

moveo

MAGAZIN FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN



Auf den richtigen Weg gebracht

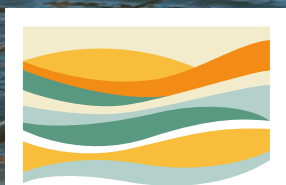
Heilpraktikerin Hoda Morscheck (S. 06)

Wie ein eingespieltes Orchester (S. 10)

Schiller Apotheke

Geborgenheit mit Köpfchen (S. 14)

Kluba Medical GmbH



PRIVATKLINIK DUISBURG

Das Leben wieder stärken

Private Tagesklinik für
Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie

T. 0203 348 68 310

info@privatklinik-duisburg.de
privatklinik-duisburg.de

privatklinik-duisburg.de

Indikationen

- Depressive Erkrankungen
- Angst- und Panikstörungen
- Anpassungsstörungen
- Stressfolgeerkrankungen
- Posttraumatische Belastungsstörungen
- somatoforme (Schmerz-) Störungen
- Psychische Folgen körperlicher Erkrankungen (z. B. Long Covid-Syndrom)

Lassen Sie sich von uns beraten.

moveo

MAGAZIN FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTSEIN



Foto: Luis Nelsen

Liebe Leserinnen und Leser,

es ist ein besonderes Jahr mit einem besonderen Jahresabschluss. 2022 hat die Welt aus ihren Angeln gehoben und nichts bleibt davon unbeeinflusst; nicht einmal das Weihnachtsfest. Wer sich auf festlich illuminierte Straßen freut, wird angesichts der Energiekrise wohl an vielen Orten enttäuscht werden. Und auch die heimischen Wohnzimmer bleiben am heiligen Abend vielerorts eher unterkühlt. Wenn die Energie im Außen fehlt, ist es umso wichtiger, die Energie im Inneren zu stärken. Angst, Ungewissheit und Sorgen sind wahre Energiefresser. Ihnen begegnet man am besten mit Bewegung und Achtsamkeit. Während Bewegung keiner großen Erklärungen bedarf, ist die Achtsamkeit ein bis zur Esoterik pervertierter Begriff. Dabei bedeutet er schlicht, sich auf das zu fokussieren, was man im Hier und Jetzt erlebt, sich nicht über das Vergangene zu grämen oder vor der Zukunft zu fürchten. Wie wir mit der Situation und dem Weihnachtsfest umgehen, liegt an uns allein. Schwere Zeiten stellen den Wert der Familie nur noch deutlicher heraus. Gerade mit Blick

auf die Ukraine sollten wir uns in diesem Dezember noch mehr darüber freuen, dass wir und unsere Liebsten in Sicherheit leben, selbst wenn wir uns derzeit einschränken müssen. Wir, das Team der CREVELT media, danken unseren Lesern und Kunden für die Treue und Unterstützung in diesem Jahr, das vor dem Hintergrund gestiegener Seiten- und Energiekosten kein leichtes war. Wir hoffen, auch mit dieser Ausgabe zur Unterhaltung, aber vor allem zur Achtsamkeit beitragen zu können. Lesen Sie unser Magazin, konzentrieren Sie sich auf das Positive und erfahren Sie, wo und wie Sie ihrem Körper, aber auch Ihrem Geist etwas Gutes tun können. Wir versprechen, auch im nächsten Jahr wieder mit voller Tatkraft an den Start zu gehen – für die Region und für ein gesundes Leben!

Viel Spaß beim Lesen!

Michael Neppeßen, Torsten Feuring und David Kordes

Impressum

Herausgeber: CREVELT media GmbH
Geschäftsführung: Michael Neppeßen,
Torsten Feuring und David Kordes
Garnstraße 72, 47798 Krefeld
Tel.: 02151 - 65 88 399
E-Mail: redaktion@crevelt.de

Redaktionsleitung: David Kordes
Stellvertreter: Oliver Nöding

Redaktion: Daniel Boss, Oliver Nöding,
André Lerch, Sarah Weber, Melanie Struve,
Swantje Monreal

Art Direction: Julia Wojdyla

Fotografen: Luis Nelsen, Lucas Coersten,
Felix Burandt

Titel: Hoda Morscheck
Vertrieb: CREVELT media GmbH
Druck: SET POINT Medien GmbH

Weitere Informationen zum Magazin
finden Sie in unseren Mediadaten:
www.moveo-magazin.de/mediadaten-aufsteller

Nur gemeinsam sind wir stark. Vielen Dank!



Rufen Sie uns an, wir beraten Sie sehr gerne
Tel.: 02151 5396-0

Wie wäre es mal mit etwas sinnvollem?

Ein Abo für ein Hausnotrufsystem erleichtert auch Menschen, die nicht mehr ganz so mobil und fit sind das Leben. Und alle haben das beruhigende Gefühl der Sicherheit.



Aus Liebe zum Menschen.

Deutsches Rotes Kreuz
Krefeld e.V.
Uerdinger Str. 609
47800 Krefeld
www.drk-krefeld.de



Gesundheit

- Seite 06** Praxis Hoda Morscheck: Regieanweisungen für die Gesundheit
Seite 14 Kluba Medical GmbH: Vorbeugung und Linderung von Kopfverformungen bei Früh- und Neugeborenen

Medizin

- Seite 09** St. Elisabeth-Hospital: Neue Achillessehne mit 80
Seite 10 Schiller-Apotheke: Wie ein eingespieltes Orchester
Seite 18 Helios Klinikum Krefeld: In der Regel schmerzfrei
Seite 20 Klinik Königshof: Wenn der Babyblues bleibt



Rezept des Monats

- Seite 12** Kunstküche: Kürbisrisotto mit einem Kürbis-Thymian-Ratatouille und Cashewcrunch

Pflege

- Seite 16** Tagespflege Schützenhof: Der Mensch im Mittelpunkt
Seite 26 Seniorenzentrum „Am Bismarckviertel“: Ein Tisch, der glücklich macht



Ratgeber

- Seite 22** Zahnarzt Wojtek Honnefelder: Bei Zahnverlust droht Demenz!
Seite 24 Grabeskirche St. Elisabeth von Thüringen: Raum für Trauer, Raum für Leben

Wellness

- Seite 25** Finlantis: Lichtblicke und finnische Sauna-Tradition

Intern

- Seite 26** moveo Expertendialog: Warum der Stoffwechsel klemmt!
Seite 30 Die moveo-Aufsteller: Wo bekomme ich das moveo-Magazin?





Praxis Hoda Morscheck

REGIE-ANWEISUNGEN für die Gesundheit

Fotos: Luis Nelsen

Alternative Therapieverfahren liegen im Trend: Mehr als die Hälfte der Deutschen hat mindestens schon einmal einen der mehr als 40.000 Heilpraktiker in Deutschland aufgesucht. Denn diese behandeln nicht nur einzelne Symptome, sondern sehen den Menschen als Ganzes und setzen auf Naturheilkunde, Akupunktur oder die traditionelle chinesische Medizin (TCM). Heilpraktikerin Hoda Morscheck geht noch einen Schritt weiter: So wie ein Regisseur seine einzelnen Schauspieler dirigiert, um zu einem guten Filmergebnis zu kommen, kombiniert sie eine ganzheitliche Therapie mit Verfahren wie NLP-Coaching, Tai Chi und Qigong - sorgfältig und individuell, um Körper und Psyche wieder in Einklang zu bringen. Ein Besuch in ihrer Düsseldorfer Praxis.

Es gibt Menschen, die sind so tiefenentspannt, dass sie manchmal die Zeit vergessen. Doch genau das stellt sich bei Hoda Morscheck als Vorteil heraus: Die Heilpraktikerin nimmt sich schon für das Erstgespräch, die Anamnese, deutlich mehr Zeit als ein klassischer Schulmediziner. Das sieht man ihrer „kleinen, aber feinen“ Praxis in Kaiserswerth auch an: Der Behandlungsraum ist freundlich und gemütlich eingerichtet, auf dem Echtholzparkettboden stehen nicht nur eine typische Liege, wie wir sie vom Arztbesuch kennen, sondern auch kleine, hellgraue Sessel und ein farbenfroher Sitzwürfel. „Mit 90 Minuten sollte man schon rechnen, denn ich frage vieles ab, was für die spätere Punkt-

auswahl wichtig wird“, erklärt die Wahlkrefelderin ihr Konzept. „Jeder Mensch ist einzigartig, jedes Leiden ist anders und wird entsprechend behandelt. Es gibt kein fertiges Rezept, sondern nur ein individuelles. Die Stärke der traditionellen chinesischen Medizin liegt in ihrer Art, den Menschen ganzheitlich zu betrachten. Und das mache ich seit April 2019 mit großer Freude und Faszination!“

Gut sechs Jahre zuvor war die gebürtige Libanesin „der Liebe wegen“ nach Deutschland gekommen, und würde man ihren bisherigen Lebensweg verfilmen, wäre die erste Reaktion vermutlich: „Dieses Dreh-



Heilpraktikerin Hoda Morscheck kombiniert Verfahren wie NLP-Coaching, Tai Chi und Qigong zu einer ganzheitlichen Therapie.

buch ist doch an den Haaren herbeigezogen!“ Morscheck muss selbst mehrmals lachen, als sie uns ihre Geschichte erzählt. Aufgewachsen in der Nähe von Beirut, habe sie Filmproduktion an der Académie Libanaise Des Beaux-Arts studiert und bei verschiedenen Fernsehsendern gearbeitet. „Ich bin jahrelang Regisseurin gewesen“, berichtet sie mit leuchtenden hellblauen Augen. „Dann verliebte ich mich in Portugal, die Beziehung zu meinem deutschen Freund wurde seriöser – und mein Leben drehte sich in eine völlig andere Richtung.“ Sie zieht nach Krefeld, erlernt die deutsche Sprache, lässt das Filmbusiness hinter sich, weil es „nicht gut mit dem Thema Familie vereinbar ist“ und besinnt sich darauf, was sie schon als Kind begeistert habe: Akupunktur und Neuro-Linguistisches Programmieren (NLP). So habe ihre Tante als Kardiologin im Libanon bereits in den Achtzigerjahren auf diese Methoden gesetzt, um ihren Patienten beispielsweise das Rauchen abzugewöhnen. Auch ihre Nichte Hoda profitierte davon: „Als Teenager litt ich häufig unter Asthma und Allergien“, erinnert sich die 47-Jährige. „Obwohl ich gegenüber dieser in Europa unbekannten Heilmethode skeptisch war, hat mir die Akupunktur so gut geholfen, dass ich nach zwei Jahren fast symptomfrei war.“

Ein guter Grund, um eine dreijährige Ausbildung zur Heilpraktikerin zu absolvieren. Parallel dazu beschäftigt sich die ehemalige Filmproduzentin mit der traditionellen chinesischen Medizin. Die TCM umfasse fünf Behandlungsverfahren, die als die „fünf Säulen“ bezeichnet werden: Akupunktur, Arzneimittel, Koordinationsübungen, Massage und Ernährung. „Alle Bausteine können einzeln oder in Kombination ein-

gesetzt werden“, erklärt Morscheck. „Und dann gibt es dank meiner Tante das Acu-Coaching, das Akupunktur mit NLP verbindet. Ich setze Nadeln und führe gleichzeitig die Gesprächstherapie durch. So kommen wir schneller und effektiver zum gewünschten Erfolg“, freut sich die Therapeutin. Sie ist überzeugt: „Unsere mentalen Einstellungen, Glaubenssätze, Reaktionen in Stresssituationen und Sichtweisen – das sind alles psychische Prozesse, die wir verändern können, sodass sie uns im Leben weiterbringen. Außerdem beginnen viele körperliche Leiden oft im Kopf!“ Migräne habe als Beispiel auch Ursachen, die mit dem persönlichen Lebensstil zusammenhängen, berichtet sie aus ihrer Praxis: „Nachtschichten, Stress oder eine ungesunde Ernährung können dazu führen, dass Yin und Yang ins Ungleichgewicht geraten. Dann schaue ich, was für den Patienten am besten funktioniert. Es ist nie nur Akupunktur!“ Seit Kurzem bietet Morscheck auch PRP-Behandlung an, bei der die entnommene geringe Blutmenge in einer Zentrifuge in ihre Bestandteile aufgeteilt werde. „Das mit Thrombozyten angereicherte Plasma wird direkt in die Kopfhaut injiziert und nährt die Haarwurzeln. Ein Verfahren, das sich gut bei Haarausfall oder als Nachsorge nach einer Transplantation eignet“, lächelt sie begeistert. Der arabische Vorname Hoda bedeutet übrigens „der richtige Weg“. Warum sind wir jetzt nicht wirklich überrascht? _ Melanie Struve

Praxis für Akupunktur

TCM und Coaching // Hoda Morscheck

Arnheimerstraße 118 // 40489 Düsseldorf // Telefon: 0172 - 5238641

E-Mail: info@praxismorscheck.de // www.praxismorscheck.de



FÜR JUNG UND ALT! ANISAS ALLTAGSHILFEN IM HÄUSLICHEN BEREICH

• PERSÖNLICHE BETREUUNG UND ALLTAGSBEGLEITUNG

Gesellschaft leisten - Unterhaltung anregen - sinnvolle Aktivitäten fördern - Angehörige entlasten

• ABWESENHEITSBETREUUNG • BEGLEITUNG AUßER HAUS • HAUSHALTSHILFE

Ich bin ein anerkannter Betreuungsdienst nach § 45 a Absatz 1 SGBXI zur Unterstützung im Alltag. Pflegebedürftige sollen möglichst lange selbstständig zu Hause leben können.

Nach dem Sozialgesetzbuch steht allen Pflegebedürftigen aller fünf Pflegegrade ein Entlastungsbetrag von 125 € im Monat zu.

Diesen Betrag können nur anerkannte Pflege- und Betreuungsdienste den Pflegekassen in Rechnung stellen.



Es erfolgen keine Kürzungen des Pflegegeldes!

Inh. Anisa Boukhou-Müller • Dahlerdyk 96 a • 47803 Krefeld • Mobil: 0170 822 78 62



sinnespioniere

Raum für deine Gesundheit

Neue Coaching-, Behandlungs- und Kursräume für Gesundheitsexpert*innen!

Du bist Coach, Therapeut*in oder Gesundheitsexpert *in und brauchst einen Raum für deine Arbeit?

Bei den Sinnespionieren wartet ein modernes, kreatives und inspirierendes Ambiente auf dich für Kurse, Behandlungen und Coachings. Insgesamt stehen über 500 qm Raumfläche sowie über 2000qm idyllische Gartenfläche am See für Gesundheitsexpert *innen aller Art zur Verfügung, die sich an einem Ort vernetzen, arbeiten und Synergien schaffen wollen.

Haben wir dein Interesse geweckt?
Dann freuen wir uns dich kennenzulernen.



Deine Sinnespioniere
Hanna van Dré & Sandra Weerd
mobil: 0 160 - 258 49 75 • hallo@sinnes-pioniere.de
www.sinnes-pioniere.de



Nach erfolgreicher
Behandlung des Abrisses
seiner Achillessehne

„BIN SEHR ZUFRIEDEN MIT DER BEHANDLUNG DURCH FRAU EDLING“



Hermann Wasser folgte der Empfehlung seiner Freunde, als er sich seinen Achillessehnenriss am St. Elisabeth-Hospital Meerbusch-Lank operieren ließ: Er ist sehr zufrieden mit dem Ergebnis.

Es war früher Silvesterabend, als bei einem Spaziergang mit seiner Frau die Achillessehne des rechten Fußes von Hermann Wasser durch einen Sturz abriss. Freunde und auch sein Orthopäde empfahlen ihm das Fußchirurgische Zentrum des St. Elisabeth-Hospitals in Meerbusch-Lank. Die Leiterin der Fußchirurgie, Manuela Edling, verlängerte und vernähte in einer aufwändigen Operation die abgerissene Sehne.

Meistens entsteht eine Achillessehnenruptur, wie der medizinische Fachbegriff dafür lautet, durch eine Überbeanspruchung bei sportlicher Betätigung. Und meist tritt sie bei Menschen zwischen 30 und 40 Jahren auf. Beides traf bei Hermann Wasser nicht zu. Er stürzte beim Spaziergang.

Verlängerungsplastik war notwendig

Da die Sehne schon verschleißbedingt verändert war, konnten nicht einfach die beiden Enden mit einer sogenannten End-zu-End-Naht verbunden werden. Manuela Edling entschied sich für eine Verlängerungsplastik. „Hierbei ist zwar die Heilungsphase länger, aber Herr Wasser hat sehr gut und wie besprochen geübt und so bei der Wiederherstellung aktiv mitgewirkt. Die Achillessehne wird – trotz des hohen Alters von Herrn Wasser – wieder voll hergestellt werden“, ist sich die Leiterin der Fußchirurgie sicher.

„Selbst als 80-Jähriger kann man seine Ausdauer und Beweglichkeit wiedererlangen – auch fürs Fahrradfahren und Golfspielen“, macht sie Hermann Wasser Mut. Als Voraussetzung dazu habe sie das erste Drittel beigetragen, die anderen zwei Drittel muss der Patient durch Mitarbeit und die notwendige Geduld erbringen.

Kontrolltermine und Physiotherapie

Rund drei Monate lang trug Hermann Wasser zum Schutz des Fußes eine Orthese und nutzte einen Rollstuhl. Er folgte konsequent der Empfehlung von Manuela Edling, seinen Fuß nicht zu belasten. „Meine Frau, die mich nun fahren musste, achtete ebenfalls darauf“, lächelt er. Regelmäßig nahm er die Kontrolltermine in der Fußchirurgie wahr und startete im Rahmen der Nachsorge durch seinen Orthopäden im April mit der Physiotherapie. Auch zu Hause setzte er die Dehnungsübungen fort. Ab Ende September durfte er seinen Fuß wieder ganz belasten.

Alles ganz vorsichtig

„Ich gehe jetzt viel zu Fuß, aber ganz vorsichtig“, berichtet Hermann Wasser. Mit Fahrradfahren und einem ersten Training auf dem Golfplatz hat er auch wieder begonnen. „Jetzt fehlt noch die Ausdauer. Aber die kommt ja bald wieder, das hat mir Frau Edling versprochen“, erzählt er. „Ich bin mit ihr und der Klinik wirklich sehr zufrieden. Und bin auch sicher, gut ins nächste Jahr zu gehen!“

Sigrid Baum

**Leiterin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
des St. Elisabeth-Hospitals Meerbusch-Lank**

Baum-Kommunikation

**Gelderner Straße 67-69 // 47661 Issum // Telefon: 02835 - 440 124
Mobil: 0170 - 63 64 674 // Mail: sigrid.baum@baum-kommunikation.de**

Schiller-Apotheke

WIE EIN EINGESPIELTES ORCHESTER

Fotos: Luis Nelsen



Birgit Goerres hat gut lachen: Auch in Krisenzeiten konnte sie sich auf ihr Team verlassen.

Der Drucker rattert, gleich spuckt er wieder Papier aus. Bildschirme leuchten entlang des Ganges und irgendwo klingelt ein Telefon. Daneben steht ein Rollwagen. Eine Sendung mit kleinen Transportkisten ist gerade eingetroffen. Es herrscht rege Betriebsamkeit in den Hinterräumen der Schiller-Apotheke. Ein Ort, der den Kunden und Patienten verborgen bleibt, während sie sich im Verkaufsraum unter anderem mit Medikamenten eindecken und fundierte Beratung erfahren. Doch gerade dort pocht der Puls des einsamen Teams. Hier laufen alle Fäden geordnet zusammen, wird geprüft, Buch geführt und produziert. Die Mitarbeiterinnen der Apotheke an der Uerdinger Straße sind wie eine gut funktionierende Mannschaft aufeinander abgestimmt. Den Menschen draußen soll es schließlich nach dem Besuch besser gehen als vorher. Dafür legt man sich hier seit vielen Jahren mit viel Freundlichkeit ins Zeug – mit Erfolg.

Eine der langjährigen Fachkräfte ist Susanne Kaczinski. Schon seit 1984 ist sie tages- und tagaus als Pharmazeutisch-Kaufmännische Assistentin im Haus damit beschäftigt, die Warenlogistik erfolgreich zu managen. Kundenbestellungen nimmt sie am Telefon, per Mail oder App entgegen. Die meisten Anrufer kennen ihre Stimme. Vertrautheit spielt eine ganz große Rolle. „Ich mag die Arbeit hier. Es ist sehr schön und abwechslungsreich. Wir sind ein wirklich tolles Team. Und wir haben eine tolle Chefin.“ Und damit spricht Kaczinski die Person an, die in der Schiller-Apotheke

das gute Miteinander unter den insgesamt 16 Mitarbeitern inklusive Boten noch stärker fördert. Die begeisterte Fachapothekerin und Inhaberin Birgit Goerres setzt auf flache Hierarchien und eine Zusammenarbeit auf Augenhöhe. „Wir können uns immer aufeinander verlassen“, sagt die Krefelderin, die seit acht Jahren die Chefinnenrolle einnimmt, dies aber niemanden unangenehm spüren lässt. Kooperation, Empathie, kein Drang in den Vordergrund – das zeichnet ihre Führung aus. Und das kommt im Apotheken-Team gut an, in dem schon über viele Jahre die Mädchen in-



Gemeinsam geht alles leichter!

einandergreifen. Da ballt sich mit all den Charakteren viel Menschlichkeit zusammen auf den wenigen Quadratmetern der Geschäftsräume. „Wir sind ohne Reibungsverlust miteinander eingespielt“, sagt Birgit Goerres über die harmonische und effiziente Gemeinschaft. Es herrscht ein fairer Umgang. Ihr Team vergleicht die 50-Jährige mit einem Orchester: „Jeder hat seine Stärken und Eigenheiten. Mal muss es die Triangel, mal die Pauke sein, die das Ganze zum Wohlklang bringt.“

Ein starkes Team, in dem jeder seine Aufgaben meistert. Da wäre zum Beispiel auch die Pharmazeutisch-Technische Assistentin Renate Engel. Sie gibt Medikamente, Verbandstoffe etc. an die Kunden ab, kümmert sich im Labor aber auch um die Herstellung von Arzneimitteln wie zum Beispiel Salben sowie die Koordinierung der Pflegedienste. „Ich will mit Menschen zu tun haben“, meint sie und freut sich hier in der Apotheke seit über 16 Jahren auf den täglichen Kontakt mit den Kunden. „Man be-

rät Junge und Alte und hilft den Menschen direkt. Schön sind die Rückmeldungen, am liebsten positive“, fasst Engel die Vorzüge ihres Jobs zusammen. Das überaus kollegiale Verhältnis untereinander in der Schiller-Apotheke macht die Arbeit noch angenehmer. Auch Freundschaften sind hier entstanden. „Es herrscht einfach ein sehr gutes Klima bei uns. Alle sind sehr flexibel“, erzählt die PKA Sonja Dobrzak, seit 14 Jahren Teil des Teams.

Gemeinsam hat man hier schon viel bewerkstelligt, gerade in der Hochphase der Corona-Pandemie, oder eben auch, als die Personalnot groß war. Auf wichtige Erholung brauchten die Mitarbeiterinnen dabei nicht verzichten. Jede durfte fristgerecht ihren Urlaub nehmen. Und wenn eine Kollegin krank war, blieb sie zu Hause. Die Anderen füllten die Lücke mit ein paar Extraschritten, aber ohne Murren aus. Und so blieb auch die hohe Qualität des Angebots selbst in schwierigen Phasen bestehen, was nicht nur die zahlreichen treuen Stammkunden verzauberte. „Die Leute trauen sich, uns alles zu fragen“, erzählt Birgit Goerres über das vertrauensvolle, gewachsene Verhältnis zu den Kunden. „Wir erklären Sachverhalte anschaulich und wenn es sein muss, gerne auch zum 25. Mal die Verwendung eines Blutdruckgeräts.“ Sollte aus Versehen mal ein falsches Medikament verordnet worden sein, fallen Wechselwirkungen auf oder es ist dem Patienten das falsche Rezept mitgegeben worden, wird das Problem zeitnah und zuverlässig nach Rücksprache zum Wohle des Patienten gelöst. Es laufen deutlich mehr Vorbestellungen per App, Mail oder Telefon ein als noch vor einem Jahr. Auch e-Rezepte können beliefert werden. Die fünf Apotheken-Boten sind seit der Pandemie häufiger unterwegs als früher. In der Regel umweltfreundlich mit dem Fahrrad. „Geht nicht“ gibt's nicht. Nach diesem Motto hat sich das eingespielte Team immer neuen Herausforderungen gestellt – und sie mit Bravour gemeistert. _ André Lerch

Schiller-Apotheke // Uerdinger Straße 278 // 47800 Krefeld
Telefon: 02151 - 597300 // E-Mail: info@schillerapokr.de
www.schiller-apotheke-krefeld.de

Die freundlichen Elche
Uerdinger Mietwagen

477 477

G.Knorrek Personenbeförderung GmbH

Ruf doch mal an!

30 1000

SERVICE
KREFELD TAXI

Ein christlicher Friedhof in Krefeld mit pflegefreien Grabstätten.

- Grabstätten in überschaubaren Einheiten
- Grabbesuch im geschützten Raum
- Möglichkeit für Trauergottesdienste
- Kirchlich geprägte Architektur
- Angebote zur Trauerbegleitung
- Parkplatz vor der Kirche
- Gut erreichbar mit Bus und Bahn

GRABESKIRCHE
ST. ELISABETH

Krefeld · Hülsener Straße 576
 täglich geöffnet 10 – 17 Uhr
 Büro in der Kirche
 Tel. 0 21 51 - 6 23 18 10
info@grabeskirche-krefeld.de
www.grabeskirche-krefeld.de

Besuchen Sie diesen spirituellen Ort –
auch unabhängig von einem Todesfall.

Kunstküche

KÜRBIS RISOTTO

*mit einem Kürbis-Thymian-Ratatouille
und Cashewcrunch*

ZUTATEN

Für das Risotto:

130 g Risottoreis
100 ml Weißwein
600 ml Gemüsebrühe
2 Zwiebeln
4 EL Hefeflocken
1-2 EL Cashewmus
120 g Kürbispüree
Etwas Öl zum Anbraten

Für das Ratatouille:

½ Hokkaidokürbis
1-2 Stränge frischen
Thymian
2 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer

Zum Anrichten:

10 Cashewkerne,
grob gehackt

ZUBEREITUNG:

Für das Risotto:

1. Zwiebeln schälen, fein hacken und in etwas Öl glasig andünsten (ständig rühren, damit die Zwiebeln nicht braun werden)
2. Den Reis mit zu den Zwiebeln geben und für eine Minute unter ständigem Rühren mit anbraten
3. Dann den Reis und die Zwiebeln mit Weißwein ablöschen und weiter rühren
4. Als Nächstes die Gemüsebrühe in kleinen Schlucken und unter ständigem Rühren mit in den Topf geben und bei mittlerer Hitze ca. 25 Minuten kochen (Achtung: die Garzeit richtet sich nach der Reissorte)
5. Kurz vor Ende der Kochzeit die Hefeflocken sowie Cashewmus und Kürbispüree mit unter das Risotto rühren
6. Das Risotto ist fertig, wenn es nicht mehr ganz flüssig, aber auch nicht zu fest ist

Für das Ratatouille:

1. Den Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen und eine Auflaufform bereitstellen
2. Den Kürbis in kleine Würfel schneiden und in die Auflaufform geben
3. Den Thymian zupfen und zusammen mit dem Olivenöl sowie etwas Salz und Pfeffer zu dem Kürbis geben und alles einmal gut vermengen
4. Den Kürbis für etwa 20 Minuten im Ofen garen

Zum Anrichten:

Das Risotto auf einen Teller geben und das Ratatouille mittig auf oder außen um das Risotto geben. Das Risotto mit gehackten Cashewkernen garnieren und servieren.

Foto: Luis Nelsen



**Sandra kocht
sich und ihre Gäste
seit nunmehr acht Jahren
„fleischlos glücklich“.**

Vor allem kocht sie in ihrem Restaurant „Kunstküche“ in Krefeld, aber auch in der WDR-Sendung „Hier und Heute“ sowie in diversen Kochkursen und auf ihren Social-Media-Kanälen.

Sie selbst hat sich aus der Liebe zu Tieren dazu entschieden, dass nur noch „Veganes“ auf ihren Teller kommt und daher zeigt sie gern, wie bunt, lecker und vielseitig die pflanzenbasierte Küche ist.

Kunstküche
Gartenstraße 21 // 47798 Krefeld
www.kunstkueche.eu

Sandra Dusza
Instagram: [@sandradusza](https://www.instagram.com/sandradusza)
www.sandradusza.de



UNTERSTÜTZUNG FÜR UNTERNEHMEN!

— Du steckst fest, willst dich verändern oder skalieren?

— Dir fehlt Kompetenz oder Kapital?

— Du brauchst einen geeigneten Nachfolger
oder strategische Hilfe?

Telefon: 02151 - 6588399 / E-Mail: info@kr-beteiligung.de
www.kr-beteiligung.de

**DANN
MELDE DICH
BEI UNS!**



KR Beteiligungsgesellschaft
GmbH & Co. KG



Kluba Medical GmbH

Vorbeugung und Linderung von **Kopfverformungen** bei Früh- und Neugeborenen

Fotos: Luis Nelsen

Der Kopf Neugeborener ist noch sehr weich und damit anfällig für Verformungen, zum Beispiel durch falsche Lage.



Die Grefratherin Nicole Klingen ist selbst Mutter und weiß, worauf es bei der Produktentwicklung ankommt.

Seit der Empfehlung der Rückenlage für den sicheren Babyschlaf sind lagebedingte Kopfverformungen bei Säuglingen stark angestiegen. Neueren Studien zufolge liegt der Anteil der betroffenen Babys zwischen 20 und 45 Prozent. Bei Frühgeborenen sogar bei 85 Prozent. Der Babykopfschutz Medibino der Firma Kluba Medical wurde zur Entlastung des Hinterkopfes in der empfohlenen Rückenlage entwickelt, um lagebedingten Kopfverformungen vorzubeugen. Das Produktkonzept entstand durch die klinische Tätigkeit von Dr. Dr. Susanne Kluba, die die Spezialsprechstunde für Kopfverformungen an der Uniklinik in Tübingen leitet. Gemeinsam mit den Eltern ihrer kleinen Patienten hat sie aus dem Konzept Schritt für Schritt den Medibino entwickelt.

Nach der Geburt ist der Kopf der Säuglinge noch weich, was ihn anfällig für Verformungen macht. Die ringförmige Auflage des Medibino entlastet den Hinterkopf. So behält das Köpfchen seine natürliche Form. Auch kann der Medibino in Rücksprache mit dem behandelnden Arzt bei schon bestehenden Verformungen eingesetzt werden. Für Frühgeborene, die durch die geringe Aktivität und lange Liegedauer im Inkubator noch anfälliger sind, gibt es alternativ den Kopfschutz MedibinoNEO. Wie Medibino gewährleistet auch MedibinoNEO eine druckentlastende Lagerung und kann zudem als Stabilisierung bei therapeutischen Eingriffen sowie zur Lagerung bei Transporten innerhalb der Klinik eingesetzt werden.

„Durch eine konsequente Lagerung, kombiniert mit Mobilitätsförderung von Anfang an, können therapiebedürftige Ausprägungen einer Kopfverformung vermieden werden“, weiß die Erfinderin Dr. Dr. Susanne Kluba, Fachärztin für Mund-, Kiefer- und Gesichtschirurgie, die zusammen mit der Grefratherin Nicole Klingen das junge Unternehmen gegründet hat. Die beiden Frauen sind Mütter von insgesamt fünf Jungs und haben die Produkte auf Basis eigener medizinischer und persönlicher Erfahrung entwickelt, um Ärzten, Hebammen, Pflegeern und Eltern eine einfache Prophylaxe an die Hand zu geben. Kluba forscht auf dem Gebiet der Kopfverformungen und meldete die Patente an, die in die Entwicklung der Babykopfstützen eingeflossen



Weiche Babykopfstützen wie der Medibino schaffen eine sichere Lage.



In Zusammenarbeit mit ZSK entstand eine Hängematte für Frühgeborene.

sind. Klingen studierte zunächst Betriebswirtschaftslehre, war danach als Gründerin im Bereich der Medizinprodukte tätig und fungierte zudem als Beraterin in der Forschung, wo sie dann Kluba kennenlernte. „Uns war eine unkomplizierte und nachhaltige Lösung wichtig, die einfach im Alltag sowohl zu Hause als auch in der Klinik eingesetzt werden kann“, erzählt Geschäftsführerin Nicole Klingen.

Durch die Entwicklung des MedibinoNEO haben die beiden Gründerinnen sich eng mit den Teams verschiedener Frühgeborenenstationen ausgetauscht. In den Gesprächen mit Ärzten und Pflegekräften entstand das Bewusstsein dafür, dass die Lagerung und Überwachung von Frühgeborenen ein Feld mit hohem Bedarf an Verbesserungsoptionen ist. Es fehlen einfach in den klinischen Alltag integrierbare Lösungen, die die Pflege und das Bonding mit den Eltern vereinfachen und trotzdem die medizinische Notwendigkeit einer Vollüberwachung sowie Lagerung im Inkubator erfüllen. Deshalb haben sie gemeinsam mit Partnern das Entwicklungsprojekt NeoSmartNest ins Leben gerufen, in dem unter Leitung der Medizinerin Björna Althoff eine smarte Hängematte entwickelt wurde, die den Frühchen ein Gefühl von Geborgenheit wie im Mutterleib vermitteln soll. Das patentierte System aus Hängematte und Hängemattengestell lässt sich schnell und einfach in jedem Inkubator aufbauen und soll so vielen Frühchen die entwicklungsfördernden und beruhigenden Effekte der Hängemattenlagerung bieten. Das System erzeugt ein aktives sanftes Schwingen, das den Frühgeborenen das Gefühl der Bewegung im Mutterleib zurückgibt. In das Hängemattentextil integriert wurden

mit dem Krefelder Unternehmen ZSK Stickmaschinen GmbH eigens entwickelte weiche, hydrophile Textil-EKG-Elektroden. Die Elektroden können mit Metalldruckknöpfen an handelsübliche EKG-Monitore zur Erfassung von EKG-Kurve, Atemfrequenz und Herzfrequenz angeschlossen werden. „Durch die textilen Elektroden können Schmerzen und Verletzungen vermieden werden, die beim Entfernen von Klebeelektroden an der fragilen Haut entstehen. Auch können Kabel reduziert werden, die das Handling der Pflegenden erschwert. Auch für die Eltern und ihre Bindung zum Kind sind die vielen Kabel ein belastender Anblick. Wir hoffen, auch ihnen mit dem Anblick eines friedlich schaukelnden Kindes zu helfen“, sagt Althoff.

Der Nutzen ist hoch: Etwa neun Prozent aller Säuglinge sind Frühgeborene. Gefördert wurde die Entwicklung über den EU-Fond für regionale Entwicklung EFRE.NRW. Die Hängematte soll 2023 ins Zulassungsverfahren gehen. Der Prototyp wurde bereits auf der Messe Medica und der Jahrestagung der Gesellschaft für Neonatologie und Pädiatrische Intensivmedizin vorgestellt und fand viel Anklang. Testpartner und Investoren werden gesucht. Mit der Kopflagerung und der smarten Hängematte werden es Babys besser haben. Für diese Zukunft arbeiten Dr. Dr. Susanne Kluba, Nicole Klingen und ihr Team jeden Tag – mit wachsendem Erfolg. _André Lerch

Kluba Medical GmbH // Brunnenstraße 23 // 40223 Düsseldorf
Geschäftsführerin: Nicole Klingen // Telefon: 0211 - 54212590
E-Mail: info@kluba-medical.com // www.kluba-medical.com

medibino^{neo}

Kopflagerungssystem für Frühgeborene zum Einsatz in der Klinik

- Hilft Kopfverformungen zu vermeiden
- Unterstützt die Stabilisierung der Kopfmittellage
- Fördert die Druckentlastung und die stabile Positionierung in Seiten- und Rückenlage

+49 (0) 211 5421 2590 / info@kluba-medical.com



KLUBA
MEDICAL

Tagespflege Schützenhof

DER MENSCH IM MITTELPUNKT

Fotos: Lucas Coersten



In der Tagespflege Schützenhof geht es gut gelaunt zu.

Entlastung für die Angehörigen, Abwechslung für die Seniorinnen und Senioren – das sind die Hauptziele der Tagespflege Schützenhof. Seit 2018 besteht dieses Angebot des Krefelder Vereins für Haus- & Krankenpflege in der traditionsreichen Immobilie in Bockum. Allerdings sorgt der Begriff „Tagespflege“ regelmäßig für einige Verwirrung unter Laien. Viele verstehen darunter ein Kümmern im Sinne der sogenannten Grundpflege, also zum Beispiel das morgendliche Waschen. Im Schützenhof allerdings stehen Spiel, Spaß und Musik im Vordergrund. Deswegen spricht man hier auch lieber von „Tagesbetreuung für Seniorinnen und Senioren“. Dabei bedient sich das Team, bestehend aus Spezialistinnen und Spezialisten mit gerontopsychiatrischer Ausbildung, mitunter modernster Technik.

Der Krefelder Verein für Haus- & Krankenpflege kann auf viele herausragende „Premieren“ zurückblicken. „Wir waren im Gründungsjahr 1958 der erste private Pflegedienst ambulanter Art in NRW“, berichtet die heutige Geschäftsführerin Judith Meyer. Nur wenig später erfolgte dann der nächste „Rekord“: Das Angebot „Essen auf Rädern“, eingeführt im Jahr 1961, sei damals „einmalig in ganz Deutschland“ gewesen. Zuletzt sorgte der Bereich Tagespflege mit einem Hightech-Monitor für einiges Aufsehen. Der sogenannte digitale Aktivitätstisch war laut Pflegedienstleiterin Bettina Boersma der erste auf Krefelder Stadtgebiet. Spenden ermöglichten die Anschaffung des mehrere tausend Euro teuren Geräts. Es wurde speziell für die Seniorenbetreuung entwickelt. „Vor allem für Demenzpatientinnen und -patienten ist der Tisch hervor-

ragend geeignet“, sagt Boersma. Der große Touchscreen lässt sich mittels Finger oder digitalem Zeigestock bedienen. So können beispielsweise Symbole und Bilder aktiviert und bewegt werden – „Interaktion“ lautet das Zauberwort. Diverse Denksportaufgaben oder Geschicklichkeitsspiele stehen zur Verfügung. „Und dank Internetverbindung können wir das Menü immer wieder durch neue Pakete ergänzen“, freut sich die Pflegedienstleiterin.

Der „Tisch“ ist eines von vielen Angeboten im Schützenhof. Die Tagesgäste kochen und essen gemeinsam, sie bilden Singkreise, spielen Bingo miteinander oder basteln Dekorationen passend zur Jahreszeit. Jeder Gast kann sich ganz nach Lust und Laune beteiligen. Für die



Der große Touchscreen bietet ein breites Angebot an Geschicklichkeitsspielen und Denksportaufgaben.



Pflegedienstleiterin Bettina Boersma und Geschäftsführerin Judith Meyer.

pünktliche Medikamentengabe, so erforderlich, ist natürlich gesorgt. Für 65 Seniorinnen und Senioren besteht aktuell ein Vertrag für die Tagespflege. Täglich werden jeweils 17 Menschen betreut. „Manche kommen einen Tag die Woche, manche viermal wöchentlich“, erklärt Judith Meyer. Die Kosten übernimmt die Pflegekasse je nach Pflegegrad. Eigene Zuzahlungen sind möglich. Ein eigener Fahrdienst holt die Gäste jeden Morgen von zu Hause ab und bringt sie am Nachmittag wieder zurück. Sie kommen aus dem gesamten Stadtgebiet, aber auch aus benachbarten Kommunen wie Tönisvorst.

„Die Betreuung bei uns geht von 8 bis 16.30 Uhr“, sagt Bettina Boersma. Neun Betreuerinnen und Betreuer sorgen dafür, dass jede und jeder die gewünschte Zuwendung erhält. Manche Menschen kommen aufgrund einer schweren neurologischen Erkrankung wie Alzheimer oder Parkinson bereits mit Anfang 50 zur Tagespflege. Die älteste Besucherin derzeit will im kommenden Jahr ihren hundertsten Geburtstag feiern. Die Einrichtung ist auf Demenzerkrankte spezialisiert. Körperliche Einschränkungen, die beispielsweise einen Rollstuhl dauerhaft erforderlich machen, stellen kein Hindernis dar. Das Angebot ist sehr gefragt, Judith Meyer und ihr Team führen Wartelisten. „Der regelmäßige Besuch bei uns im Schützenhof ermöglicht eine Stabilisierung der häuslichen Pflegesituation“, weiß die Geschäftsführerin. So könnten sich die pflegenden Angehörigen mal eine Auszeit nehmen. Und das in der Gewissheit, dass Mutter, Vater oder die Großeltern in guten Händen seien. „Für viele Menschen ist es zudem die einzige Möglichkeit, weiterhin zumindest in Teilzeit ihrem Beruf nachzugehen.“

Ganz im Sinne von „ambulant vor stationär“ stehen auch die beiden anderen Angebote des Vereins. Der ambulante Pflegedienst und das

Essen auf Rädern versorgt täglich mehr als 400 Menschen. Rund 70 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sorgen für einen reibungslosen Ablauf und – nicht zu vergessen – eine persönliche Ansprache und menschliche Wärme. „Im Mittelpunkt unserer Tätigkeit steht der Mensch, mit seinen individuellen Bedürfnissen und Wünschen“, zitiert Meyer den Leitspruch des Krefelder Vereins für Haus- & Krankenpflege. Womöglich wird das wichtige Angebot künftig noch ausgeweitet – eine kleine Dependence des Vereins in Vorst (allerdings noch ohne Tagespflege) besteht bereits. _ Daniel Boss

Krefelder Verein für Haus- & Krankenpflege e.V.

Uerdinger Straße 624 // 47800 Krefeld // Telefon: 02151 - 83900

mail@krefelder-pflegedienst.de // www.krefelder-pflegedienst.de

Sabine Engler Steuerberaterin



Steuer- und Wirtschaftsberatung auch für Ärzte, Zahnärzte und Apotheken

Flünnertzyk 230, Krefeld
Telefon 02151- 56 10 71

www.steuerberatung-engler.de
www.steuerberatung-fuer-aerzte.de

Fachberaterin für den
Heilberufsbereich
(IFU/ISM gGmbH)



Chefarzt Prof. Michael Friedrich und Fachärztin Benita Maximiliane Becher betreuen im zertifizierten Endometriose-Zentrum jährlich mehr als 200 betroffene Frauen.

Helios Klinikum Krefeld

In der Regel schmerzfrei

Erfolgreiche Therapie am zertifizierten
Helios Endometriose-Zentrum

Viele Frauen kennen das: krampfartige Schmerzen im Unterleib kurz vor und während der Periode. Manchmal sind sie so unerträglich, dass der Alltag in diesen Tagen zur Qual wird. Ursache kann eine Endometriose sein – eine der häufigsten Unterleibserkrankungen bei Frauen. Die Beschwerden einer Endometriose entstehen, weil sich Gebärmuttergewebe zyklusabhängig durch die Hormonumstellung auf- und abbaut. Dabei kommt es zu Blutungen

und starken Schmerzen in dem Gewebe, den sogenannten Endometrioseherden. Anders als in der Gebärmutter kann das Blut hier nicht nach außen abfließen. Es bilden sich blutgefüllte Zysten oder Verwachsungen, die schnellstmöglich behandelt werden müssen.

Diese chronischen Wucherungen der Gebärmutter Schleimhaut können bis in den Bauchraum vordringen und im fortgeschrittenen Sta-



Es ist unser Ziel, Schmerzfreiheit für unsere Endometriosepatientinnen zu erreichen.

dium sogar zu Verwachsungen an den Organen und Unfruchtbarkeit führen. Schätzungen zufolge sind 8 bis 15 Prozent aller Frauen zwischen der Pubertät und den Wechseljahren betroffen. Wurde vor wenigen Jahren jungen Frauen noch vermittelt, dass quälende Schmerzen zur Periode dazugehören und als typische Menstruationsbeschwerden hingenommen werden müssen, ist das Bewusstsein für die Endometriose inzwischen stark gewachsen. Auch unser zertifiziertes Endometriose-Zentrum am Helios Klinikum Krefeld trägt diesem Bewusstsein Rechnung: Die Zahl der Endometriose-Patientinnen, die sich in der Sprechstunde des Zentrums vorstellen, steigt stetig. Im Vordergrund steht hier die Diagnostik, denn sie ist der erste Schritt zur individuellen und erfolgreichen Therapie. Dies geschieht durch ein ausführliches Arzt-/Patienten-Gespräch, eine sorgfältige gynäkologische Tast- und Ultraschalluntersuchung welche je nach Beschwerdesymptomatik durch eine endoskopische Diagnostik des Dickdarms oder eine

MRT-Untersuchung ergänzt wird. Außerdem kann eine Laparoskopie (Bauchspiegelung) zur Feststellung der Lage, des Schweregrads und des Wachstumstyps der Herde oder Zysten mit anschließender Gewebeentnahme und feingeweblicher Untersuchung erfolgen.

Um das individuell zugeschnittene Therapiekonzept festzulegen, ist es wichtig, das Ziel der Behandlung in einem ausführlichen Ge-

spräch mit der Patientin zu klären. Für Frauen mit fortbestehenden Beschwerden steht die Erreichung von Schmerzfreiheit eher im Vordergrund als für Patientinnen, die sich primär die Erfüllung eines Kinderwunsches erhoffen.

So kann eine rein medikamentöse Therapie in Frage kommen oder ein chirurgisches Vorgehen im Rahmen eines schonenden minimalinvasiven Eingriffes. Bei ausgeprägten Befunden erfolgt dies gegebenenfalls durch das hochmoderne DaVinci Operationsrobotersystem. Nach der OP werden dann Therapieoptionen, wie eine Hormonbehandlung und Schmerztherapie, auf die Wünsche und Bedürfnisse der Patientinnen angepasst.

Wir arbeiten dabei immer eng und fachübergreifend mit einem Team aus Fachärzten und Spezialisten aus der Schmerztherapie, Psychosomatik, der ganzheitlichen Medizin sowie Experten der Kinderwunschklínik zusammen, um für die betroffenen Frauen den besten Weg im Umgang mit der Erkrankung zu finden.

Helios Klinikum Krefeld

Endometriose-Zentrum

Prof. Michael Friedrich,

Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Telefon: 02151 32 - 2243



Jessica D. Buchner
Coaching · Hypnose · Yoga

ENTDECKE DEINE KRAFT UND INDIVIDUALITÄT!

Dein individuelles, ganzheitliches Coaching:

- Entschleunigung genießen
- Bedürfnisse erkennen
- Ziele definieren
- neue Perspektiven einnehmen
- alte Denkmuster auflösen
- Herausforderungen meistern
- Leichtigkeit, Kraft und Glück finden

Mülhauser Straße 5 • 47906 Kempen

Devani@meinlebenistwertvoll.de • www.meinlebenistwertvoll.de

Kontaktiere
mich für ein
unverbindliches
Kennenlerngespräch.
Denn der richtige
Zeitpunkt ist immer
JETZT!





Dr. Dörte Jenett, Assistenzärztin in der Klinik Königshof, hilft Frauen mit postpartaler Depression.

Klinik Königshof

WENN DER BABYBLUES BLEIBT

Fotos: Luis Nelsen

Auf einmal ist da ein zweiter Strich auf dem Schwangerschaftstest. Ein Strich, der oftmals sehr lange herbeigesehnt wurde, aber auch ein Strich, der von heute auf morgen das Leben eines Paares komplett auf den Kopf stellt. Es gibt wenig Ereignisse im Leben, die so enorm viele Auswirkungen haben wie eine Schwangerschaft. Das bedeutet oftmals viel Freude, aber auch viele Fragen und Unsicherheiten. Und manchmal kommt dann auch der Babyblues.

Eine Schwangerschaft ist etwas Großartiges und jede Mutter sollte einfach nur glücklich sein. So oder so ähnlich wird es vielen Frauen durch die Medien, aber auch durch die Gesellschaft suggeriert: „Durch diese enorme Erwartungshaltung kommen bei vielen Müttern, aber auch Vätern, große Schuldgefühle auf, wenn sie es nicht so empfinden“, erklärt Dr. Dörte Jenett, Assistenzärztin in der Klinik Königshof. „Natürlich kann die Schwangerschaft eine wundervolle Zeit sein, aber sie ist auch einschneidend und bringt große Veränderungen mit sich.“ Schon mit Beginn der Schwangerschaft spielen die Hormone bei der Schwangeren verrückt: „Egal, ob jemand psychisch vorbelastet ist oder nicht, diese Umstellung ist für niemanden einfach“, weiß Dr. Jenett, die selbst Mutter von drei Kindern ist. Viele Frauen merken zwar, dass es ihnen nicht richtig gut geht und die Freude auf das Baby verhalten ist, sehen aber nicht, dass es sich hierbei um eine Krankheit

handeln könnte: „Es ist eine besondere Zeit im Leben und oftmals ist es für ein Paar auch nicht einfach zu differenzieren, wann die Hormone nur verrückt spielen und wann sich eine Erkrankung anbahnt. Deswegen raten wir dazu, sich lieber einmal zu viel bei uns vorzustellen als zu wenig.“

Die Klinik Königshof bietet, initiiert von Dr. Jenett, ab sofort eine Eltern-Kind-Sprechstunde an, die bei psychischen Krisen rund um die Geburt Hilfestellungen gibt und die Eltern aktiv unterstützt: „Die Eltern müssen sich einfach kurz telefonisch bei uns in der Ambulanz anmelden und können dann zur Sprechstunde kommen, gerne auch mit dem Baby.“

Das Hilfsangebot der Klinik ist auf drei Pfeiler gestützt: „Zum einen



ist es uns sehr wichtig, den Alltag der Frauen einfacher zu machen. Gemeinsam mit dem Partner/der Partnerin schauen wir, wie die Frau entlastet werden kann, zum Beispiel durch eine Haushaltsunterstützung. Wir arbeiten eng mit dem Netzwerk Frühe Hilfen in Krefeld zusammen“, so Dr. Dörte Jenett. Diese akute Unterstützung stelle die Basis dar. „In Gesprächen in unserer Sprechstunde und auch darüber hinaus schauen wir dann individuell, welche alten Probleme vielleicht noch aufgearbeitet werden müssen. Zusätzlich dazu bieten wir demnächst auch eine Gesprächsgruppe an. Für viele ist es bereits eine enorme Entlastung zu sehen, dass sie nicht allein mit den Problemen sind.“ Neben der Gesprächsgruppe bietet die Klinik Königshof auch eine Tanz- und Bewegungstherapie an, bei denen die Babys ebenfalls mitgebracht werden können. Der letzte Pfeiler des Hilfsangebots besteht aus der medikamentösen Hilfe: „Natürlich steht hier immer eine Nutzen-Risiko-Abwägung an erster Stelle. Viele Medikamente sind aber mittlerweile sehr gut mit einer Schwangerschaft oder in der Stillzeit kombinierbar“, so die Ärztin.

10 bis 15 Prozent aller Frauen erkranken nach der Geburt an einer postpartalen Depression. Diese Zahlen zeigen, dass der sogenannte Babyblues oftmals eben nicht nach ein paar Tagen abklingt, sondern oftmals auch tiefgreifender wird, sodass Hilfe unabkömmlich und enorm wichtig ist: „Die Angst von vielen Frauen ist, dass ihnen das Kind weggenommen wird, wenn sie keine Liebe für das Baby empfinden, dabei sind diese Gedanken Ausdruck der Erkrankung und in dem Rahmen normal. Je früher ein Paar zu uns kommt, umso besser können wir helfen. Die Erkrankung ist sehr gut behandelbar“, erklärt Dr. Jenett. _ Sarah Weber

Klinik Königshof

Am Dreifaltigkeitskloster 16 // 47807 Krefeld

Telefon: 02151 - 8233 00 – Für Notfälle: 02151 - 8233-6032

www.klinik-koenigshof-krefeld.de

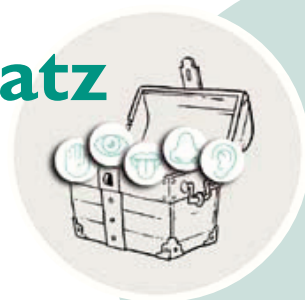
Logopädische Praxis **Sprachschatz**

Sonja Achten
staatlich anerkannte Logopädin

Katharina Teimoorian
staatlich anerkannte Logopädin klinische Linguistin (B.Sc.)

Traarer Straße 15 • 47829 Krefeld
Telefon: 0 2151 - 94 22 456 • Telefax: 0 21 51 - 94 22 457

www.sprachschatz-logopaedie.de



Zahnarzt
Wojtek Honnefelder

ACHTUNG: BEI ZAHN- VERLUST DROHT DEMENZ!

Foto: Luis Nelsen



Dass Zähne, Zahngesundheit und Mundhygiene immer im Zusammenhang mit dem gesamten Organismus zu betrachten sind, veranschauliche ich nicht nur meinen Patienten, sondern auch immer wieder den Lesern dieser Kolumne. Jetzt haben zwei Studien aus den USA und Finnland ganz neue Erkenntnisse zutage gefördert, in welcher Verbindung fehlende Zähne zu Erkrankungen wie Demenz stehen, und Erklärungsansätze für die erhobenen Daten gefunden. Ohne sie mit dem Zahlenwerk zu langweilen, kommen beide Studien zu dem Schluss, dass pro fehlendem Zahn die Wahrscheinlichkeit, an degenerativen Hirnerkrankungen zu leiden, signifikant ansteigt, insofern diese nicht mit einem adäquaten Ersatz versehen und die Ursachen für den Verlust therapiert werden. Oft sind chronische Entzündungen des Zahnhalteapparates für den Zahnverlust verantwortlich. Diese Entzündungen gelangen ins Gehirn, wo sie Neuronen schädigen und die Gedächtnisleistung vermindern. Ein absolut plausibler Ansatz.

Ebenfalls nachvollziehbar scheint die These, dass Menschen ohne suffizienten Zahnersatz nicht mehr in der Lage sind, jedes Lebensmittel

zu konsumieren und sich deswegen einseitig ernähren. Oder – und diese Erfahrung teile ich aus der Praxis – sie kauen nur zaghaft und der Nahrungsbrei kann im Magen respektive im Darm nicht so verdaut werden, dass die so wichtigen darin enthaltenen Nährstoffe in ausreichender Menge aufgenommen werden.

Schon lange gibt es in der Zahnmedizin den Leitspruch „An jedem Zahn hängt ein Organ“. Doch es sind gerade die jüngsten Studien, die belegen, von wie viel Wahrhaftigkeit dieser Satz durchzogen ist. Fehlende Zähne sind nicht nur ein Schönheitsfehler und die Ursachen dafür nicht nur ein lokales Problem. Von der Prophylaxe über die Parodontitis-Therapie bis hin zum Zahnersatz bietet die moderne Zahnmedizin alle Möglichkeiten, der gefürchtetsten Alterserkrankung, der Demenz, rechtzeitig vorzubeugen. Und so geht es bei „den Dritten“ nicht nur um Lebensqualität, sondern um das Leben an sich. Wir sind dabei gerne für Sie da!

Ihr Wojtek Honnefelder



dieBUexperten

Ein Service der Vinzentz GmbH aus Krefeld.
Ihr Ansprechpartner für Versicherungslösungen!

- **Berufsunfähigkeits- und Grundfähigkeitsversicherung**
- **Unfall- und Pflegeversicherung**
- **private Krankenversicherung**

dieBUexperten.de | 02151/4542931



SCAN ME

Fassaden waschen ^{✦ ✦ ✦} statt ~~streichen.~~



bis zu 70 % günstiger
als ein Anstrich



ohne Gerüst –
schnell und effektiv



nachhaltig und
umweltschonend



Jetzt
Termin für
Gratis-Probe-
flächenreinigung
vereinbaren!

Tel.: 02151 - 3272000 oder
E-Mail: info@fassago.de

fassago ✦ ✦ ✦

Die ECO-Fassadenreinigung · Garnstraße 72 · 47789 Krefeld

www.fassago.de



✦ Beste Qualität
✦ Made in Germany

Grabeskirche
St. Elisabeth von Thüringen

RAUM FÜR TRAUER RAUM FÜR LEBEN

Foto: Lucas Coersten



Die Grabeskirche St. Elisabeth von Thüringen gibt der Trauer einen Ort mit angenehmer Atmosphäre und menschlicher Fürsorge.

Trauer braucht einen Ort, der den Hinterbliebenen guttut. Das hat man in der Grabeskirche St. Elisabeth von Thüringen verstanden. Beim Betreten umgibt einen sofort eine angenehme Atmosphäre. Für die Asche von etwa 1.700 verstorbenen Krefeldern kann die Grabeskirche letzte Ruhestätte sein, in Urnengrabstätten an den Wänden des Kirchenschiffes und in frei stehenden Blöcken. Von den bisher 320 Beigesetzten und natürlich von den Angehörigen, die immer wieder zu Besuch kommen, scheint Volker Matter, Verwalter der Grabeskirche, jeden Namen zu kennen.

Viele Menschen organisieren ihren Verbleib nach dem Tod in der Grabeskirche, die 2018 fertiggestellt wurde, tatsächlich schon persönlich, bevor es so weit ist. Man kann eine Anwartschaft erwerben, das ist so etwas wie eine Reservierung. „Die Erfahrung zeigt, dass der Weg für die Angehörigen dann sehr viel angenehmer ist“, führt der kaufmännische Verwalter an. „Oft kommen Ehepaare zu mir, so um die 80 Jahre, in dem Wissen, es kann jeden Tag passieren.“ Einige haben sogar früher in der Kirche St. Elisabeth von Thüringen geheiratet und entscheiden sich, nun den Kreis zu schließen und auch dort ihre letzte Ruhe zu finden. Nachdem diese Generation oft selbst viele Jahrzehnte die Gräber ihrer Eltern gepflegt hat, wollen sie dies ihren Kindern ersparen. In der Grabeskirche gibt es eine Pflegefreiheit. Das ist ein wichtiger Aspekt für viele Anwärter, zu wissen, dass alles in Ordnung gehalten wird.

Durch die räumliche Nähe der Urnengrabstätten verläuft sich das trauernde Publikum in der Grabeskirche nicht wie auf dem Friedhof. „Es ist halt doch eine relativ überschaubare Geschichte. Der Hauptfriedhof ist nicht vergleichbar mit uns, das ist einfach eine ganz andere Größenordnung“, so Matter. Man trifft sich immer wieder, spricht miteinander, lernt sich kennen. Trauernde Ehepartner kommen oft jeden Tag. Es entstehen Beziehungen. Die Hinterbliebenen nicht allein zu lassen, das ist die Hauptaufgabe des Teams rund um die Grabeskirche.

Ein kleiner Kreis Ehrenamtlicher, das Präsenzteam, ist immer mit offenen Augen und Ohren für die Trauernden da. Frau Ziegler, eine Ur-Beisetzung im Präsenzdienst, erzählt: „Mein Mann ist hier beigesetzt. Er war in Linn Küster und Organist bei Pfarrer Gerndt, daher haben wir eine enge Beziehung. Mein Mann war sehr krank und da haben wir uns gemeinsam für eine Bestattung in der Grabeskirche entschieden. Das machte es meinen Kindern und mir leichter.“

„Wir haben hier noch die Besonderheit, dass der Hochaltar, der vor dem Umbau im Altarraum stand, nun draußen im Garten steht und wir bei schönem Wetter draußen unter einem großen Baum Gottesdienst feiern können“, begeistert sich Matter über das Alleinstellungsmerkmal von St. Elisabeth. So erfreuen sich diese Outdoormessen größter Beliebtheit. Im August gibt es traditionell sogar eine Grillmesse, also ein Gottesdienst im alten Klostergarten mit anschließender Grillwurst und Bier. „Sie sehen, wir sind hier vielschichtig, nicht nur Friedhof“, freut sich der Kirchenverwalter und das tut den Hinterbliebenen eben auch gut. _ Swantje Monreal

Die Grabeskirche ist täglich von 10 bis 17 Uhr geöffnet. Es stehen zu jeder Zeit Ansprechpartner im Kirchenraum zur Verfügung. Weitere Informationen zu Gottesdiensten und Angeboten finden Sie im Internet: www.grabeskirche-krefeld.de



Foto: Harri Tarvainen

Finlantis

Lichtblicke UND FINNISCHE SAUNA-TRADITION

Die Leidenschaft der Finnen fürs Saunieren zählt zum immateriellen Kulturerbe der Menschheit. „Die Saunakultur in Finnland ist ein integraler Bestandteil des Lebens der Mehrheit der finnischen Bevölkerung“, hieß es am 17. Dezember 2020 in einer Erklärung der UN-Kulturorganisation Unesco. Herrlich finnisch entschleunigen können die Besucherinnen und Besucher im Finlantis. In der Nettetaler Saunalandschaft gehört die finnische Saunakultur zum Gesamtpaket. So darf es auch einmal gesellig zugehen mit unterhaltsamen Gesprächen – ganz wie in Finnland. Auf Wunsch sogar mit Glögg, dem skandinavischen Glühwein.

Christmas Deluxe: Am 17. Dezember wird es Finlantisch-festlich!

Weihnachtliche Atmosphäre mit Kerzenschein, festlicher Deko und Tannenduft am 17. Dezember von 18 – 23 Uhr in der Saunalandschaft Finlantis. Duftende Aufgüsse locken in die große Panoramasauna. Besonderes Highlight ist die Xmas-Zeremonie im Dampfbad. Wer sich ein wenig Luxus gönnen möchte, bucht eine Massage aus dem Wellness-Angebot. Spätestens beim Besuch in der Finlounge sind wohl alle im Weihnachts-Feeling.

Finlantis // Buschstr. 22 // 41334 Nettetal // info@finlantis.de
www.finlantis.de

Helfen ist Herzenssache!

Über 30 JAHRE

www.krebskinder-krefeld.de

Förderverein zugunsten krebskranker Kinder Krefeld e.V.

Sparkasse Krefeld
IBAN DE37 3205 0000 0000 0088 88

Volksbank Krefeld e.G.
IBAN DE32 3206 0362 0000 7700 00

Aktion Teddybär – ein Projekt unter dem Dach des Fördervereins

timeout
Fitness & Gesundheit

SC Bayer 05 Uerdingen

**DU KENNST DAS ZIEL –
WIR KENNEN DEN WEG**

LASS DICH BEWEGEN

Gratis Probetraining vereinbaren!

timeout-krefeld.de/lass-dich-bewegen



„Darmschön“ beim Moveo Expertendialog Warum der Stoffwechsel klemmt!

Fotos: Luis Nelsen



Maïke Klein hat den wohltuenden Effekt der Colon-Hydro-Therapie am eigenen Leib erfahren.

Früher war der Darm selbst in der Schulmedizin ein eher geringgeschätztes Organ. Ein Schlauch, in dem Stoffwechselabfälle der Entledigung zugeführt werden. Mit der Zeit wuchs das Interesse am oft mit Scham behafteten Thema und bahnbrechende Erkenntnisse gelangten zunehmend in das Bewusstsein der Öffentlichkeit. Wie wichtig der Darm für die Gesundheit des gesamten Organismus tatsächlich ist, in welchem Zusammenhang er mit dem Immunsystem und Stoffwechsel steht und dass zwischen Darm und Hirn eine direkte Verbindung besteht, liegt für viele doch immer noch im Verborgenen. Maïke Klein hat schon vor Jahren die Bedeutung des Darms am eigenen Leib erfahren und mit der ihrer Unternehmung „Darmschön“ zugrundeliegenden Colon-Hydro-Therapie ein Angebot geschaffen, das verblüffende Erfolge erzielt. Am 15.12.2022 wird sie die Mitglieder des moveo Expertendialogs in ihren spannenden Kosmos entführen.

„Ich war selbst einmal schwer krank und habe durch meinen Heilpraktiker von der Colon-Hydro-Therapie erfahren. Dass ich heute gesünder und fitter denn je bin, verdanke ich zu einem großteil genau diesem Verfahren“, ist sich Maïke Klein sicher. Für die spürbar energiegeladene Krefelderin ist Darmschön Berufung und Geschäft zugleich, möchte sie doch leidgeplagten Menschen in schweren, viel-

leicht manchmal fast aussichtslosen Situationen, Hilfe bieten, die sie von der Schulmedizin seinerzeit nicht erhalten hat. „Wenn es um systemische und chronische Erkrankungen geht, steht die Darmgesundheit absolut im Mittelpunkt. Das kann man gar nicht oft genug betonen“, so Mike Wiertz, Heilpraktiker am Darmschön Standort Krefeld, weiter. Beim Expertendialog wird er gemeinsam mit Patient Marius

Jedrus tiefe Einblicke in das Thema geben und anschließend für Fragen empfänglich sein. „Ich freue mich darauf, mit Menschen in den Dialog zu treten, die selbst im Gesundheitswesen arbeiten und die Colon-Hydro-Therapie im Sinne eines Netzwerks als Baustein Ihres Konzepts begreifen könnten“, sagt Maike Klein und bringt damit den Grundgedanken der Veranstaltung auf den Punkt.

Der moveo Expertendialog ist ein mitgliedergetragenes Netzwerk, das zum interdisziplinären Austausch beiträgt und Unternehmen aus dem Gesundheitswesen zusammenführt. Zusätzlich zu den Abendveranstaltungen, die aus Vortrag, Podiumsgespräch und geselligem Austausch bestehen, bietet der Expertendialog zahlreiche weitere Features, wie Newsletter, Jobbörse und Social Media-Content. „Wer aus dem Gesundheitswesen kommt und sich mit anderen aus der Branche vernetzen möchte, ist herzlich eingeladen, mal bei einem der Netzworkeabende hineinzuschnuppern“, erklärt Gründerin Sarah Weber, die gemeinsam mit David Kordes, der den Abend moderiert, den Expertendialog führt.

Anders als üblich wird die letzte Veranstaltung des Jahres aus Platzgründen nicht in den Räumlichkeiten des Ausrichters, sondern in der Stahlhaus Eventlocation stattfinden. Anmeldungen von Mitgliedern und Interessenten werden bis zum 25. November entgegengenommen.



Sarah Weber und David Kordes.

men. „Wir freuen uns darauf, unsere Mitglieder vor den Feiertagen noch einmal wiederzusehen und auf ein wahnsinnig spannendes Thema, das gerade vor den nahenden Festtagsmahlzeiten nicht besser platziert sein könnte“, sagt Weber mit einem Augenzwinkern.

moveo Expertendialog

**15.12.2022 // Beginn 19 Uhr // Stahlhaus Eventlocation
Gladbacher Straße 644 // 47804 Krefeld**



Empfohlener
Hörakustiker
www.hoerakustiker-bewertungen.de
★★★★★

500 €
RABATT AUF
HÖRGERÄTE*

Winterrabatte bei OTON! Wir schenken Ihnen Hörfreude.

Einfach vorbeikommen und einen unverbindlichen Hörtest machen. Gemeinsam mit Ihnen finden wir bei Bedarf ein Hörgerät, das zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen passt und für das wir Ihnen ein einmaliges Geschenk machen – bis zu 500 €* Winterrabatt. **Wir wünschen Ihnen eine hörenswerte Winterzeit.**

OTON Die Hörakustiker
Hörakustik Derouaux GmbH
Uerdinger Straße 279 | 47800 Krefeld
☎ 02151 - 644 69 69

* Gültig bei Abnahme von zwei Hörgeräten ab einem Stückpreis von 1.900 € bis zum 28.02.2023. Der Rabatt bezieht sich bei Hörgeräten auf den Eigenanteil bei gesetzlich Versicherten. Für Privatversicherte erstellen wir gerne ein entsprechendes Angebot.

www.oton-hoerakustik.de

oton 
DIE HÖRAKUSTIKER



Auf dem digitalen Erlebnistisch werden Spiele gespielt, Bilder gemalt, Übungen gemacht oder Musik abgespielt.



Seniorenzentrum
„Am Bismarckviertel“

EIN TISCH, DER GLÜCKLICH MACHT

Fotos: Felix Burandt

Es gibt nicht mehr viele Menschen, die ohne Smartphone und Internet leben. Laut einer Studie nutzen 84 Prozent der Deutschen digitale Technologien noch häufiger als vor der Pandemie. Insbesondere die Altersgruppe ab 65 Jahren sticht dabei hervor, wie auch ein Besuch im familiären Seniorenzentrum „Am Bismarckviertel“ zeigt. Ein interaktiver Erlebnistisch mit altersgerechten Spielen, Bildern und Musik sorgt bei Bewohnern wie Mitarbeitern für Begeisterung.

Bei älteren Menschen ist es immer ruhig und beschaulich? Ja klar, und die Erde ist eine Scheibe. Bereits beim Betreten des Seniorenzentrums „Am Bismarckviertel“ hören wir Gesang und Gelächter aus dem Gruppenraum. Morgens um zehn wird hier am neuen Erlebnistisch schon gespielt, geklickt und über ein Display gewischt, um das Gedächtnis zu trainieren, die Sinne zu aktivieren oder einfach Geselligkeit zu erleben.

Musiktherapeutin Misako Kitazawa hatte sich erst im Sommer für die Anschaffung der Pflegeinnovation stark gemacht: „Die Digitalisierung geht auch an uns nicht vorbei, denn mittlerweile ziehen Menschen zu uns, die ein Handy besitzen oder ganz selbstverständlich Dienste wie Netflix, Sky oder Alexa nutzen. Der Erlebnistisch bietet viele Anwendungen, die sowohl die Feinmotorik als auch die geistige Ebene sti-

SEIT 40 JAHREN ERKENNEN SIE EINE GUTE BERATUNG AN DIESEM SHIRT

Das Halle 22-Teamshirt.

Getragen von Menschen, die sich mit individuellem Gesundheitstraining auskennen.

Vereinbaren
Sie Ihre Beratung
Tel.: 02154-88660



Halle 22 Fitness & Gesundheit e.K. • Schmelzerstraße 5 • 47877 Willich • www.halle22.de



**Einrichtungsleiter
Christian Kröll
pendelt jeden Tag
aus Bottrop nach
Krefeld.**



**Digitale Medien sind nur etwas für junge Leute. Irrtum:
Die Einwohner des Seniorenzentrums sind begeistert
von ihrem Erlebnistisch.**

mulieren. Das kann ein Puzzle sein oder die Jukebox mit Songs von früher. Abgesehen vom therapeutischen Nutzen schafft er vor allem ein fröhliches Miteinander.“ Und das harmoniere wunderbar mit ihrem Ziel, den Bewohnern einen angenehmen Lebensabend zu ermöglichen.

Zwei männliche und vier weibliche Vertreter der Generation Ü80 haben sich um die große Tafel versammelt und testen neugierig, was beim Berühren der Tischplatte passiert. Es läuft noch etwas ungeordnet ab, weil jeder gleichzeitig agieren kann, sodass Tonleitern aufpoppen, flotte Beats erklingen oder Obstsorten verschwinden. „Wer hat datt jetzt gemacht?“, fragt ein Teilnehmer im niederrheinischen Slang. Neben Lachen ist ein verschmitztes „Upps“ das häufigste Geräusch in dieser Runde. „Man kann mit bis zu sechs Personen spielen, Bilder ausma-

len, Motive erraten, Videos anschauen oder Musik abspielen“, erklärt Betreuungskraft Graziella Malacasa die Funktionen des XXL-Displays, das in die Tischplatte eingelassen ist. Die Bedienung erfolge ganz einfach per Touchscreen. „Spreizen Sie mal die Finger wie eine Spinne“, ermuntert sie die Dame neben sich. Eine blaue Blume im Bild wird sofort größer, ihre Sitznachbarin stimmt passend ein altes Kinderlied an: „Blau, blau, blau sind alle meine Kleider.“ Von Langeweile gibt es hier keine Spur, im Gegenteil: Wir erleben einen Ort voller Leben, Lachen und Herzlichkeit.

Der neue Einrichtungsleiter Christian Kröll freut sich ebenfalls über die gute Stimmung im mit 55 Plätzen eher überschaubaren Haus. „Ich habe hier ein motiviertes Team vorgefunden, das mit Herzblut dabei ist.“ Ab Oktober wird das Personal mit drei weiteren Pflegefachkräften und einer Pflegehilfskraft verstärkt. Denn das Selbstverständnis, „unseren Bewohnern Gesellschaft zu leisten, Geborgenheit und Sicherheit, aber auch professionelle Betreuung und Pflege auf höchstem Niveau zu bieten“, solle kein leeres Werbeversprechen sein.

In einem Märchen der Gebrüder Grimm wurde ein Tisch mit besonderen Eigenschaften beschrieben. Wenn man ihn hinstellte und „Tischlein, deck dich!“ sagte, erschienen ein sauberes Tuch, Teller, Messer und Gabel – und Schüsseln mit Gesottenem und Gebratenem. Auch der Erlebnistisch macht Menschen im Seniorenheim glücklich. Doch ist er als digitales Werkzeug trotz märchenhafter Effekte ganz real. //ms

Senioren Wohnpark Weser GmbH
Seniorenzentrum „Am Bismarckviertel“
Uerdinger Straße 140 // 47799 Krefeld
Telefon: 02151 - 623 90-11
E-Mail: hl-krefeld@wohnpark-weser.de
www.residenz-gruppe.de

Wir lieben, was wir tun!

www.diebrille-krefeld.de

Hannappel Seit 135 Jahren in Familienhand
BESTATTUNGEN

Die Hinterbliebenen erfahren im Trauerfall bei uns eine pietätvolle, fachkundige Beratung und Hilfe. Seit über 135 Jahren Erfahrungen in allen Formalitäten zu äußerst günstigen Bedingungen. Ein eigener Abschiedsraum steht den Angehörigen zur Verfügung.

Zu Vorsorgegesprächen sind wir jederzeit bereit.

www.bestattungen-hannappel.de
info@bestattungen-hannappel.de

Bestatter
VOM HANDWERK GEPRÜFT

Zertifiziertes QM System
nach ISO 9001:2015
LGAZ InterCert

Dionysiusplatz 20 · 47798 Krefeld · Tel. 0 21 51 - 2 21 51
Anrather Straße 31 · 47807 Krefeld · Tel. 0 21 51 - 30 34 08

Wo bekomme ich das moveo-Magazin?

Die moveo-Aufsteller

Das moveo-Magazin wird in diversen Gesundheitseinrichtungen im Raum Krefeld ausgelegt und ist zudem bei zahlreichen Partnern zu finden, die einen moveo-Aufsteller in ihren Räumlichkeiten platzieren.

Bereits jetzt haben sich einige unserer Kooperationspartner außerdem der „Krefeld für schlagende Herzen“-Aktion angeschlossen und einen AED (Automatisierter externer Defibrillator) in den Räumlichkeiten installiert.

Apotheke im LCC

Luisenplatz 6-8, 47799 Kefeld

Bauernladen Uerdingen

Niederstraße 51, 47829 Krefeld

Biomarkt Sonnentau

Stephanstraße 13, 47799 Krefeld

Buchen-Apotheke

Buschstraße 373, 47800 Krefeld

Caritas Krefeld

Am Hauptbahnhof 2, 47798 Krefeld

Comunita Seniorenhaus Krefeld

Moerser Str. 1-3, 47799 Krefeld

DRK Kreisverband Krefeld e.V.

Uerdinger Str. 609, 47800 Krefeld

FACTORY Krefeld

Oberdießemer Str. 24, 47805 Krefeld

Fischelner Gesundheitshaus

Hafelsstraße 15, 47807 Krefeld

FitPark ONE

Gahlingspfad 14, 47803 Krefeld

Fußorthopädie Janßen

Dampfmühlenweg 7, 47799 Krefeld

Gesundheitszentrum Niesters Krefeld Mitte

Rheinstraße 60, 47799 Krefeld

Halle 22

Schmelzerstraße 5, 47877 Willich

Hochschule Niederrhein

Reinartzstraße 49, 47805 Krefeld

Hospital zum Heiligen Geist

Von-Broichhausen-Allee 1, 47906 Kempen

Karls Naturkost

Karlsplatz 9, 47798 Krefeld

Ki.Nd – Kinderwunschzentrum Niederrhein

Madrid Str. 6, 41069 Mönchengladbach

Kinderarztpraxis Leyental

Leyentalstraße 78B, 47799 Krefeld

KINETO – Physiotherapie & Training

Bismarckplatz 32, 47799 Krefeld

KINETO – Physiotherapie & Training

Den Ham 16, 47839 Krefeld

Klinik Königshof

Am Dreifaltigkeitskloster 16, 47807 Krefeld

KSB-Krefeld – Senioren- und Demenztbetreuung

Rheinstraße 22, 47799 Krefeld

Linara Betreuung zuhause & LambertCare

Uerdinger Str. 579, 47800 Krefeld

Laufsport Bunert

Rheinstraße 39, 47799 Krefeld

Media Markt Krefeld

Blumentalstr. 151-155, 47803 Krefeld

Naturkost Bettinger

Friedrich-Ebert-Straße 240, 47800 Krefeld

Orthopädie-Schuhtechnik

Sanitätshaus Jordan
St.-Anton-Straße 16, 47799 Krefeld

Physiotherapie Traub

Schönwasserstraße 105, 47800

Physioteam Winz

Hauptstraße 10, 47918 Tönisvorst

Pluspunkt Apotheke im Schwanenmarkt

Hochstraße 114, 47798 Krefeld

Praxis für Osteopathie & Physiotherapie Husson

Moerser Landstraße 389, 47802 Krefeld

Restaurant Klarsicht

Moerser Str. 79, 47803 Krefeld

salvea Gesundheitszentrum

Westparkstraße 107-109, 47803 Krefeld

Sanitätshaus Ermers

Klever Straße 74, 47839 Krefeld

Sanitätshaus Kanters

Ostwall 203, 47798 Krefeld

Schiller Apotheke

Uerdinger Str. 278, 47800 Krefeld

St. Elisabeth-Hospital

Hauptstraße 74-76, 40668 Meerbusch

St. Josefhospital

Kurfürstenstraße 69, 47829 Krefeld

Stern-Apotheke

Hülser Str. 10, 47798 Krefeld

Vital Apotheke

Schulstraße 1-3, 47839 Krefeld



**Standort mit moveo-Aufsteller
und AED vor Ort**

**Möchten Sie Auslagepartner werden
oder einen AED in Ihren Räumlichkeiten
installieren? E-Mail redaktion@crevelt.de
oder Tel. 02151 - 6588399.**

IST DER FUNKE ÜBERGESPRUNGEN?

Dann trau dich und lass uns den nächsten Schritt wagen! Sichere dir ab sofort deine Rückrundendauerkarte für alle Pinguine-Heimspiele der Hauptrunde ab unserem Duell mit den Eisbären Regensburg am Freitag, 16. Dezember.



WWW.KEV-TICKETS.DE



Kommen Sie in unser Pflege-Team des Comunita Seniorenhauses Crefeld!



“ Hier fühle ich mich
wohl, weil ich **mit Herz**
Karriere machen kann
und meine **Leistung**
an **erkannt** wird! ”



Mehr Infos zu verfügbaren
Stellen erhalten Sie hier:



Dann nutzen Sie die Chance und senden uns Ihre Unterlagen vorzugsweise an:

Nicolé Jansen (Einrichtungsleitung)

hl-crefeld@comunita-seniorenhaeuser.de

oder per Post an: Moerser Str. 1 – 3 | 47798 Krefeld

Tel.: 02151/7819-101

www.comunita-seniorenhaeuser.de

Comunita
Seniorenhaus Crefeld

