Wer dabei sein möchte als Tanzgruppe: Anmeldungen noch bis 23. November möglich

Am Samstag, den 28. Januar 2023 ist es wieder soweit. Nach zwei pandemiebedingten Absagen wird dann endlich eine neue Auflage der großen Männerballettmeisterschaft im Güstener Fest-

zelt am Sandweg stattfinden. Die KG Schnapskännchen als Veranstalter hat zwischenzeitlich schon alle Männerballette der Region eingeladen. Die große Frage lautet schließlich, wer den Titel-

verteidigern, den Trautänzern aus Inden-Altdorf, in diesem Jahr den Pokal streitig machen wird. Auch neue Formierungen sind dabei natürlich herzlich willkommen. Wer mit seinem Männerballett beim

Güstener Turnier dabei sein will, kann sich ab sofort anmelden. Der Anmeldeschluss ist der 23. November. Anmeldung formlos über die E-Mail-Adresse thomas.beys@kg-schnapskaennchen.de

Für Internet ist es nie zu spät

Für Internet ist es nie zu spät - das haben die ehrenamtlichen Mitglieder des städtischen Projektes „Senioren ins Netz“ während ihrer Informationsveranstaltung am 27. Oktober im Quartierszentrum Jülich-Heckfeld deutlich gemacht. Seit nun 22 Jahren gibt es das Projekt in Jülich. In dieser Zeit haben die Mitglieder es geschafft ihren Altersgenossen den Schritt in die digitale Welt durch die Entwicklung und Durchführung passender Angebote zu erleichtern. Diese haben sie am letzten Donnerstag im Oktober vorgestellt. Von Hilfsangeboten für den Umgang mit PC, Smartphone und Tablet bis hin zu kreativen Angeboten der „Foto- und Videofreunde“ und des „Digitalen Kochbuchs“ ist alles mit dabei. Nach einer großen Präsentation bekamen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer die Gelegenheit an Info-Ständen weitere Informatio-

nen zu den jeweiligen Angeboten zu erhalten. Auch eine Fotoausstellung mit Bildern der „Fotofreunde“ aus Wettbewerben gab es zu sehen. Sehr beliebt war auch das Buffet aus kleinen Häppchen, welches von den Mitgliedern des „Digitalen Kochbuchs“ hergerichtet wurde. Die Mitglieder von „Senioren ins Netz“ sowie auch die zahlreichen interessierten Besucherinnen und Besucher blickten auf einen erfolgreichen Abend zurück. Wenn auch Sie Interesse an den Angeboten des Projekts „Senioren ins Netz“ haben, dann wenden Sie sich gerne an den Fachbereich für Quartiersmanagement und Mehrgenerationen der Stadt Jülich unter 02461/63211 oder per E-Mail: SHaxha@juelich.de. Auch online unter www.juelich.de/seniorensnetz sind Informationen zum Projekt zu finden.



Besucherinnen erfreuen sich an der Fotoausstellung der Fotofreunde. Foto: Bernd Jäger

Konzert Collegium Musicum Jülich verschoben

Herbstkonzert am 19. November

Das Collegium Musicum Jülich freut sich, dass es unter großem Einsatz aller Mitwirkenden möglich war, das eigentlich für den 5. November geplante Herbstkonzert um zwei Wochen verschieben und daran festhalten zu können, mit der jungen, aus Jülich stammenden Violinistin Annette Groöb Mozarts bekanntes fünftes Violinkonzert KV 219 aufzuführen. Annette Groöb war am ursprünglichen Termin leider erkrankt, weshalb das Konzert nun am 19. November um 19.30 Uhr im PZ des Gymnasiums Zitadelle stattfindet.

Eröffnet wird der Konzertabend unter der Leitung von Peter Sauerwein mit der Konzertouvertüre zu „Das Märchen von der schönen Melusine“ von Mendelssohn Bartholdy, bei der das Publikum in die wundervolle Welt der Sage von Wassergeistern und Meerjungfrauen entführt wird. Im Anschluss folgt Mozarts beeindruckendes Violinkonzert. Das Violinkonzert in A-Dur, das Mozart bereits vor seinem 21. Lebensjahr schrieb, ist das anspruchsvollste, originellste und vielschichtigste seiner insgesamt fünf Solokonzerte für Violine. Das Konzert endet mit der klangvollen und mitreißenden Sinfonie D-Dur des spanischen Komponisten Juan Crisóstomo de Arriaga.

Alle bereits für den früheren Termin erworbenen Eintrittskarten behalten auch für den Ausweichtermin ihre Gültigkeit. Eintrittskarten (15 Euro, ermäßigt 7 Euro, Kinder bis 14 Jahren frei) sind bei der Buchhandlung Thalia in Jülich und an der Abendkasse erhältlich. Das Programmheft und mehr Informationen sind unter www.sinfonieorchester-juelich.de einsehbar.



Solistin Annette Groöb. Foto: Studioline Hannover

Gold und Antiquitätenankauf Jüchen

Kirchstraße 3 · 41363 Jüchen · Tel. 0176 84 52 24 94 Inhaber V.Kierpacz

Machen Sie Ihre Lederjacke/-Mäntel zu BARGELD!!!

Nutzen Sie die einmalige Gelegenheit

Freitag
18. November 2022

Samstag
19. November 2022

Montag
21. November 2022

Dienstag
22. November 2022

Mittwoch
23. November 2022

Donnerstag
24. November 2022

JETZT NEU!!

Machen Sie Ihre Lederjacken/-Mäntel zu BARGELD!

Persianer Wildjederjacken Nerze Nutria

Mo-Fr 10-18 Uhr - Sa 10-14 Uhr

Goldmünzen / Medaillen aller Art

ACHTUNG + ACHTUNG

Ankauf von Lederjacken aus Glatt- oder Wildleder, auch Lamm-fellmantel, zum Höchstpreis von bis zu 1.000,- €

ACHTUNG! ACHTUNG! Letzter Aufruf!

Wir suchen alle Arten von Pelzen!*

Die Nachfrage in Skandinavien ist derzeit sehr hoch. Wir zahlen bis zu 4.000,- €

ZAHNGOLD Bernsteine bis zu 3.000€

Marken-Uhren aller Art

Damentaschen, Schreib- und Nähmaschinen

Wir zahlen bis 1.000 €

Schmuck - Altgold - Bruchgold

Ankauf von Goldschmuck aller Art

Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen und Ketten, Armbänder (bevorzugt in breiter Form), Colliers, Medaillons, alter Modeschmuck, Gemälde, Zinn, Silber, Tafelsilber, Bronzefiguren, Golduhren – auch defekt und Pelz nur in Verbindung mit Gold und vieles Antikes mehr.

Feingold

Ankauf aller Art von Silber und Zinn

WIR KAUFEN AN: WIR ZAHLEN BIS ZU 60,-€* PRO GRAMM

* für Markenschmuck z.B. Bulgari Cartier, Chopart, Tiffany.

Kostenlose Begutachtung (auch vor Ort)

Bewertung Ihres Schmuckstücks

Für Senioren auch Hausbesuche bis 50 km

Profitieren Sie durch den momentan hohen Goldkurs

Gerne prüfen wir ihren Schmuck auf Echtheit!

Wir beraten Sie gerne unverbindlich und kostenlos, auf vor Ort!

Adventsmarkt in Kirchberg in der Alten Schule

Am 19. November von 13 bis 19 Uhr

Er soll nicht weniger festlich werden als zuvor: Der kleine, aber feine Adventsmarkt in Kirchberg, der in diesem Jahr erstmals in der „Alten Schule“ stattfindet. Insgesamt elf Aussteller erwartet das Organisations-Team des Dorf-

vereins Zukunft Kirchberg e.V., der für die Dorfbewohner und auch Besucher von außerhalb wieder besondere Momente weihnachtlicher Gemütlichkeit schaffen möchte. Für das leibliche Wohl sorgen unter anderem die Kirch-

berger Frauengemeinschaft, die dieses Mal mit Eierpunsch aufwarten kann, die Kirchberger Sakramentsbruderschaft, die ihre berühmten Reibekuchen brät, der Kindergarten, der Zuckerwatte und Kekse zaubern möchte und

die AWO, die mit der Organisation der Cafeteria auch für Kaffee und Kuchen sorgt. Waffeln und Kakao sowie herzhaftes Speisen sind ebenfalls im Angebot. Und natürlich nicht zu vergessen: Es werden Glühwein und andere Getränke ausgeschenkt. Damit den Kleinen dabei nicht langweilig wird, gibt es Kinderaktionsspiele. Natürlich kommt auch das Angebot für Geschenke unter dem Tannenbaum sowie Schmuck und Deko rund um das Weihnachtsfest nicht zu kurz. Von selbstgebastelten Kerzen, über Adventsgestecke, selbstgemalter Kunst, bis hin zu junger Mode, Kinderkleidung und Stricksachen wird so einiges geboten, das zu einem gelungenen Weihnachtsfest beiträgt. Die Veranstalter von der Dorfgemeinschaft Zukunft Kirchberg e.V. freuen sich dabei über die Beteiligung und wachsende Gemeinschaft der örtlichen Vereine. Ganz besonders freuen sich alle jedoch auf das Klönen und gemütliche, dörfliche Beisammensein, das alle während der Corona-Pause so vermisst haben.



HER MIT DER KOHLE

WERDE JETZT AUSTRÄGER/*/IN EIN INTERESSANTER NEBENJOB FÜR JUNG UND ALT!



Wenn Du mindestens 13 Jahre alt bist, schreib uns
eine WhatsApp Nachricht* **+49 2241260380**

*Bitte unbedingt Namen, Straße, Ort und Telefonnummer angeben.

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

Oder scan den QR-Code und bewirb Dich.



Mittagstisch für SeniorInnen im Andreashaus

Ausnahmsweise am vierten Mittwoch im November in Lich-Steinstraß

Sie möchten in geselliger Runde ein leckeres Mittagessen genießen und sich dabei mit Menschen austauschen? Dann ist das Angebot von Caritas Düren-Jülich und der Pfarrei Heilig Geist etwas für Sie. Der Mittagstisch findet am 23. November von 12 bis 13.30 Uhr im Andreashaus in Lich-Steinstraß am Matthiasplatz 1 statt. Das Mittagessen wird vom Alten- und Pflegezentrum Heilige Familie der Caritas in Haselsweiler gekocht und geliefert. Der Kostenbeitrag für das Mittagessen beträgt 5 Euro. Um den Mittagstisch vorzubereiten, ist jeweils eine Anmeldung in der Vorwoche nötig. Teilnehmer für den Senioren-Mittagstisch im November melden sich bitte bis Donnerstag, 17. November, telefonisch bei Hans Leo Hambloch unter (02461) 4439 persönlich oder mit einer Nachricht samt Rückrufnummer auf dem Anruf-

beantworter an. Dieses Angebot „Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren“ wird veranstaltet von der Gemeindesozialarbeit des regionalen Caritasverbandes, der Pfarrei Heilig Geist und ehrenamtlich Engagierten aus der Gemeinde St. Andreas und Matthias Lich-Steinstraß.

Veranstalter

Gemeindesozialarbeit, Caritasverband für die Region Düren-Jülich e. V.

Pfarrei Heilig Geist

Ort und Zeit

Mittwoch, 23. November, von 12 bis 13.30 Uhr, im Andreashaus in Lich-Steinstraß, Matthiasplatz 1

Kontakt, Anmeldung, Kosten

Anmeldungen müssen bis zum Donnerstag, 17. November, telefonisch bei Hans Leo Hambloch unter der Rufnummer (02461) 4439 eingehen. Der Kostenbeitrag für das Mittagessen beträgt 5 Euro.

Fundsachen

Von September bis Oktober wurden ein Chico Spielzeug, mehrere Brillen (braun, transparent, braun/beige) eine Sonnenbrille (gold), eine Kindermütze (grau), eine Damenmütze, ein Ohrhänger, ein Modeschmuckring, ein Goldkettchen, mehrere Handys (in schwarz be-

ziehungsweise türkisblau), Herrenbekleidung inklusive Schlüsselbund/Sportschuhe gefunden. Außerdem wurden im genannten Zeitraum mehrere Fahrräder und Schlüssel abgegeben.

Bis zum 24. April 2023 (je nach

Funddatum) können die Fundsachen von den Eigentümern abgeholt werden, danach gehören sie den Findern beziehungsweise kommen zur Versteigerung.

Rechte an den vorbezeichneten Fundsachen sind bis zum

Ablauf der Meldefristen bei der
Stadt Jülich, Neues Rathaus,
Zimmer 8, (02461) 63-309, E-
Mail:

fundbuero@juelich.de, Große
Rurstraße 17, 52428 Jülich, gel-
tend zu machen.

Adventskonzert der Musikschule der Stadt Jülich

Unter dem Motto von Barock bis Rock findet das diesjährige Adventskonzert der Musikschule der Stadt Jülich statt.

Ein anspruchsvolles und stimungsvolles Programm wird gestaltet von Schülerinnen und Schüler verschiedenster Instrumentalklassen. Mit dem Konzert im Pädagogischen Zentrum der Sekundarschule (Linnicher Straße 67) möchte die Musikschule der Stadt Jülich sein Pu-

blikum auf eine ruhige und besinnliche Vorweihnachtszeit einstimmen.

Beginn des Konzertes am 25.
November ist um 19 Uhr, der
Einlass um 18.30 Uhr.

Der Eintritt ist frei, um Spenden zugunsten des Fördervereins der Musikschule wird gebeten.



PHYSIOTHERAPIE
meine Praxis

Physioness ist Umgezogen!

Neue Adresse ist: MÜNSTEREIFELER STRAßE 7, 52428 JÜLICH

(gegenüber vom Caritas Alten- und Pflegezentrum St. Hildegard)

Liebe PatientInnen.

nach 13 Jahren am und im St. Elisabeth Krankenhaus in Jülich, haben wir nun seit 08. August 2022 ein neues Zuhause gefunden. Wir sind froh Ihnen in der ehemaligen Kinderarztpraxis von Fr. Dr. Bermel, mit gleicher Qualität, motivierten und hochqualifizierten TherapeutInnen, in frisch renovierten Räumen behilflich sein zu dürfen. Die Praxis verfügt über eigene Parkplätze, aber auch im Umfeld ist die Parkplatzsituation deutlich entspannter, als in der letzten Praxis am St. Elisabeth Krankenhaus.

Wir haben das St. Elisabeth Krankenhaus verlassen, um uns künftig ausschließlich auf ambulante PatientInnen konzentrieren zu können. Da nun auch die bisherigen stationären Behandlungseinheiten freigeworden sind, haben wir derzeit auch **kurzfristig** noch **freie Termine** zur Verfügung.

Die Kontaktaufnahme ist unter der folgenden Telefon-Nr. oder Email-Adresse möglich:

02461 / 6269688 - physioness@gmx.de

Es erwarten Sie in unserer Praxis hochqualifizierte und engagierte Therapeuten, zum Großteil in den Niederlanden (mit Bachelor-Abschluß) und an deutschen Unikliniken ausgebildet. Hinzu kommen polnische TherapeutInnen mit Masterabschluß. Diese, verbunden mit modernen und gut ausgestatteten Praxisräumen, bilden eine Atmosphäre, in welcher in Zusammenarbeit mit dem Patienten und den Ärzten, die bestmöglichen Therapieerfolge erreicht werden sollen.

Schauen Sie gerne in unsere Homepage hinein. Weitere Informationen unter

www.physioness-meinepraxis.de

Wir freuen uns auf Sie.



Praxis für Physiotherapie | Münstereifeler Straße 7 in Jülich | Telefon: 02461 – 62 69 68 8 | E-Mail: physioness@gmx.de

Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Macht mit! Komm vorbei!

Wir treten für die Demokratie ein. Wir wollen Klimaschutz, der im Kleinen Großes bewirkt. Wir leben tolerant und mitmenschlich. Wir wollen wirken, zusammen. Mit Euch. Mit dir! Für Jülich. Für die Welt. Wir brauchen dich.

Du überlegst, bei BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN in Jülich mitzumachen?

Dann meld dich bei uns. Du brauchst nicht direkt Mitglied zu werden. Wir loten dann aus, wo deine Interessen liegen. Wir, das sind Leute zwischen 18 und 80, eine bunte Truppe - gespannt auf Dich und deine Standpunkte. Wir reden miteinander, legen unsere

Standpunkte gemeinsam fest. Was wir im Stadtrat vertreten wollen. Wo wir uns aktiv einbringen können.

Die Arbeit teilen wir auf, wie in jedem Team, von der Idee über den Instagram-Post bis zum Rückblick. Es soll Spaß machen. Und es macht Spaß, etwas zu bewirken. Du kannst uns in im Ortsverband oder auch in der Fraktion unterstützen. Gegenwärtig suchen wir beispielsweise noch jemanden, der oder die sich als sachkundige/r Bürger oder Bürgerin im Planungs-, Umwelt- und Bauausschuss engagieren möchte.

Aber erst einmal sollten wir uns

kennenlernen. Gerne bieten wir Interessierten ein erstes Treffen an. Unsere Vorstands- und Fraktionssitzungen finden hybrid (Präsenz und online) statt. So kannst du auch von zu Hause aus teilnehmen. Wer sich für spezielle Themen interessiert kann in Landes- oder Bundesarbeitsgemeinschaften mitwirken. Und wer keine Zeit hat, kann uns mit Geld - steuerlich absetzbar - helfen: Deine Spende hilft bei der Umsetzung GRÜNER Ziele.

Über folgende Kommunikationswege erreichst Du uns:

Mail: info@gruene-juelich.de

Telefon: 02461/40 60 554



Bündnis 90/Die Grünen - Ortsverband Jülich

Wenn du uns deine E-Mail-Adresse schickst, nehmen wir Dich in unseren Verteiler. So verpasst Du keinen Termin, wo du mitmachen könntest! Wir - der Ortsverband Jülich von BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN - freuen uns auf dich. Christine Klein (Sprecherin) Sebastian Steininger (Sprecher)

Ende: Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Pfarrei Heilig Geist Jülich

Samstag, 19. November, Hl. Elisabeth

8.30 Uhr - MGJ Hl. Messe
12.05 Uhr - Propstei Matinee zur Marktzeit
14.30 Uhr - Barmen Tauffeier
16 Uhr - Koslar Tauffeier
Vorabend zum Christkönigs-sonntag
Kollekte für die Diaspora
17.30 Uhr - Stetternich Wort-Gottes-Feier
17.30 Uhr - Selgersdorf Hl. Messe mit der Missionsgruppe Selgersdorf/Krauthausen und zum Patrozinium der St. Katharina-Schützenbruderschaft Selgersdorf (Pfr. Keutmann)
17.30 Uhr - Krauthausen Wort-Gottes-Feier
19 Uhr - Barmen Hl. Messe (Pfr. Frisch)

Sonntag, 20. November - Christkönigs-sonntag

Kollekte für die Diaspora
9.15 Uhr - Lich-S'straß Wort-Gottes-Feier (C. Banse)
9.15 Uhr - Koslar Wort-Gottes-Feier (H. Wagner)
9.30 Uhr - Mersch Wort-Gottes-Feier mit Cäcilienfest des Kirchenchores (Diakon Hecker)
9.30 Uhr - Rochus Hl. Messe (Pfr. Keutmann)
10 Uhr - Overbach Hl. Messe (P.

Johnson)

10.45 Uhr - Propstei Familienmesse - auch als Livestream - mit dem Kinderchor der KGS/ Pfarrei Heilig Geist (Pfr. Frisch)

11 Uhr - Güsten Hl. Messe (F. James Victor)

11 Uhr - Sales Wort-Gottes-Feier
11 Uhr - Kirchberg Wort-Gottes-Feier

16 Uhr - Rochus Hl. Messe in portugiesischer Sprache (Pfr. Veras da Silva)

17 Uhr - Rochus Gospelkonzert der RochusVoCaLe

19 Uhr - Propstei Neuer Sonntagabend

„Würde - MACHT - menschlich“ (B. Biel & M. Hahn)

Dienstag, 22. November, Hl. Cäcilia

9 Uhr - Selgersdorf Frauenmesse im Stephanushaus
anschl. gemeinsames Frühstück
17 Uhr - Barmen Rosenkranzgebet

17.30 Uhr - Barmen Hl. Messe
17.30 Uhr - Propstei Hl. Messe
17.30 Uhr - Kirchberg Betstunde der Frauengemeinschaft zum ewigen Gebet

18.30 Uhr - Broich Hl. Messe

Mittwoch, 23. November

17.30 Uhr - Propstei Hl. Messe
18 Uhr - Koslar Rosenkranzgebet
19 Uhr - Overbach Hl. Messe

Donnerstag, 24. November

17 Uhr - Propstei Eucharistische Anbetung

17.30 Uhr - Propstei Hl. Messe

Freitag, 25. November, Hl. Katharina von Alexandrien

17.30 Uhr - Propstei Hl. Messe

Samstag, 26. November

8.30 Uhr - MGJ Hl. Messe
14.30 Uhr - Sales Tauffeier
Vorabend zum 1. Adventssonntag
17.30 Uhr - Welldorf Hl. Messe (Pfr. Keutmann)

17.30 Uhr - Stetternich Wort-Gottes-Feier

17.30 Uhr - Krauthausen Wort-Gottes-Feier

17.30 Uhr - Selgersdorf Wort-Gottes-Feier (B. Brüsselbach)

19 Uhr - Broich Hl. Messe mit Segnung der neuen Krippenfigur (Pfr. Frisch)

19 Uhr - Barmen Wort-Gottes-Feier (A. Müller)

Sonntag, 27. November - 1. Adventssonntag

Adventssonntag

9.15 Uhr - Lich-S'straß Wort-Gottes-Feier (D. Kagermeier)

9.15 Uhr - Koslar Hl. Messe (Pfr. Frisch)

9.30 Uhr - Mersch Wort-Gottes-Feier

10 Uhr - Overbach Hl. Messe (P.Eßer)

10.45 Uhr - Propstei Hl. Messe mit der Jugendkirche - auch als Live-Stream (Pfr. Frisch)

11 Uhr - Sales Wort-Gottes-Feier

11 Uhr - Schophoven Hl. Messe (Pfr. Keutmann)

17 Uhr - Propstei Adventsmusik des Chores Ton-Art

Dienstag, 29. November

17.30 Uhr - Propstei Hl. Messe

Mittwoch, 30. November, Hl. Andreas, Apostel, Patrozinium in Lich-Steinstraß

17.30 Uhr - Propstei Hl. Messe

18 Uhr - Koslar Rosenkranzgebet

19 Uhr - Overbach Hl. Messe



Diese Azubis sind top!

Vier Auszubildende der Mechanischen Werkstatt am Campus Jülich schneiden bei Abschlussprüfung mit „sehr gut“ ab



Arbeiten gerne in der Mechanischen Werkstatt am Campus Jülich: Arvid Kniel (links) und Finn Dohmes.
Foto: FH Aachen | Nina E. Schreyer

Einmal im Jahr ehrt die Industrie- und Handelskammer Aachen (IHK) diejenigen Auszubildenden in der Region, die in ihrer Abschlussprüfung am besten abgeschnitten haben. Dieses Jahr wurden 125 von insgesamt 1491 Auszubildenden im Bezirk der IHK Aachen mit der Note „sehr gut“ bewertet. Mit dabei: Sebastian Böker, Finn Dohmes, Leon Frett und Arvid Kniel, die in der Mechanischen Werkstatt am Campus Jülich ihre Ausbildung als Industriemechaniker abgeschlossen haben.

Drehen, fräsen, Montagearbeiten: „Der Industriemechaniker ist ein echter Allrounder“, erklärt Finn Dohmes. Deswegen habe er sich für eine duale Ausbildung an der FH Aachen entschieden, berichtet der 22-Jährige. Neben der Ausbildung in der Werkstatt studiert er im Bachelor Maschinenbau am Fachbereich Energietechnik am Campus Jülich. Arvid Kniel nickt. Auch er hat seine Ausbildung hier in der Mechanischen Werkstatt

abgeschlossen. Nun arbeitet er fest in der Werkstatt, bis sein Maschinenbau-Studium am Fachbereich Maschinenbau und Mechatronik in Aachen im Oktober beginnt. „Man schöpft in der Ausbildung praxismäßig aus dem Vollen. Das ist einfach die beste Basis für ein Maschinenbaustudium“, erläutert er seine Entscheidung für eine Ausbildung.

Die Vielseitigkeit im Beruf

An der FH Aachen ist die Mechanische Werkstatt in Jülich die erste Anlaufstelle, wenn es um aufwendige Werkstücke und Vorrichtungen in Einzelfertigung für Versuchsaufbauten geht. Ebenfalls nimmt sie Aufträge von externen Unternehmen an. Die Auszubildenden können sich überall ausprobieren. „Am liebsten entwickle ich Projekte mit. Die Auftraggeber haben eine ungefähre Vorstellung. Wir überlegen, wie wir sie umsetzen und konzipieren einen Prototypen. Am Ende steht das fertige Produkt“, erzählt Ar-

vid. Neben den Aufträgen haben die Auszubildenden auch noch Zeit ihre eigenen Projekte zu verfolgen. Im Treppenhaus stehen mehrere Vitrinen mit ihren selbstgebauten Werken - ein Schachspiel, eine kleine Lokomotive und ein kleiner solarbetriebener Rennwagen.

Dem leitenden Werkstattmeister Michael Bergrath ist es wichtig, dass seine Auszubildenden in ihrer Zeit in seiner Werkstatt etwas lernen. Bergrath: „Wir verlangen Ergebnisse. Natürlich kontrollieren wir diese auch - das ist uns wichtig, damit die Auszubildenden auch etwas mitnehmen.“ Und so ganz ohne Druck gehe das nicht, findet der Werkstattmeister. Finn sieht das positiv: „Wir lernen mit Zeitdruck umzugehen, sodass wir auch lernen schneller zu arbeiten - und Arbeit gibt es immer.“

Großer Erfolg keine große Überraschung

Ganz überraschend kam für Werk-

stattleiter Bergrath die sehr guten Bewertungen der IHK nicht. „Ich habe natürlich schon im Laufe der Ausbildung gesehen, wie engagiert sie sind, da waren die Erwartungen natürlich hoch - trotzdem habe ich mich sehr für sie gefreut.“ Walburga Hüllenkremer, die Ausbilderin der Azubis, ergänzt: „Ich freue mich sehr über diesen Erfolg und gratuliere meinen jungen Kollegen sehr, sehr herzlich! Die Bedingungen hier vor Ort sind wirklich ideal und entsprechen modernsten Anforderungen an eine gewerblich-technische Ausbildung. Mit Blick auf die sehr guten Abschlussergebnisse macht sich die Investition in die Ausbildungswerkstatt offensichtlich bezahlt.“ Dies zeigt sich auch in den Ausbildungsabläufen: So konnte Leon Frett seine Ausbildungszeit aufgrund seiner sehr guten Leistungen verkürzen.

Die Zukunftspläne von Arvid und Finn stehen schon fest: Während sich Arvid auf sein Maschinenbaustudium im Oktober freut, möchte Finn nach seinem Bachelorstudium seinen Master neben dem Job absolvieren. Sie sind sich einig: Sie würden sich immer wieder für eine Ausbildung in der Mechanischen Werkstatt entscheiden. Arvid erzählt: „Man merkt der Werkstatt an, dass der Hauptaspekt auf der Ausbildung liegt. Die meisten Industrieunternehmen haben gar nicht die Zeit oder die Kapazität so gut auszubilden.“ Finn ergänzt: „Die Arbeit in der Werkstatt ist super. Die Ausbildung ist qualitativ sehr hochwertig. Außerdem machen Herr Bergrath und Frau Hüllenkremer einfach einen extrem guten Job.“



Die nächste Ausgabe erscheint am:
Samstag, 03. Dezember 2022
Annahmeschluss ist am:
25.11.2022 um 10 Uhr

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

IMPRESSUM JÜLICH MAGAZIN

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 Christoph de Vries
 Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:
 Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG vierzehntäglich

V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

· Politik

CDU Achim Maris

SPD David Merz

Kostenlose Haushaltsverteilung in Jülich, Zustellung ohne
 Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media
 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Wa-
 renzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hin-
 weise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete
 Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wi-
 der.

**Handhabung für unverlangt hereingegebene
 Pressematerialien**

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Rich-
 tigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit.
 Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückge-
 sandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen For-
 derungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse-
 oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert
 Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei ir-
 rümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bild-
 nachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung
 an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressema-
 terials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ih-
 re Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen
 elektronischen Medien zu verwenden.

KONTAKT

MEDIENBERATER

Andreas Gretscher
 Fon 02427 90 24 50
 a.gretscher@rautenberg.media

VERTEILUNG

Mobil 0176 32 40 39 74
 Herr Römerscheid
 mail@regio-pressevertrieb.de
 regio-pressevertrieb.de

SERVICE Fon 02241 260-112
 service@rautenberg.media

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

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

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

ZEITUNG

juelich-magazin.de/e-paper
 unserort.de/juelich

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT

Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rauten-
 berg Media über 80 Städte- und Gemeinde-
 zeitungen. Die Zeitungsartikel mit Bildmateri-
 al erscheinen auch unter unserort.de, der Soci-
 al-Media-Plattform von Rautenberg Media.
 Lernen Sie uns als 360° Media-Partner auch
 bei DRUCK (Broschüren, Kataloge, Geschäfts-
 papiere...), WEB (Homepages, Digitale Wer-
 bung, Shops...), FILM (Imagefilme, Kinospots,
 Produktfilme...) kennen.

Wir freuen uns auf Sie: rautenberg.media

ZEITUNG

DRUCK

WEB

FILM

RAUTENBERG

MEDIA

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN

ONLINE BESTELLEN

www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Angebote

Antiquitäten

**www.antiquitaeten-dreiners-
 muehle.de**

Schöne wohnfertige antike Möbel und
 vieles mehr in gepflegten Räumen
 übersichtlich präsentiert. 52379
 Langerwehe, Hauptstr. 154,
 Tel.: 0173/4698752. AUSVERKAUF!

Automarkt

Sonstige/s

Auto total KFZ Meisterbetrieb

H.Contzen: Ihre SCHNELLE-PREIS-
 WERTE-GUTE KFZ Werkstatt. Inspek-
 tionen, moderne Fehlerauslese, Klima-
 service, Reifenhandel, Unfall-
 instandsetzung, Fahrzeug- Reparatu-
 ren aller Art an ALLEN Marken.
 TÜV+AU im Haus. Tel 02428/5884
 Inden/Pier (Gewerbegebiet)
www.autototal-inden.de

Haus und Garten

**Sägeketten schärfen / Häcksler-
 Vermietung**

Kette schärfen ab 4,00 EUR/Stk. E-
 teile, Verk., Rep. v. Rasenmähern/Trak-
 toren, Motorsägen uvm., alle Fabri-
 kate, Hol- u. Bringservice. Fa. Weid-
 gang - Tel. 02421/76766, Lindenstr. 7,
 Nörv.-Rommelsheim,
www.weidgang.de

Stellenmarkt

**WIR SUCHEN FÜR DIESE ZEITUNG
 ZUSTELLER**

für einen festen Zustellbezirk. Bei In-
 teresse einfach anrufen oder
 WhatsApp schreiben an 02241/260-
 380. REGIO PRESSEVERTRIEB GMBH



AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de
 "Wohnmobilcenter Am Wasserturm"



ANKAUF

Ankauf: Kleidung aller Art, Pelze,
 Taschen, Näh- u. Schreibm., Spinn-
 räder, Schmuck, Jagdzubeh., Orden,
 Kameras, Bernstein, Porzellan, Krüge,
 Bleikristall, Puppen, Teppiche,
 Gemälde, Zinn, altdt. Möbel, Silber-
 besteck, Münzen, Uhren, Lampen, LP's.

Fa. Hartmann 0162-8971806

Familien

RAUTENBERG MEDIA

ANZEIGENSHOP

FGB 20-13

43 x 90 mm

ab 18,00

Für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media

Gesuche

An- und Verkauf

Achtung! Seriöse Dame sucht:

komplette Haushaltsauflösung,
 Rollatoren, Hörgeräte, Porzellan, Arm-
 banduhren, Orientteppiche, Schmuck,
 Essbesteck, Zahngold, Melitaria 1. +
 2. Weltkrieg, Streichinstrumente. Tel.
 0177/7381279, Fr. Koppenhagen

Kaufgesuch

Junges Herrenmodel kauft

Pelzmäntel und Pelzjacken sowie
 Designerhandtaschen.
 Tel.: 0163/8868565

Suche Pelzmäntel / - jacken

z.B. Nerz, Ozelot, Luchs, Stolas, Bro-
 schen, Uhren. Bitte alles anbieten.
 Tel. 0163/1950485

Sammler

Sammler SUCHT alles an:

alten Militärsachen, Papiere, Auswei-
 se, Urkunden, Soldatenfotos oder Al-
 ben, Helme, Orden, Dolche, Säbel,
 Dekowaffen etc. Einfach alles anbie-
 ten unter: Tel. 0177/8695521



DIENTLEISTUNG

Malerei, Wärmedämm-, Trockenbau und
 Bodenverlegearbeiten, günstige Festpreise,
 saubere Ausführung, Termine frei.
 Tel. 02429/908144 od. 0170/7555363

Fragen zur Verteilung?

RÖMERSCHIED · FON 0176 32403974
mail@regio-pressevertrieb.de

www.regio-pressevertrieb.de

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH
 Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

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 €

02241 260-400 Telefonische Beratung

RAUTENBERG MEDIA

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

ÖRTLICHE NOTDIENSTE

Samstag, 19. November

Apotheke Bacciocco Jülich-Koslar

Kreisbahnstraße 35, 52428 Jülich (Koslar), 02461/58646

Sonntag, 20. November

St. Martin Apotheke

Rurstraße 48, 52441 Linnich, 02462/1006

Montag, 21. November

Schlossplatz-Apotheke

Römerstraße 7, 52428 Jülich, 02461/50415

Dienstag, 22. November

Rur Apotheke

Kleine Kölnstraße 16, 52428 Jülich, 0246151152

Mittwoch, 23. November

Martinus Apotheke

Frauenrather Straße 7, 52457 Aldenhoven, 02464/6500

Donnerstag, 24. November

Adler-Apotheke

Hauptstraße 1, 41812 Erkelenz-Loevenich, 02435/948160

Freitag, 25. November

Post-Apotheke

Kölnstraße 19, 52428 Jülich, 02461/8868

Samstag, 26. November

Rosen-Apotheke

Niederzierer Straße 88, 52382 Niederzier, 02428/6699

Sonntag, 27. November

Apotheke am Markt

Hauptstraße 120, 52499 Baesweiler (Setterich), 02401/8019995

Montag, 28. November

Apotheke Bacciocco Jülich am Markt

Marktplatz 5, 52428 Jülich, 02461/2513

Dienstag, 29. November

Adler-Apotheke

Rathausstraße 10, 52459 Inden, 02465/99100

Mittwoch, 30. November

Rosen-Apotheke

Peterstraße 119, 52353 Düren (Merken), 02421/81220

Donnerstag, 1. Dezember

Nord Apotheke

Nordstraße 1a, 52428 Jülich, 02461/8330

Freitag, 2. Dezember

Marien-Apotheke

Marienstraße 1, 52457 Aldenhoven, 02464/1754

Samstag, 3. Dezember

Karolinger-Apotheke

Karolingerstraße 3, 52382 Niederzier (Huchem-Stammeln), 02428/94940

Sonntag, 4. Dezember

Rur Apotheke

Kleine Kölnstraße 16, 52428 Jülich, 0246151152

Angaben ohne Gewähr

Zahnärztlicher Notdienst

0180/5986700

Tierärztlicher Notdienst

02423/908541

Tierschutzverein

02461/348700

Malteser Hilfsdienst

02461/973530

Deutsches Rotes Kreuz Jülich

02461/34360

Ambulante Hospizbewegung

Düren-Jülich

02421/393220

Lebens- und Trauerhilfe

0151/28042584

Anonyme Alkoholiker

0176/50087394

Sozialdienst katholischer Frauen

02461/50453

Psychologische Beratungsstelle,

Jülich

02461/52655

Nebenstelle Aldenhoven

02464/5858198

Nebenstelle Linnich

02462 2018860

Die Kette Düren in Jülich

02461/621045

Ehrenamtlicher Einkaufsdienst

Anrufzeiten, 9 bis 12 Uhr

Gisela Booz, 02461/57618

Renate Hövelmann,

02461/910175

Ruth Tavernier-Schwab,

02461/340444

Hilfe-Netzwerk Bourheim

Anfragen 9 bis 12 Uhr

0157/52738262 (Fücker)

Hilfe-Netzwerk Daubenrath

Das Hilfenetzwerk in Dauben-

rath ist täglich erreichbar un-

ter 02461/7186 mit Anrufbe-

antworter. Familie Eßer nimmt

die Anfragen entgegen und

informiert einen Helfer. Zeit-

nah erhalten Sie eine Antwort

und die gewünschte Unter-

stützung. Die ehrenamtlichen

Helfer bieten Alltagsunter-

stützung für die Dorfbewoh-

ner an.

Beratungsstelle für Frauen und Mädchen

Beratung in Problem- und Kri-

sensituationen, bei häuslicher

und sexualisierter Gewalt,

Jülich

02461/58282

Technische Dienste

NGW-Entstördienst Erdgas-

und Wasserversorgung, Be-

triebsstelle Linnich

02462/206746

Stadtwerke Jülich, Störungs-

und Notfalltelefon

02461/625110

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.

ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Opfer-Notruf **116 006**



• Heimweg-Telefon

Für alle, die sich vom mülligen 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



Fahrradtransport mit dem Auto - aber sicher

Der Fahrradboom ist ungebrochen, noch nie wurden so viel Fahrräder verkauft wie im letzten Jahr. Wer Touren außerhalb seiner Wohnumgebung machen möchte, nutzt häufig das Auto als Transportmittel. Damit die

Tagestour sicher gelingt, ist ein Fahrradträger für die Anhängerkupplung, das Dach oder die Heckklappe nötig. Egal, für welches Modell die Entscheidung fällt: „Generell beeinträchtigt jeder Fahrradträ-

ger die gewohnten Fahreigenschaften des Autos“, weiß Günther Kahlert, TÜV SÜD-Experte. Mit der Montage und dem Beladen verändern sich das Gesamtgewicht, der Schwerpunkt und der Luftwiderstand des Autos. Daher ist es empfehlenswert, zunächst eine Probefahrt mit Lenk- und Bremstest durchzuführen.

Wer ein Auto mit Anhängerkupplung hat, greift zum Anhängerkupplungsträger (AHK-Träger). Durch die niedrige Ladehöhe sind sie komfortabel zu erreichen. Das Gestell wird einfach auf den Kugelkopf der Anhängerkupplung montiert. Schnelles Be- und Entladen ist möglich und auch ein schweres Pedelec oder E-Bike kann hier sicher und einfach befestigt werden.

Wer seine Räder auf dem Dach transportieren möchte, kann den Träger an der Dachreling

befestigen. Für Autos ohne Reling gibt es Modelle mit Fixpunkt- und Klemmbefestigungen. Vorteile sind die freie Sicht nach hinten und der freie Zugang zum Kofferraum.

Allerdings reagiert ein am Dach beladenes Fahrzeug viel sensibler auf Seitenwind.

Als preisgünstigste Variante ist der Heckklappenträger zu nennen, dieser eignet sich für PKW-Kombis, Kleinwagen oder Transporter. Wer nur ein oder maximal zwei Räder transportieren möchte, ist hiermit gut beraten. Mehrere Räder bringen zu viel Gewicht auf die Heckklappe, ebenso sind Elektrofahrräder zu schwer.

Generell sollte bei der Wahl des Trägers auf Qualität und Sicherheit geachtet werden.

Geprüfte Produkte tragen das blaue TÜV SÜD Oktagon oder das GS-Zeichen für Geprüfte Sicherheit. (mso)

Neu- und Gebrauchtwagen
Volkswagen Jahreswagen von Mitarbeitern der VW AG

Autohaus Vossel KG
Heerstr. 54
53894 Mechernich
Tel.: 02443 31060

Volkswagen Economy Service Vossel & Kühn
Hermann-Kattwinkel-Platz 7
53937 Schleiden-Gemünd
Tel.: 02444 2212

Ihr Auto ist unsere Leidenschaft.
Finden Sie es selbst heraus,
denn bei uns sind Sie herzlich willkommen.

Gotzen
Ihr Vertragshändler in **ZÜLPICH**

Autohaus A. Gotzen GmbH & Co. KG
Industriestr. 1
53909 Zülrich
Tel.: 02252 / 1044
www.autohaus-gotzen.de



Es versteht sich von selbst, dass die Befestigung der Zweiräder vor Fahrtantritt gewissenhaft zu überprüfen ist und Akkus von Pedelecs zu entfernen sind. mso/Foto: TÜV SÜD



Die Sauna - das ideale Rezept gegen Stress

Die Sauna zuhause hilft dabei, nachhaltig zu entspannen und neue Kräfte aufzutanken

Der Körper trainiert den Stressabbau durch regelmäßiges Saunabaden. Deshalb ist die Sauna daheim die ideale Stressbremse und ein willkommener Ausgleich im Alltag.

Ob abgesagter Urlaub, Verbanung ins Homeoffice, geschlossene Bäder und Fitnessstudios, reduzierte Kontakte zu Familie und Freunden - Die zur Eindämmung der Pandemie verhängten Maßnahmen führten auch bei vielen Menschen zu erheblichen physischen und psychischen Problemen. Die Menschen schlafen weniger, legen mangels Bewegung an Gewicht zu und greifen häufiger zu Tabak und Alkohol. Eine Untersuchung durch Studienleiterin Tania Singer, wissenschaftliche Leiterin der Forschungsgruppe Soziale Neurowissenschaften an der Charité Berlin, hat die Folgen dieser pandemiebedingten Einschränkungen auf die psychische Gesundheit der Menschen sowie den sozialen Zusammenhalt von Januar 2020 bis April 2021 untersucht. Dazu wurde eine große Anzahl von Berlinerinnen und Berlinern online befragt, wie sie die Corona-Pandemie erlebt haben und wie sich ihr Leben in dieser Zeit verändert hat. Die Ergebnisse zusammengefasst: „Während der beiden Lockdowns nahmen die Lebenszufriedenheit, der

Optimismus und die positiven Gefühle der an der Umfrage teilnehmenden Personen drastisch ab“, so Tania Singer. Aber auch ohne Pandemie haben die Stressfaktoren in den vergangenen Jahren deutlich zugenommen. Stress wird immer mehr zu einer Belastung, der über längere Zeit schließlich negative Auswirkungen auf die Gesundheit hat.

Dabei gibt es bewährte Maßnahmen, wie sich das subjektive Stressgefühl wirkungsvoll reduzieren lässt. Auch und gerade in schweren Zeiten, wenn viel Negatives auf einen einstrahlt und die Nerven mal wieder arg strapaziert werden. Ein seit Jahrzehnten erprobtes Mittel ist die Sauna in den eigenen vier Wänden. Wer in eine eigene Sauna investiert, schenkt sich und seiner Familie Entspannung, Gesundheit und Wohlbefinden und eine stressfreie Auszeit vom Alltag. Zahlreiche Studien belegen, dass sich Saunabaden ideal dafür eignet, um ungesunden Stress abzubauen. Wer regelmäßig in die Sauna geht, fühlt sich dauerhaft ausgeglichener und trainiert außerdem Herz, Kreislauf und Immunsystem. Die Sauna hilft dabei, nachhaltig zu entspannen und neue Kräfte aufzutanken.

Schon seit langem ist bekannt: Die sanften thermischen Reize,

die der Körper beim Aufenthalt in der Sauna erfährt, haben nicht nur positive Auswirkungen auf die Gesundheit und das Wohlbefinden, sondern wirken sich auch entspannend auf die menschliche Psyche aus. Durch den Wechsel von Warm und Kalt wird nicht nur die physische Anspannung, sondern auch der innere Stress abgebaut. Denn auch den Stressabbau trainiert der Körper durch regelmäßiges Saunabaden. Deshalb ist die Sauna daheim die ideale Stressbremse und ein willkommener Ausgleich im Alltag. Ein ganz wichtiger Punkt: Die eigene Sauna hat immer geöffnet, wann es einem passt und man sich etwas Gutes tun will.

Die Sauna daheim macht noch mehr Spaß, wenn hochwertiges Holz verarbeitet wurde und die Qualitätskriterien erfüllt sind, die an eine Sauna mit dem RAL-Gütezeichen gestellt werden. Welche Kriterien beim Saunakauf zu beachten sind, finden Interessenten in einer Broschüre der Gütegemeinschaft Saunabau, Infrarot und Dampfbad e.V. Die Gütegemeinschaft verleiht das RAL-Gütezeichen für Saunen und Infrarotkabinen auf Basis von 30 Qualitätskriterien und bietet dem Verbraucher damit Orientierung beim Kauf. Weitere Informationen dazu finden Sie unter www.saunaverbaende.de.



Foto: Gütegemeinschaft Saunabau

Fliesen

Ecker

GmbH

- Beratung - Planung - Verkauf
- Diverse Bad-Accessoires
- Verlegung von Fliesen - Mosaik Marmor + Granit

Schmiedestraße 12 • 52379 Langerwehe-Schlich
☎ 0 24 23 / 31 95 Fax 0 24 23 / 38 54

Fertigarage + Garagentor

Carport + Gerätehaus

Große Ausstellungen - eigene Montage

Hier, jetzt, gut und günstig!

Tel. 02403 87480
info@graafen.de
www.graafen.de
Katalog Gratis!

graafen
seit 1905

Am Johannesbusch 3
53945 Blankenheim
+ Talstraße 60-68
52249 Eschweiler

MEHR ALS NUR TORE ...

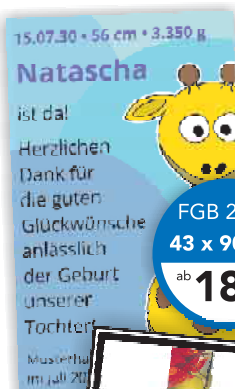
J & R - Tore

Mühlhövener Straße 15a 52353 Düren-Hoven T. 02421 / 88 04 15 www.jr-tore.de

neu

Familien ANZEIGENSHOP

RAUTENBERG
MEDIA



FGB 20-13
43 x 90 mm
ab **18,00***



F 68-06
43 x 45 mm
ab **9,00***

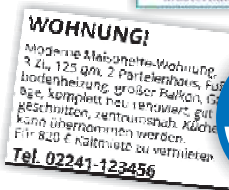


FH 06-13
43 x 120 mm
ab **24,50***



TD 12-12
90 x 90 mm
ab **110,00***

FS 06-13
43 x 60 mm
ab **12,00***



K03_15
43 x 30 mm
ab **6,00***

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

Online Familien-Anzeigen: für alles was wirklich zählt!

shop.rautenberg.media

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
Andreas Gretscher
FON 02427 902450
E-MAIL a.gretscher@rautenberg.media

Budo for peace

Benefiz-Veranstaltung zu Gunsten der Ukraine

Wenn bei der Karate Akademie Düren e.V. das Telefon klingelt, dann geht es meistens um ein neues Projekt: das Budo-for-peace-Event am 3. Dezember in der Turnhalle des Burgau-Gymnasiums, Karl-Arnold-Straße 5, zu der etliche Kampfsportvereine aus Düren und Umgebung einladen. Der erste Vorsitzende der Karate Akademie, Klaus Schomann, freut sich ungemein auf diese Veranstaltung und das aus gutem Grund: selten, so seine Aussage, haben sich so viele Referenten verschiedener Kampfsport- beziehungsweise Kampfkunstsysteme unter dem Zeichen der Solidarität zusam-

mengefunden, um ihr Wissen weiterzuvermitteln. Allen Teilnehmern ist es ein Anliegen, der Ukraine Hilfe von Peter Borsdorf, der überregional mit seiner Aktion „running for kids“ bekannt ist, zu helfen.

Seit 2001 ist die Stadt Stryj in der Ukraine partnerschaftlich verbunden und so ist es naheliegend den Menschen dort vor Ort, insbesondere den Kindern, zu helfen! Die Initiative zu diesem Event entstand vor circa zwei Monaten unter den Mitgliedern der Karate Akademie Düren e.V. und es haben, so Klaus Schomann, Dürens Kampfsportvereine schnell eine

Sprache der Verbindung und des Respekts gefunden. Das unermesslich große Leid der Menschen in der Ukraine ruft uns zur Solidarität und zur raschen Hilfe auf, so waren sich alle Referenten einig.

Am 3. Dezember werden Helmut Titz (Ju Jitsu), Georg Janzen (Jiu Jitsu), Rudolf Riegauf, Viola Nachtigall, Robert Rasemann, Martina Schmutzler Jahn, Mohamed Elkaïm (alle Karate), Midori Kato (Kendo), Detlef Fischer, Hapkido Baktash Saidi (Thaiboxen), Dominik Lansen (krav maga), Mario de Luca (Wingtsun), Jörg Michael, Reiki, Vanessa Rasemann, Kokoro, Heiko

Fiedler, selbstverteidigung Donato de Luca qigong und Nikolaus Borchert, Aikido ihr Können in jeweils einstündigen Workshops vermitteln!

In der Pause spielt der bekannte Dürener Akustikgitarrenkünstler Patrick Nachtigall Auszüge aus seinem großen Repertoire. Man hofft auf rege Teilnahme und man muss auch kein Kampfsportler sein, um dabei zu sein! Der Erlös auch von der reichhaltigen Cafeteria wird komplett an die Aktion von Peter Borsdorf Kinder in Stryj/Ukraine gespendet. Die Übergabe wird am Lehrgangstag stattfinden. Der Eintrittsbeitrag beträgt 4 und die Lehrgangsgebühr 7. Weitere Informationen sind auf der Homepage, der Facebook-Seite und der Instagram-Seite der Karate Akademie Düren.



Thomas Neugebauer
KFZ-Meisterbetrieb

Josefsweg 2 · 52459 Inden-Schophoven
Telefon 0 24 65 / 25 55
Fax 0 24 65 / 33 93
E-Mail: neugebauer.kfz@t-online.de
Internet: www.neugebauer-kfz.de

Heimsauna
Ausstellung!

Element + Blockbohle
Gerne auf Maß gebaut!

Talstraße 60-68, 52249 Eschweiler
info@graafen.de ☎ 02403 87480

Außen- und Innensaunen - Katalog gratis!

Anwaltskanzlei Dr. Beck GbR

Rechtsanwälte – Fachanwälte – Jülich



Dr. Friedhelm Beck
Fachanwalt für Familienrecht
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Gesellschaftsrecht – Steuerrecht
vereidigter Buchprüfer

Stephan Thiel
Fachanwalt für Erbrecht
Baurecht – Sozialrecht
Versicherungsrecht

Christian Österreicher
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Strafrecht – Mietrecht
Verkehrsrecht – Bußgeldrecht

Jennifer Ellen Bahne
Rechtsanwältin
(im Anstellungsverhältnis)
Familienrecht – Medizinrecht
Reiserecht

Tel. 02461.93550 – E-Mail anwalt@advobeck.de
52428 Jülich, Neusser Str. 24 – www.advobeck.de



Bestattungen Franken

Der Lichtblick an Ihrer Seite

Alte Dürener Straße 5, 52428 Jülich
0 24 61/9 86 98 57, 01 78/4 15 54 15

kontakt@bestattungshaushlichtblick.de
www.bestattungshaushlichtblick.de

Wir sind
Tag und Nacht
für Sie
erreichbar.



Rasanter Wandel

Nachwuchskräfte im Bankwesen müssen flexibel auf Veränderungen reagieren können

In der Bankenbranche beeinflussen die Digitalisierung sowie der rasante gesellschaftliche Wandel schon seit Längerem das Arbeitsumfeld der Beschäftigten. Auch für die Nachwuchskräfte gilt: Gefragt sind der gezielte Umgang mit den neuen digitalen Instrumenten sowie die Fähigkeit, schnell auf Veränderungen zu reagieren

und sich flexibel auf neue Ziele und Herausforderungen einzustellen. In der Gemeinschaft klappt das besser als alleine. Einer der größten Arbeitgeber innerhalb des deutschen Bankwesens, die Volksbanken und Raiffeisenbanken, haben deshalb beispielsweise das Azubi-Netzwerk „Next“ ins Leben gerufen. Hier kann sich der Nach-

wuchs etwa in Blogs austauschen. Wie kann man heute als junger Mensch ins Bankwesen einsteigen? Hier die drei wichtigsten Optionen im Überblick.

1. Ausbildung zur Bankkauffrau oder zum Bankkaufmann

Die neue Ausbildungsordnung soll nach wie vor fachliche Kompetenzen wie Vermögensbildung, Vorsorge, Kreditgeschäft

oder Bau- und Unternehmensfinanzierung vermitteln. Neben vielen digitalen Aspekten werden jetzt aber auch kommunikative Fähigkeiten wie Beratungskompetenz verstärkt in den Mittelpunkt rücken. Damit soll die Bankausbildung digitaler, transparenter, kunden- und praxisorientierter werden. „Triebfeder für die neue Ausbildungsordnung waren die grundlegenden Umbrüche in der Bankenbranche“, erklärt Dr. Stephan Weingarz, Abteilungsleiter Personalmanagement beim Bundesverband der Deutschen Volksbanken und Raiffeisenbanken (BVR).

2. Duales Studium

Für Abiturienten, die sowohl ein Studium als auch eine praxisbezogene Ausbildung absolvieren wollen, ist das duale System eine interessante Perspektive. Die Studierenden lernen wie bei einer normalen Ausbildung die Kundenberatung in der Filiale kennen und arbeiten in verschiedenen zentralen Abteilungen wie der Kreditabteilung, dem Marketing oder dem Controlling mit. Parallel absolvieren sie an einer Berufsakademie, dualen Hochschule, Fachhochschule oder Universität ein betriebswirtschaftliches Studium. Der duale Weg bietet den Vorteil eines unmittelbaren Einblicks in die Praxis - kombiniert mit theoretischem Wissen. Darüber hinaus wird wie bei der Ausbildung eine Vergütung gezahlt.

3. Quereinstieg

Am Anfang der Tätigkeit in der Bank muss nicht zwingend die klassische Bankausbildung stehen. Neben eigenem Nachwuchs stellen die Institute auch Hochschulabsolventen, Berufserfahrene und Quereinsteiger ein. „Dass alle wichtigen Entscheidungen vor Ort getroffen werden, ist gerade für angehende Führungskräfte ideal. Die dezentrale Struktur und flache Hierarchien bieten ein hohes Maß an Gestaltungsspielraum und Verantwortung“, so Dr. Stephan Weingarz. (djd)

Online lesen: juelich-magazin.de/e-paper
Social-Media: [unsereort.de/juelich](https://www.instagram.com/unsereort.de/juelich)

+++ Rubrik SCIENCE: FH Aachen Campus Jülich +++ Forschungszentrum Jülich +++

Wir suchen AUSTRÄGER/*/INNEN

jeden Alters für das JÜLICH MAGAZIN in

☐ **Pattern, Mersch**

☐ **Stetternich**

Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet
nur wenige Stunden im Monat | freitags oder samstags | Prospekte sind in die Zeitungen bereits maschinell eingelegt | einzige Voraussetzung: Sie sind mindestens 13 Jahre alt

Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt

➤ regio-pressevertrieb.de/bewerbung

➤ oder unteren Abschnitt in DRUCKBUCHSTABEN ausfüllen und senden an:
REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH · z. Hd. Fr./Hr. Römerscheid · Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
FON 0176-3240 3974 · E-MAIL mail@regio-pressevertrieb.de

Gerne per WhatsApp

0176-3240 3974

oder mit diesem QR-Code bewerben!

AUSTRÄGER/*/INNEN für das JÜLICH MAGAZIN in

☐ **Pattern, Mersch**

☐ **Stetternich**

An

REGIO PRESSE VERTRIEB GmbH

Fr./Hr. Römerscheid

Kasinostraße 28-30

53840 Troisdorf

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon (für evtl. Rückfragen) / Geburtsdatum

E-Mail

Online lesen: juelich-magazin.de/e-paper
Social-Media: [unsereort.de/juelich](https://www.instagram.com/unsereort.de/juelich)

+++ Rubrik SCIENCE: FH Aachen Campus Jülich +++ Forschungszentrum Jülich +++

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

Studium und Beruf kombinieren

Im Bereich Gesundheit, Fitness und Sport werden dringend Fachkräfte gesucht

Das Gesundheitsbewusstsein bei den Menschen in Deutschland ist im Zusammenhang mit der Pandemie nochmals stark gestiegen. Neben der klassischen Gesundheitsversorgung sind auch Dienstleistungen des sogenannten zweiten Gesundheitsmarktes immer gefragter. Fitnesstraining ist dabei die mitgliederstärkste Trainingsform - die Studios leisten einen wichtigen Beitrag, damit Millionen Menschen von den vielfältigen Gesundheitseffekten profitieren können.

Studieren und Geld verdienen

Doch um in der Bevölkerung Bewegungsmangel, Fehlernährung und Übergewicht reduzieren zu können, werden dringend Spezialisten benötigt, die gesundheitsfördernde Interventionsmaßnahmen entwickeln. Für angehende Fachkräfte bietet sich etwa ein duales Bachelor-Studium im Bereich Gesundheitsmanagement an der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanage-

ment (DHfPG) an. Dabei kann man das Studium mit einer beruflichen Tätigkeit kombinieren. Mehr Infos auch zu den Bachelor-of-Arts-Studiengängen Fitnessökonomie, Sportökonomie, Gesundheitsmanagement, Fitnesstraining und Ernährungsberatung gibt es unter www.studieren-mitgehalt.de. Der Start ist jederzeit möglich, die Präsenzphasen können an einem der elf Studienzentren in Deutschland, Österreich und der Schweiz oder in digitaler Form absolviert werden. Dazu erhalten die Studierenden eine Vergütung, die sich in der Regel an den Gehältern von Auszubildenden orientiert.

Digitalisierung des Sport-, Fitness- und Gesundheitsmarktes

Neben den Leistungen des zweiten Gesundheitsmarktes haben auch digitale Dienste und Apps für das individuelle Training sowie Wearables immer mehr an Bedeutung gewonnen. Ausgaben für Aktivitäten in den Bereichen

Sport, Fitness und Gesundheit werden bereits von vielen Krankenkassen erstattet. Der interdisziplinäre Studiengang Bachelor-of-Science Sport-/Gesundheitsinformatik etwa qualifiziert die Absolventinnen und Absolventen, digitale Trainings-, Assistenz- und Datenverarbeitungssysteme speziell für die Sport-, Fitness- und Gesundheitsbranche zu entwickeln. (djd)



Immer mehr Menschen halten sich mit Sport fit und nutzen dabei auch sogenannte Wearables wie eine Fitnessuhr. Foto: djd/DHfPG



Wir sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf, Bohmte und Berlin. Lernen Sie uns kennen:

- 360° Media-Partner
- **ZEITUNG:** Zweitgrößter Wochenzeitungsverlag in Deutschland
- **DRUCK:** Hochwertige Druckprodukte von der Visitenkarte bis zum Buch
- **WEB:** Umfassende Web-Präsenzen und Web-Shops
- **FILM:** Erklären, präsentieren, werben mit Filmen
- Seit über 60 Jahren am Markt

Vertriebsassistent (m/w/d)

für den KREIS DÜREN gesucht.

Das bieten wir

- eine ausführliche Einarbeitung und einen abwechslungsreichen Vollzeitarbeitsplatz in der kreativen Medienbranche
- eine 37,5 Stunden Woche sowie flexible Arbeitszeiteinteilung, für eine ideale Work-Life-Balance
- eine attraktive Vergütung in Form von einem Festgehalt plus Provision
- einen sicheren Arbeitsplatz mit familienfreundlichen Rahmenbedingungen
- einen Homeoffice-Arbeitsplatz (100% Homeoffice möglich)

Das sind Ihre Aufgaben

- Umfangreiche Beratung Ihrer Kunden in unseren vier Geschäftsbereichen
- Erarbeiten passender Kommunikationsstrategien für Ihre Kunden
- Pflege der Bestandskunden sowie Neukundenakquise
- Enger Austausch mit Redaktion, Grafik und weiteren Abteilungen in unserem Haus

Das bringen Sie mit

- Sie sind vernetzt, zielstrebig, kundenorientiert und organisiert
- Ein sympathisch-selbstsicheres Auftreten
- Sprechen/schreiben gut/sehr gutes Deutsch
- PC-Kenntnisse (E-Mail-Kommunikation, Office-Programme, etc.)
- Erfahrung im Verkauf (Einzelhandel, Beratung)
- Einen Führerschein der Klasse B

Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen.

Mailen Sie Ihre ausführliche Bewerbung inkl. Lebenslauf (.pdf) – unter dem Stichwort: „Vertriebsassistent (m/w/d) – Kreis Düren“ an: karriere@rautenberg.media oder bewerben Sie sich **online**.



Gesund sein - Gesund werden - Gesund bleiben

Anzeige

Psychische Gesundheit ist ein wichtiges Element für ein gesundes und zufriedenes Leben. Manchmal bringen uns Belastungen aus dem Gleichgewicht. Es kann aber auch sein, dass wir unsere Psyche, unsere Seele und damit uns selbst, über lange Zeit hintenangelassen und übersehen haben.

Sie bei der Erlangung und Erhaltung Ihrer psychischen Flexibilität und Gesundheit zu beraten und zu unterstützen ist das Ziel von Michaela Schaefer.

„Der Therapeut muss danach streben, für jeden Patienten eine neue Therapie zu kreieren (Irvin D. Yalom, Der Panama-Hut)“ ist dabei ein wichtiger Grundsatz ihrer Arbeit.

In der Praxis für psychische Gesundheit begegnet sie Ihnen und Ihren Sorgen und Nöten auf Augenhöhe. Immer individuell auf Sie und Ihre Situation angepasst, erhalten Sie den Raum und die Möglichkeit, in geschützter Umgebung

an aktuellen Problemen oder auch alten Narben zu arbeiten. Dies kann die Unterstützung auf dem Weg aus der Krise sein oder auch bedeuten gemeinsam Ressourcen für unvermeidbare schwere Situationen zu finden und aufzubauen.

Fühlen Sie sich kraftlos, ratlos, erschöpft, ängstlich oder leer? Benötigen Sie Begleitung und Unterstützung bei schweren Erkrankungen, Trauer oder erkrankten Angehörigen? Befinden Sie sich in einer Lebenskrise oder haben mehr Stress als Sie ertragen können? Suchen Sie eine Unterstützung bei Veränderungen (z.B. Rauchentwöhnung) oder Hilfe bei der Vorbereitung auf eine Prüfung? Michaela Schaefer ist für Sie da, um Sie in der Krise oder durch schwere Angelegenheiten des Lebens zu begleiten. Das Wohlergehen ihrer Patienten/innen liegt der Heilpraktikerin (Psychotherapie) sehr am Herzen. Sie erhalten stets erstklassige Beratung und auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittene psychothe-

rapeutische Leistungen.

So sieht Michaela Schaefer mit Hilfe der integrativen Gesprächstherapie auch ihre Aufgabe vor allem darin, empathisch den Menschen und seine Probleme, Schmerzen und Nöte wahrzunehmen. Aus einer humanistischen Grundhaltung heraus nutzt sie Elemente aus der Gesprächstherapie nach Carl Rogers, der Gestalttherapie, systemischer Therapie, kognitiver Techniken wie zum Beispiel der Akzeptanz und Commitment Therapie. Als Heilpraktikerin (Psychotherapie) und Bachelor of Science (Psychologie) steht Michaela Schaefer Ihnen in der Krise für Beratungen, stützende Gespräche und Psychotherapie in Ihrer Praxis auf dem Hermannshof in Eschweiler über Feld zur Verfügung.

Professionelle Beratung und Therapie, nach Heilpraktiker Gesetz, in der „Praxis für psychische Gesundheit“ bietet Orientierungs-

und Klärungshilfe, fördert Entwicklungsmöglichkeiten und macht persönliche Ressourcen nutzbar.

Mens sana in corpore sano - Ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Wie sehr Körper, Geist und Seele aufeinander wirken und einander bedingen ist längst bekannt. Nicht umsonst sprechen schon alltägliche Redewendungen davon, dass uns etwas auf den „Magen schlägt“. Bei Michaela Schaefer steht darum Ihre psychische und seelische Gesundheit im Mittelpunkt - denn sie bestimmt das Denken, Fühlen und Handeln.

Informieren Sie sich über Tel.: 0157-51078539 oder Email: kontakt@michaelaschaefer-therapie.de oder auf Ihrer Website

michaelaschaefer-therapie.de über ihre Arbeit und das Leistungsspektrum. FH

SICHERN SIE SICH JETZT NOCH DIE STAATLICHE FÖRDERUNG!

Bei sofort verfügbaren CITROËN C5X



verschiedene Modelle sofort verfügbar!

MILZ & LINDEMANN
AUTOMOBILE

Hersteller-Umweltbonus 2.250 € + 4.500 € erhöhter staatlicher BAFA-Umweltbonus bei Zulassung bis zum 31.12.2022. Neuer Citroën C5 X Plug-in-Hybrid 225 e-EAT8 (Systemleistung 165 kW/224 PS): Kraftstoffverbrauch gewichtet, komb. in l/100 km: 1,4 - 1,3 und 16,0 - 15,9 kWh Strom/100 km; Elektrische Reichweite (komb.) in km: 59 - 60 (EAER), Elektrische Reichweite (innerstädtisch) in km: 62 - 64 (EAER City); CO₂-Emissionen gewichtet*, komb. in g/km: 30 - 29

Jetzt unverbindliches Angebot einholen!



FIAT

Jeep



Düren
0 24 28 - 80 97 10

Jülich
0 24 61 - 93 11 770

Übach-Palenberg
0 24 51 - 62 88 880

www.milz-lindemann.de