

CREVELT

DAS MAGAZIN  FÜR KREFELD

Ladies' League
Frauenpower im Sport

Adiam Hailesilassie
Lebenskunst aus Eritrea

No Mercy Trek
Für Frauen durch die Hölle

Ideencenter Lemmen

**„SCHATZ, HAST DU
DIE TÜR ABGESCHLOSSEN?“**

 **Ideencenter**
Lemmen
Frank Lemmen

IHRE GESUNDHEIT VERDIENT EINE ZWEITE MEINUNG. IHR VERMÖGEN AUCH.

“Meine Erfahrung zeigt, dass viele Anleger bei Banken und Vermögensverwaltern nicht wissen, dass sie durch intransparente Kosten, mangelnde Steueroptimierung und schlechte Investmentstrategien 6- bis 7-stellige Summen verschenken.”

*Mit unserem **kostenlosen Anlage-Check** Ihrer Verträge erkennen Sie in nur 30 Minuten

- welche negativen Faktoren Ihre Rendite auffressen
- wie viel Vermögen Sie tatsächlich unbemerkt verlieren
- welche Möglichkeiten Sie haben, Ihr Vermögen sicher und renditestark anzulegen

Nutzen Sie unser Expertenwissen – rufen Sie jetzt an für Ihre kostenlose und unverbindliche Analyse: 0 21 51 - 70 460



Andree Breuer

HONORIS *finance*
VERMÖGENSBERATUNG

Liebe Crevelterinnen & Crevelter,

Foto: Niklas Breuker



in den letzten Jahren wurden wir immer wieder mit einer bestimmten Kritik konfrontiert: „Wenn man euer Magazin liest, könnte man meinen, es gäbe keine Frauen in Krefeld“, formulierte es eine Leserbrieffschreiberin einmal sehr pointiert. Und tatsächlich ist es so, dass es in unseren Artikeln überdurchschnittlich oft um Männer geht. Uns hat das ehrlich gesagt selbst erstaunt, denn natürlich ist das keinesfalls Ausdruck einer bestimmten Agenda, sondern am Ende einfach Zufall. Oder doch nicht? Hat ein überwiegend von Männern geführtes Magazin vielleicht automatisch eine männliche „Schlagseite“? Ganz auszuschließen ist das nicht – und natürlich ein guter Anlass, das eigene Handeln immer mal wieder kritisch zu überprüfen.

In jedem Fall freut es uns umso mehr, dass in dieser Herbstausgabe sehr viele Frauen mit ihren Geschichten zu Wort kommen – auch wenn unser Umschlag mit Einbrecherschreck Frank Lemmen einen anderen Eindruck erweckt. So haben wir uns mit Künstlerin Adiam Hailesillassie getroffen, die uns spannende Einblicke in ihr Schaffen und Denken gewährte, die ebenso sehr von ihrem Geburtsort Eritrea wie von ihrer niederrheinischen Heimat geprägt sind. Mit der Verarbeitung von Trauer beschäftigen sich die Trauerbegleiterinnen Sabine Kreuer und Stefanie Barthold: In der alten Samtweberei empfangen sie Menschen, die nach dem Verlust einer geliebten Person

nicht mehr weiter wissen. Was es mit dem Beruf der Pferdewirtschaftsmeisterin auf sich hat, erklärte uns Renée Faatz am Ende ihres langen Arbeitstages für unsere beliebte Serie „Wie wird man eigentlich?“. Für mehr Aufmerksamkeit und Gleichberechtigung für Frauen im Sport setzen sich hingegen die Sportlerinnen der Leading Ladie's League ein: Noch immer ist es nämlich so, dass der Fokus der Vereine oft auf ihren Männerbereichen liegt, während die Frauen eher stiefmütterlich behandelt werden. Wie sich das ändern soll, erklärten uns die Athletinnen im Gespräch. Und um Frauenrechte geht es auch Michael Loewnich und Extrem-Globetrotter Sascha Stoeckl: Um Spendengelder für die Errichtung eines Frauenhauses in Liberia zu sammeln, wandern die beiden in 60 Tagen zu Fuß von Marrakech durch das Atlasgebirge und die Westsahara bis nach Nouakchott in Mauretanien. Wir haben uns vor ihrer Abreise mit ihnen unterhalten.

Wir hoffen, mit unserer Oktober-Ausgabe ein bisschen Wiedergutmachung für bisherige Versäumnisse geleistet zu haben – und geloben für die Zukunft Besserung. CREVELT soll schließlich ein Magazin für alle Menschen in Krefeld sein: Für Frauen und Männer.

Viel Spaß beim Lesen wünschen
Ihr Michael Neppeßen und David Kordes



OKTOBER 25

„Schatz, hast du die Tür abgeschlossen?“ 06
Ideencenter Lemmen

Wie wird man eigentlich ... Pferdewirtschaftsmeisterin? 08
Renée Faatz

Macherin und Lebens-Künstlerin 12
Adiam Hailesillassie

Musik für die Seele 16
TrioFlieger

Mach’ mal Gedanken-Pause! 18
Klinik Königshof

Mit dem „Pinn“ auf zu Dell 20
Sanitätshaus Dell

Heilende Orte schaffen 22
Vier Frauen für die Gesundheit

Auch Männer brauchen Hilfe 24
Klinik Königshof

Wenn Pflege die Familienbühne betritt 26
Kolumne: Sicher durch den Pflegedschungel

Frauenpower in Krefeld 28
Ladies’ League

Geschäftsstart nach Maß! 34
CREVELT Immobilien

mamma’s Ristorante 36
Auf Mamma ist Verlass – seit 25 Jahren

Für Frauenrechte durch die Hölle 42
Michael Loewnich & Sascha Stöckl

Moderne Lösungen mit Tradition 46
Küchenhaus Gebr. Jansen

wero — die europäische Antwort auf Paypal 58
wero App

Einbruchsschutz aus der Schreinerei 65
Schreinerei Kosanke

Unvergessliche Eindrücke 70
erlebe-fernenreisen GmbH

Lebendiger Ort der Trauer 74
Trauer im Wandel



Ideencenter Lemmen

Frank Lemmen kennt sich aus mit einbruchssicheren Fenstern und Türen.

„Schatz, hast du die Tür abgeschlossen?“

Fotos: Felix Burandt

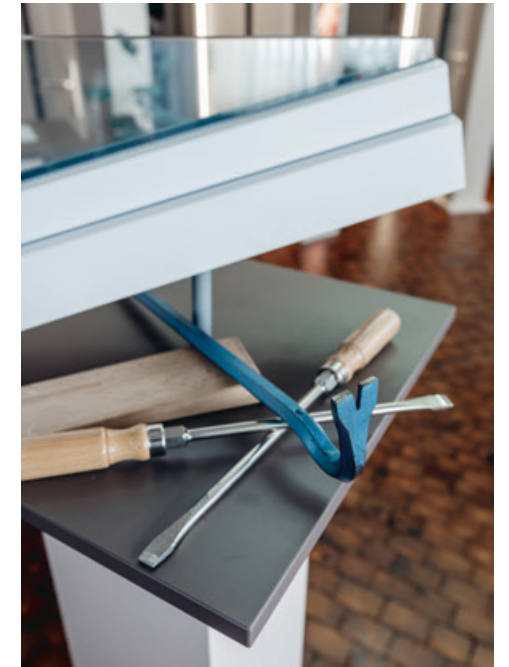
Wer kennt es nicht? Nach einem langen Arbeitstag liegt man gemeinsam im Bett. Wohlig eingemummelt in der Bettdecke, schon fast in dem Zustand zwischen Wach- und Schlafphase. Und dann kommt dieser Satz. Das Gehirn beginnt zu rattern. Abendessen vorbereitet, Müll noch rausgebracht, aber was war danach? Ist die Haustür abgeschlossen oder nicht?

Kaum ein Gedanke raubt mehr den Schlaf oder schafft mehr Unbehagen auf Reisen, wie der Gedanke an geöffnete Fenster und Türen. Kein Wunder, gab es 2023 laut polizeilicher Kriminalstatistik 241 Fälle von Wohnungseinbruchdiebstahl pro 100.000 Einwohner*innen in Krefeld. „Die Haupteinbruchsstelle ist dabei immer das Fenster“, weiß Frank Lemmen, Inhaber des Ideencenters Lemmen. Schon seit über 75 Jahren ist das Familienunternehmen, das Lemmen in dritter Generation leitet, der Ansprechpartner für sichere Türen und Fenster in Krefeld.

Seit den 90er Jahren arbeitet der sympathische Krefelder mit dem Premium-Hersteller Gayko zusammen, der den höchsten Standard RC 2 und 3 zur Einbruchshemmung im Privatbereich gewährleistet. Und der Unterschied zwischen einem gut gesicherten Fenster und einem nicht gesicherten ist enorm, wie Lemmen in seinem Ausstellungsraum am Glockenspitz 109, zeigt. Mit einem Stück Holz hat er in unter zehn Sekunden ein Fenster aufgehebelt.



In unter zehn Sekunden hebt Frank Lemmen ein herkömmliches Fenster auf



Das ist schnell. Erschreckend schnell: „Gerade in der Beschaffungskriminalität kommt es auf die Zeit an. Wenn ein Fenster nicht schnell aufgehebelt werden kann, gehen die Einbrecher meist weiter“, so Lemmen.

Bei den hochwertigen Fenstern aus dem Ideencenter Lemmen ist ein Einbruchversuch zumindest extrem zeitaufwändig. Die Fenster der Firma Gayko sind zweifach patentiert. Zum einen verfügen sie über ein gegenläufiges Verschluss-System: Es verhindert, dass die Pilzkopfschrauben durch Verschieben der Fensterflügel aus den Schließstücken rutschen. Zum anderen hat Gayko ein Patent auf die extrem stabile Profilverschraubung, die für massiven Halt sorgt. Eine regelmäßige Wartung ist zudem ebenfalls Bestandteil des Angebots.

Nicht selten kommen Kund*innen zu Frank Lemmen, bei denen bereits eingebrochen wurde. Neben dem Verlust des Sicherheitsgefühls ist die Angst vor einem erneuten Einbruch sehr hoch: „Oftmals sind Kinder nach so einem Erlebnis stark verunsichert und bei allen schwirrt immer der Gedanke im Kopf, was beim nächsten Mal vorgefunden wird, wenn man die Haustür aufschließt.“ Doch soweit muss es erst gar nicht kommen! Frank Lemmen bietet nämlich nicht nur einbruchshemmende Fenster an, sondern auch Türen. Die leidige Frage nach der abgeschlossenen Tür kann so zum Beispiel schnell der Vergangenheit angehören: „Bei den Türen gibt es eine Selbst-

verriegelung, sobald sie geschlossen werden“, verrät Lemmen. Auch hier verhindern patentierte und geprüfte Spitzentechniken der Firma Gayko, dass Haustüren ausgehebelt oder eingeschlagen werden.

Und wer denkt, dass Fenster aus unschönem Plastik sein müssen, wird in der Ausstellung, die Lemmen in diesem Jahr erneuert hat, eines Besseren belehrt. Holzoptik trifft auf fugenlose Fensterrahmen. Nicht nur modisch, sondern auch einfach in der Handhabung: „Da es sich nicht um echtes Holz handelt, müssen Rahmen und Türen auch nicht neu gestrichen werden und die Reinigung ist wesentlich einfacher.“

Auch ein digitaler Haustür-Konfigurator ist in der Ausstellung zu finden. Hier können die Kund*innen sich vor Ort direkt ein Bild davon machen, wie ihre Tür später aussehen könnte. So kommen sie dem Gefühl für mehr Sicherheit in den eigenen vier Wänden Stück für Stück gemeinsam mit Frank Lemmen und seinem Team immer näher. //sw

Ideencenter Lemmen Fenster + Türen
Glockenspitz 109-111 // 47800 Krefeld
Telefon: 02151 - 542979 // www.ic-lemmen.info

WIE WIRD
MAN EIGENTLICH ...

PFERDE- WIRTSCHAFTS- MEISTERIN

Text: Melanie Struve // Fotos: Felix Burandt

Es duftet nach Heu und frischer Landluft, während Pferde wiehern, Hufe klappern und fröhliche Menschen in engen Hosen und Stiefeln Richtung Stall oder Koppel laufen: Für diese Klischees über einen Reiterhof muss man nicht ChatGPT befragen, es reicht eine kurze Fahrt von Krefeld nach Kempen. Dort lernen wir schnell, dass die malerische Vorstellung vom hauptberuflichen Umgang mit Pferden etwas trügt. Am liebsten würde Renée Faatz, Pferdewirtschaftsmeisterin mit eigenem Ausbildungsbetrieb, den ganzen Tag im Sattel verbringen. Wie ihr Joballtag mit Unterricht, Beritt, Verwaltung, Personal und Turnieren wirklich aussieht, erzählte uns die 29-jährige Dressurreiterin buchstäblich zwischen Tür und Angel.

In Deutschland reiten schätzungsweise anderthalb Millionen Menschen regelmäßig oder gelegentlich und kennen das Glück der Erde, das nach dem bekannten Sprichwort auf dem Rücken der Pferde liegt. Um dieses Hobby zum Beruf zu machen, braucht es nicht nur Pferdeliebe und gute Reitkenntnisse, sondern auch ein tiefes Verständnis für Pferdemenschen und vor allem körperliche Fitness. „Heute habe ich insgesamt zehn Pferde geritten“, berichtet Renée Faatz am Ende eines langen Arbeitstages und wirkt dabei keineswegs erschöpft. Entspannt führt sie uns in die Stallgasse zu ihrem Meisterpferd und „echten Kumpel“ Vito Vitalis J., damit wir den 13-jährigen Wallach ebenfalls ablichten können. Der bildschöne Fuchs mit weißem Stern zeigt sich von seiner besten Seite und beeindruckt durch schier unendliche Geduld und Gelassenheit. Auch wenn seine Besitzerin für die Fotos schwarz glänzende Turnierstiefel und einen Glitzergürtel trägt, dürfte man sie nie als typisches, vielleicht sogar verträumtes Pferdemädchen bezeichnen. „Schon als Teenager habe ich statt Bandagen Gamaschen bevorzugt, weil sie eben easy im Handling sind. Und mit Zöpfe flechten oder einem Abo der Zeitschrift Wendy musste man mir nicht kommen“, lacht die gebürtige Kempenerin, die überwiegend im ländlichen Hüls aufgewachsen ist und ihr Abitur am Gymnasium Horkesgath ablegte.

„Zum sechsten Geburtstag bekam ich meine erste Reitstunde geschenkt“, taucht sie mit uns in ihre langjährige Reiterlaufbahn ein. Ihre Mutter habe aus Solidarität gleich mitgelernt und früh das erste Pferd gekauft. Rasch folgen weitere Anschaffungen, und Vito Vitalis J. zieht beispielsweise als ganz junges Fohlen auf den Hof, um dort bis zur S***-Dressur (sprich Grand Prix) ausgebildet zu werden. Dank starker Unterstützung der Familie bleibt Renée dem Pferdesport treu, sammelt Erfahrungen als Springreiterin, landet dann bei der anspruchsvollen Dressur, auch wenn diese wohl „Liebe auf den zweiten Blick“ ist,

und verwirft schließlich erste Überlegungen, Medizin oder Tiermedizin zu studieren. „Das wäre ja viel zu weit weg von zu Hause und den Pferden gewesen“, sagt sie mit ernster Miene und verschränkt wie zur Bestätigung die Arme. Ihre eher burschikose wie pragmatische Art macht deutlich, dass die 29-Jährige es gewohnt ist, körperlich hart zu arbeiten, Verantwortung zu übernehmen und als Chefin des Dressurstalls Entscheidungen zu treffen. Konsequenter und ehrgeiziger verfolgt sie ihre Ziele: Obwohl Renée Faatz direkt nach dem Schulabschluss als Bereiterin jobben kann, will sie lieber „einen richtigen Wisch in der Hand haben“ und absolviert eine Ausbildung zur Pferdewirtin. Dieser Beruf ist härter, als viele denken: Man verbringt täglich etliche Stunden im Sattel und bildet Pferde aus. Dazu kommen Tätigkeiten wie Ausmistern, Füttern, Putzen und Verarzten – Pferdewirte sind rundherum verantwortlich für die Tiere und versorgen sie von früh bis spät.

Auch Renées Arbeitstag beginnt zwischen 6:30 und 6:45 Uhr (so genau gibt sie es an) und endet, wenn alle Aufgaben auf dem Reiterhof zur Zufriedenheit von Mensch und Tier erledigt sind – das gilt auch am Wochenende und an Feiertagen. Oder wenn Turniere anstehen. Gefragt nach ihrer Faszination am Dressurreiten muss sie nicht lang überlegen: „Bei dieser Disziplin ist das Ziel, die höchstmögliche Harmonie zu schaffen zwischen Pferd und Reiter. Bei Vito kenne ich alle Knöpfe, die ich drücken muss. Ich reite ihn schon seit zehn Jahren.“ Mit beeindruckender Bilanz: So erhielt das eng verbundene Duo 2022 das Goldene Reitabzeichen, den „Traum eines jeden Reiters“ und eine Auszeichnung, die nicht durch das Ablegen einer Prüfung, sondern allein durch sportliche Erfolge verliehen wird. Auf dem Instagramprofil des Dressurstalls kann man nachvollziehen, dass es Renée Faatz und ihrem Team nicht nur um gute Ergebnisse, sondern in erster Linie um das



”

WIR FÜHREN
KEIN LEBEN WIE
AUF DEM
PONYHOF!

Unzertrennlich: Renée Faatz und Vito kennen sich schon seit zehn Jahren



Das Leben als Pferdewirtschaftsmeisterin dreht sich 24/7 ums Pferd.

Wohlergehen von Pferd und Reiter geht. Arroganz oder Missgunst, wie teilweise im Hochleistungssport üblich, gehören hier nicht dazu. Auch in der imposanten Reithalle mit kleiner Tribüne und großer Spiegelwand fällt der ungezwungene Umgangston untereinander auf. „Ich bin immer auf dem Ponyhof“, sagt die junge Chefin augenzwinkernd und erklärt, dass ein Pony nur ein Stockmaß bis zu 148 Zentimetern haben darf. Die insgesamt 30 untergebrachten Pferde, davon drei eigene und drei Sponsorpferde, fallen also korrekt betrachtet nicht in diese Kategorie.

Auf dem reinen Abschluss als Pferdewirtin ruht sich eine energiegeladene Frau wie Renée natürlich nicht aus; im Alter von nur 22 Jahren macht sie weitere Pläne, die viel Einsatz verlangen: „Wenn ich hier in Kempen eine Baugenehmigung für eine komplette Reitanlage bekomme, setze ich den Meister noch obendrauf!“ Gesagt, getan – sie gräbt sich ein in die Tücken des Baurechts im Außenbereich, beschafft Gutachten, stellt Anträge oder pflanzt auch mal Bäume, wenn es gefordert

wird. Fast nebenbei legt sie die Meisterprüfung in der Fachrichtung Klassische Reitausbildung ab, versprüht tiefe Dankbarkeit für den Support von „Family und Ehemann Friedrich“ und freut sich über langfristige Perspektiven: „Meister ist schon geil. Dann kann ich später vom Boden aus noch Reiter und Pferde ausbilden und in den Turniersport begleiten, falls ich es aus körperlichen Gründen nicht mehr aufs Pferd schaffen sollte!“ Dann eben mehr Büro- und Verwaltungstätigkeiten sowie Mitarbeiter- und Teamgespräche über die Tages- und Wochenplanung. Noch reitet Renée aber deutlich mehr als sie unterrichtet und hält für angehende Pferdewirte einen grundlegenden Tipp parat: „Ein Realitätscheck vorab ist absolut unverzichtbar, denn wir führen kein romantisches Leben auf dem Ponyhof, sondern leisten sauharte Arbeit, 24/7. Man trägt viel Verantwortung für wunderbare Lebewesen.“ Und doch würden keine zehn Pferde sie davon abhalten, sich für ein anderes Leben zu entscheiden. Die Bucket List ist schließlich lang und enthält große Reiterträume wie die Teilnahme als Einzelreiterin beim CHIO Aachen und das Pfingstturnier in Wiesbaden. Denn wie schrieb schon der polnische Lyriker Stanislaw Jerzy Lec: „Ein Pferd ohne Reiter ist immer ein Pferd. Ein Reiter ohne Pferd nur ein Mensch.“

DEIN
FEIERABEND
MARKT

Bubbel Maat®

HÜLS // Do. 9. Okt. 25
17 bis 22 Uhr, Marktplatz Hüls

TRAAR // Fr. 17. Okt. 25
17 bis 22 Uhr, Traarer Rathausmarkt

/// INFOSTÄNDE /// STREETFOOD /// GUTE MUSIK



ZAHNARZTPRAXIS
WOJTEK HONNEFELDER

www.Bubbelmaat.de



Adiam Hailesillassie

Macherin und Lebens-Künstlerin

Fotos: Lucas Coersten

Die Geschichte von Adiam Hailesillassie reicht eigentlich für drei Leben: Als Kind musste sie vor dem Krieg in Eritrea fliehen, sie wohnte in einem römischen Kloster und ist in Krefeld als kreative Friseurmeisterin bekannt. Heute unterstützt sie Menschen als Systemischer Coach und Hellseherin – und malt fast nebenbei abstrakte Ölbilder, die durch leuchtende Farben und große Kraft bestechen. Während sich manche über banale Dinge wie fehlende Parkplätze oder Schlaglöcher ärgern, ist die Wanderin zwischen Kulturen schlicht dankbar und motiviert. Im Oktober präsentiert die 51-Jährige ein Buch über ihren spirituellen Weg zur Kunst, dazu kommt eine neue Vernissage in der IHK. Ein Atelierbesuch im Schnelldurchlauf.

Unser Treffen beginnt mit Gegensätzen: Afrikanische Wurzeln treffen auf deutsche Pünktlichkeit, quirliges Innenstadtleben prallt auf ruhige Hinterhofatmosphäre, und schwarze Haare kontrastieren perfekt zum cremeweißen Hosenanzug. Durch das Atelier an der Stephanstraße fließt eine positive Energie, die bei den farnefrohen Ölgemälden an den Wänden beginnt und sich bis zur offenenherzlichen Persönlichkeit von Adiam Hailesillassie durchzieht. „Ich bin 1974 in Tessenei im Westen Eritreas geboren, und meine Vergangenheit hat mich und meine Bilder sehr beeinflusst“, erzählt die Künstlerin gut gelaunt, während sie ohne Umschweife das Sofa ansteuert, um sich für unsere Fotos in Szene zu setzen. Dass eine von Kriegserfahrung, Flucht und Verlust von Familie geprägte Kindheit hinter ihr liegt, scheint dennoch nur zwischen den Zeilen durch. Die



Adiam Hailesillassie floh als Kind aus Eritrea und landete schließlich in Krefeld.

Jahre als Klosterschülerin in Italien und ihre tiefe Verbundenheit zu Gott haben offensichtlich dafür gesorgt, dass sie sich heute auf das Gute im Leben fokussieren kann. Diese Liebe und Kraft merkt man ihren großformatigen Werken mit Titeln wie „Tor zur Ewigkeit“ oder „Stadtwald“ durchaus an – sie sind lebendig, emotional und manchmal auch geheimnisvoll.

„Ich würde gern weiter so gut leben wie die letzten Jahrzehnte in meiner Heimat Krefeld“, blickt Adiam so hoffnungsvoll wie selbstbewusst in die Zukunft. In diesem Jahr sei sie besonders fleißig gewesen, verrät sie mit einem dezenten Schmunzeln auf den Lippen. Ihre „richtig großen“ Ölbilder – ab zwei mal zwei Meter aufwärts – könne man aktuell in der komplett neu gestalteten Designermöbel-



Adiams Kunst ist unter anderem in der Designermöbel-Ausstellung von Knuffmann zu sehen.

Abteilung im Möbelhaus Knuffmann bewundern. Diese Möglichkeit habe sich zu einer „ganz wunderbaren“ Kooperation entwickelt, zeigt sich die 51-Jährige dankerfüllt. Und die nächste Kunstaustellung steht auch schon an: Am Dienstag, den 21. Oktober gibt es ab 17 Uhr „Kunst und Kultur nach Feierabend“ bei einer Vernissage in der IHK Mittlerer Niederrhein am Nordwall 39. Nicht nur die spirituelle Malerin ist dann persönlich vor Ort, auch Hauptgeschäftsführer Jürgen Steinmetz wird eine kurze Rede halten, während sich die Gäste an Kunst für die Seele und Häppchen für den Magen erfreuen dürfen.

Wie die überzeugte Krefelderin ihr Leben meisterte und schließlich zur Malerei gelangte, hat sie zwischen der Kunst und ihrem Hauptberuf als Coach, Bildungsbegleiterin und Workshop-Leiterin aufgeschrieben. Das autobiographische Werk mit dem Titel „Engel aus der Wüste“ erscheint im Oktober. „Das Buch beschreibt meinen Weg vom Unabhängigkeitskrieg in Eritrea, das damals noch zu Äthiopien gehörte, nach Deutschland. Es erzählt beispielsweise von Bomben auf mein Elternhaus, der Entführung meines Bruders durch Rebellen, einer beschwerlichen Flucht durch die Wüste in den Sudan, von glücklichen Jahren im römischen Kloster, wo es Spielsachen und Essen für mich und meine Schwestern gab, und der Zeit im Kinderheim Kastanienhof“, verspricht die Autorin eine bewegende Lektüre aus der Sicht eines Kindes. „Im Moment wird es noch lektoriert, aber ich bin schon sehr gespannt, wenn man es bald bei Amazon kaufen kann.“ Die tiefbraunen Augen blitzen, und wir tauchen noch fix in ihre Vergangenheit als Friseurmeisterin mit eigenem Salon ein.

Der Spruch „Erzähl‘ das doch deinem Friseur“ sei bei ihr Wirklichkeit geworden, plaudert Adiam aus dem Nähkästchen über fast 30 Jahre Haarkunst. „Ich hörte mir die Geschichten an, während ich die Menschen verschönerte, sie immer positiv beriet und unterstützte. Nebenbei schuf ich meine Bilder und stellte sie im Laden aus. Haarschneiden und Malerei haben viel gemeinsam, es geht um Harmonie und die persönliche Note!“ Überhaupt drehe sich ihr Leben auch außerhalb der Arbeitszeit viel um Mode, Shopping, Sport und Kultur, erfahren wir beim Rundgang durch das aufgeräumte Atelier. So findet man Adiam regelmäßig auf Krefelder Partys wie Perlipop oder bei Events wie Kultur findet Stadt. Ihr großes Herz zeigt sich vor allem in kleinen Bemerkungen, die sie nebenbei macht: über das Engagement für Kinder, die bei ihr Schildkröten bemalen oder Fische auf Leinwand bringen dürfen, die Jugendlichen, die sie spontan zum Frühstück einlädt, oder den Obdachlosen, der einen frischen Haarschnitt auf der Straße bekommt.

Heraklit sagte einst: „Die schönste Harmonie entsteht durch Zusammenbringen der Gegensätze“. Das gilt wohl auch für die Krefelder! //ms

Adiam Hailesillassie
Atelier: Stephanstraße 13-15 // 47799 Krefeld
E-Mail: hailesillassie@yahoo.de
www.spirituelle-lebenskunst.de

Kresch Theater

Die Kleine Kuscheltierhexe



„Was man als Kind geliebt hat, bleibt im Besitz des Herzens bis ins hohe Alter“ (Khalil Gibran): Die kleine Kuscheltierhexe hat eine ganz besondere Gabe. Sie rettet die verstoßenen, vergessenen und verloren gegangenen Kuscheltiere. Mit ihrer Zauberkugel bringt sie die knuddeligen Wesen dazu, ihre Geschichten zu erzählen. Dabei geht es manchmal ganz schön turbulent zu, denn nicht alle verstehen sich gleich gut, manche haben Heimweh, andere müssen neu ausgestopft oder gebadet werden. Da hat die Kuscheltierhexe viel zu tun, wenn dicke Bärentränen kullern und nur noch eine kleine Teeparty mit einem Tänzchen für Aufmunterung und neue Freundschaften sorgt. Manchmal kommt dann auch noch der Zauberbesen in die Quere, weil er nicht genug Aufmerksamkeit bekommt. Am Ende fliegen die Seelentröster wieder heim oder finden jemanden, der sie lieb hat. Die kleine Kuscheltierhexe ist ein lebendiger und erster Einstieg in die Welt des Theaters. Kinder sind eingeladen, ihr Kuscheltier mitzubringen. Es wird begeistert sein.

So, 26.10., Beginn: 16 Uhr // Mo, 27.10., Beginn: 10:30 Uhr
Kinder: 4 EUR // Erwachsene: 10 EUR
Virchowstr. 130 // 47805 Krefeld // www.kresch.de

Krefelder Krimitage

Die Hochburg des Verbrechens



Krefeld wird wieder zur Hochburg des Verbrechens – zumindest in literarischer Form. Wenn die Krefelder Krimitage beginnen, dreht sich in der Stadt alles um Mord, Intrigen und spannende Ermittlungen zwischen Buchdeckeln. Bereits seit vielen Jahren sind die Krimitage ein fester Bestandteil der Kulturszene am Niederrhein. Organisiert von Autorin und Verlegerin Ina Coelen, bringen sie renommierte Schriftstellerinnen und Schriftsteller nach Krefeld und machen die Stadt für einige Wochen zum Tatort hochkarätiger Lesungen. Im Mittelpunkt stehen Geschichten, die das ganze Genrespektrum abdecken: vom klassischen Whodunit zum Mitraten über den makabren Profiler- oder Psychothriller bis hin zum schwarzhumorigen Regionalkrimi mit Lokalkolorit. Diese Vielseitigkeit spiegelt sich auch in den verschiedenen Veranstaltungsorten: Lesungen finden in der Krefelder Mediothek statt, aber auch in Kneipen wie dem Jazzkeller oder auf den Kulturbühnen der Stadt. Ein Highlight ist in diesem Jahr die Lesung von Jutta Profijt am 28. Oktober in der Mediothek. Mit „Pechstein sieht schwarz“ präsentiert sie ihren neuesten Fall rund um den Krefelder Kommissar Pechstein – ein Muss für alle, die die Region auch einmal aus kriminalistischer Perspektive erleben wollen. Später im November lädt Ina Coelen selbst zum „Best of“ ein und blickt auf 25 Jahre Krimitage zurück – mit Geschichten, Anekdoten und jeder Menge Lesetipps.

Krefelder Krimitage 2025
28. Oktober bis 27. November
Infos & Programm: www.krefelder-krimitage.de

WASCH AKTION



Aktionszeitraum 01.10.–31.10.2025

PROWASH

AUTOWÄSCHE

PREMIUM

WASCHEN & TROCKNEN

- + Lackkonservierung
- + Unterboden
Wäsche & Konservierung
- + ProWash Glanz+
- + ProWash Aktivschaum+

inkl. **GRATIS** Saugen

18,- €

ANSTATT ~~22,00€~~

PROWASH INDOOR WASCHPARK · Siempelkampstr. 90 · 47803 Krefeld



V. l. n. r.: Joachim Watzlawick, Klaus Wilke, Frank Flieger und Eddie Köller.

TrioFlieger

Musik für die Seele

Text: Melanie Struve // Fotos: Lucas Coersten

„Nur die Töne sind imstande, die Gedankenrätsel zu lösen, die oft in unserer Seele geweckt werden.“ Das schrieb Hans Christian Andersen über die Kraft der Musik, die uns zum Tanzen bringt, Stress lindert und tiefe Emotionen weckt. Die Seele berühren will auch die Band TrioFlieger, die am 11. Oktober im Kaiser-Wilhelm-Museum ihre neue CD mit eigenen Songs präsentiert. Vier gestandene Musiker (Frank Flieger, Klaus Wilke, Eddie Köller und Joachim Watzlawick) luden zu einer exklusiven Bandprobe ein und bewiesen, dass gute handgemachte Musik keine Frage des Alters ist. Über leise Töne, musikalische Poesie und Geschichten aus dem Leben.

Dass sie sich in keine Schublade packen lässt, betont die Band schon im vierten Satz auf ihrer Homepage: Die selbstkomponierten Lieder und Songs bedienen sich „hemmungslos aus sämtlichen Bereichen der Pop-, Rock-, Jazz- und Folkmusik“. Beim Vorlesen des Textes kann sich Sänger und Gitarrist Frank Flieger ein ironisches Lächeln nicht verkneifen. Genauso wenig lässt sich TrioFlieger auf die offizielle Definition eines Trios ein, denn an der heutigen Bandprobe in Tönisvorst werden schließlich vier Musiker teilnehmen. „Wann immer es möglich ist, bereichert uns Profi-Musiker Sven Rossenbach durch sein außergewöhnliches Saxophonspiel“, nennt Frank noch ein weiteres Bandmitglied und wirkt ein bisschen stolz, dass der Filmkomponist „gern, aber selten“ bei einem Konzert von TrioFlieger im-

provisierend mitspielt. Trotz jahrelanger Erfahrung in mehreren bekannten Krefelder Gruppen würde sich der bescheiden auftretende Frank Flieger selbst wohl nie als Frontmann der Band bezeichnen, die immerhin seinen Namen trägt. Gleichwohl ist er bei allen Songs unter „Text & Musik“ zu finden.

Als der Rest der Band allmählich eintrudelt – gut gelaunt und darüber witzelnd, dass Klaus Wilke ein weißes Hemd trägt, obwohl man sich vorher auf Schwarz geeinigt hatte –, zieht Joachim Watzlawick entspannt die Gesprächsführung an sich. Der langjährige Schlagzeuger der Jackpot Bluesband und Frank Flieger hatten sich im Café an der Tannenstraße kennengelernt, und die Chemie stimmte auf Anhieb. „Ich fand seine Songs richtig toll, fühlte mich sofort emotional und textlich angesprochen“, zeigt sich Joachim nicht nur von der prägnanten Stimme und dem eigenwilligen Gitarrenspiel begeistert. TrioFlieger sehe sich als „eher feine“ akustische Musikgruppe – mit einem unverwechselbaren eigenen Sound und ambitionierten Texten in englischer und mittlerweile auch deutscher Sprache. „Es sind Geschichten aus dem Leben, manchmal autobiografisch gefärbt. Und es sind Gedichte, welche die Diskrepanzen des Menschen in seinem sozialen und politischen Umfeld thematisieren“, beschreibt Songwriter Frank sein kreatives Tun. Die Ideen halte er auf gelben Notizzetteln oder als Sprachmemo auf seinem Smartphone fest, je



Frank Flieger, inoffizieller Kopf der Band, schreibt emotionale Texte in deutscher Sprache.

nachdem, ob er gerade auf dem Fahrrad unterwegs sei oder in der Küche Gemüse schneide, schmunzelt der Musiker. „Zuerst kommt immer die Melodie, dann versuche ich, den Text darauf zu bringen“, erklärt er auf seine ganz ruhige Art. „Die Worte müssen halt auf den Beat passen!“ Das Ziel: „Ein schöner Song mit Groove und Aussage.“ Elf haben es am Ende auf die CD geschafft.

Wie schnell die Leidenschaft der anwesenden Musiker auf das Publikum überspringen kann, zeigt die Bandprobe im Keller des Reihenhauses, der gefühlt vielleicht zwölf Quadratmeter misst, aber zum Glück nur Kühle, aber keine Feuchtigkeit oder Geruch ausstrahlt, wie Joachim sich an alte Bunker erinnert. Lässig werden Akustik-Gitarren und Bass gestimmt, Klinkenstecker gesucht sowie Cajon, Congas und Bongos besetzt. Frank legt dynamisch los, Klaus sucht noch ein A, und Eddie bleibt einfach cool, während Joachim Getränke und Plätzchen vermisst. Also nochmal von vorn. „Bevor der Wind sich dreht“, ein Lied über Freiheit in schwierigen Zeiten, geht schon beim ersten Refrain ins Herz – und in die Beine. Die Füße wippen,

der Song wird konzentriert durchgespielt, ohne Pause folgt der Titel des neuen Albums „Von 1 bis 10“. So kraftvoll wie melancholisch singt Frank von einer Welt am Abgrund, in der es dennoch Liebe und Hoffnung gibt. Dass zehn der neuen Songs auf Deutsch geschrieben sind, habe ihn schon sehr gereizt, gibt der inoffizielle Kopf der Band offen zu: „Es ist ein durchaus schmaler Grat, sich von deutschen Schlagertexten abzugrenzen.“ Doch allein wegen der vielseitigen musikalischen Wurzeln ist eine Verwechslung wohl ausgeschlossen.

Während die Produktion der CD in den letzten Zügen liegt, freut sich die ganze Band schon unbändig darauf, das Ergebnis am 11. Oktober im Café K+ des Kaiser-Wilhelm-Museums vorzustellen. Einlass ist um 19 Uhr, das Hut-Konzert beginnt um 20 Uhr. Lassen wir uns „mit den Klängen treiben, ohne irgendwo zu bleiben, das ist Passion, das ist Musik.“ Die Seele hat es verdient!

Weitere Konzerttermine auf www.trioflieger.de

KOCH
LIVING

koch-living.de

- Türen
- Parkett
- Vinyl
- Tische
- Stühle
- Zubehör



Zuhause.
Individuell.
Gestalten.



Klinik Königshof

Chefarzt Dr. med. Jan C. Dreher

Mach' mal Gedanken-Pause!

Dieser eine Fernsehbeitrag über die Auswirkungen der Klimakrise, die Nachricht eines neuen Krieges oder die Bilder vom Treffen zwischen Putin und Trump. Auslöser, die dafür sorgen, dass wir uns ängstigen, sind allgegenwärtig. Auf einmal bauen sich ungewisse Zukunftsängste in uns auf und lassen uns nicht mehr ruhig schlafen. Doch was hilft dagegen?

In der Praxis stellen wir immer mehr fest, dass Menschen zu uns kommen, die an einer generalisierten Angststörung leiden. Ein bestimmter Auslöser ist hierbei nicht festzumachen, stattdessen überwiegt das Gefühl der permanenten Angst. Im Gegensatz zu bestimmten Phobien, bei denen wir mit Expositionstraining arbeiten können, sind diese Ängste weniger greifbar und daher auch schwieriger zu behandeln.

Ich versuche mit meinen Patient*innen herauszubekommen, was genau ihnen jetzt gerade Angst macht. Oftmals sind es Situationen, die sie überhaupt nicht beeinflussen können, wie zum Beispiel die Klimakrise oder ein Krieg. Oftmals kann die Frage, ob sie denn jetzt gerade etwas dagegen tun können, hilfreich sein, um etwas Abstand zu der diffusen Angst zu bekommen. Wir dürfen uns von dem ganzen Welt-schmerz auch mal „freimachen“, um unsere mentale Gesundheit zu stärken.

Manchmal hilft es auch, Ängste mit Familien und Freunden zu besprechen. Auszusprechen, was Angst macht. Oder aktiv zu werden, wie

zum Beispiel in NGOs oder Vereinen. Sobald wir rauskommen aus der Ohnmacht und uns engagieren, verlieren die Ängste manchmal ihren Schrecken. Aber auch die Erkenntnis, dass wir selbst gerade nichts dagegen tun können, kann hilfreich sein.

Habe ich hingegen Probleme, die Wohnung zu verlassen oder zur Arbeit zu gehen, sind das Ängste, bei denen ein Klinikaufenthalt ratsam ist.

Ich wünsche Ihnen eine gute Zeit,
Ihr Jan Dreher

Klinik Königshof
Am Dreifaltigkeitskloster 16 // 47807 Krefeld
Telefon: 02151 - 8233 00
Für Notfälle: 02151 - 8233-6032
www.klinik-koenigshof-krefeld.de

UNTERSTREICHE DEINE SCHÖNHEIT



**PATRYK
DARIUSZ KOZICKI**
Leitender Arzt

**MINIMALINVASIVE
BEHANDLUNGEN FÜR
MAXIMALE SCHÖNHEIT**

SCHÖNHEIT BEGINNT VON INNEN

MIT UNSERER GANZHEITLICHEN HERANGEHENSWEISE VERBINDEN WIR GESUNDHEIT UND ÄSTHETIK. BEI UNS STEHT NICHT NUR IHR ÄUSSERES ERSCHEINUNGSBILD IM MITTELPUNKT, SONDERN AUCH IHRE GESUNDHEIT.

DENN NICHTS SPIEGELT DIESE MEHR WIDER ALS IHR AUSSEHEN. ENTFALTEN SIE IHR VOLLES POTENTIAL.

PK
AESTHETICS



www.pkaesthetics.online

Sanitätshaus Dell

Mit dem „Pinn“ auf zu Dell

Fotos: Felix Burandt



Robin Dell und Filialleiterin Kathrin Willemsen.

Zuviel auf der Computertastatur getippt, eine falsche Bewegung beim Sport gemacht oder beim abendlichen Spaziergang umgeknickt – die Ursachen, die zu einem Besuch beim Orthopäden führen, sind oftmals vielfältig. Doch nach dem Arztbesuch ist der Weg zur Genesung oftmals noch nicht erreicht. Im Sanitätshaus Dell gibt es nämlich noch die passenden Bandagen oder Orthesen – und vor allem ein offenes Ohr, das zuhört.

Als Robin Dell 1998 in Südamerika wusste, dass es für seine Familie zurück nach Deutschland gehen würde und er sich auf die Suche nach der für ihn richtigen Ausbildung machte, zeigte die Seite beim Arbeitsamt den Beruf des Orthopädietechnikers an: „Ich wollte auf jeden Fall etwas mit Menschen machen und die Branche schien mir auch krisenfest“, erinnert sich Dell. Drei Bewerbungen hat der Krefelder damals geschrieben und mit internationaler Briefmarke nach Deutschland geschickt. Seine Ausbildungsstelle in Willich war darunter. Dort fing er noch im gleichen Jahr die Lehre als Orthopädie-schuhmacher an.

Dort erkannte Robin Dell schnell, dass ihm die Tätigkeit im Vertrieb sehr lag und so beschloss er nach absolvierter Ausbildung, sich selbstständig zu machen; erst in Mönchengladbach und dann schließlich in Essen, Iserlohn und Krefeld. Gemeinsam mit Filialleiterin Kathrin Willemsen wurde die Filiale an der Maybachstraße 188 aufgebaut und schnell zur Anlaufstelle für Einlagen, Maßschuhe, Bequemschuhe und

medizinische Hilfsmittel: „Der Kunde kommt hier mit Pinn rein und wir versuchen ihm zu helfen.“ Neben den verschiedenen Hilfsmitteln ist aber vor allem auch die Zeit oftmals eine hilfreiche Komponente: „Wir sind einfach mal da und hören zu. Insbesondere bei älteren Menschen merken wir oft, wie hilfreich das schon ist“, erklärt Robin Dell.

Den Faktor Kommunikation findet Filialleiterin Kathrin Willemsen auch besonders spannend an dem Beruf: „Wir haben die verschiedensten Anliegen unserer Kund*innen und insbesondere das Zwischenmenschliche ist toll.“ Dass eine Unterhaltung dann auch schnell mal länger als fünf Minuten dauert, ist für beide eine Selbstverständlichkeit: „Wir sind in intimen Bereichen unterwegs, wenn wir Bandagen an den Beinen oder Kompressionsstrümpfe anpassen, da ist menschliche Nähe sehr wichtig“, so Dell. Und oftmals erfahren sie dann nicht nur etwas von dem physischen Schmerz, sondern auch von dem emotionalen: „Wir hören viel und nehmen uns dann auch gerne mal fünf Minuten mehr“, so Dell.



Der Fuß spielt im Sanitätshaus Dell eine besondere Rolle.

Das Angebot im Sanitätshaus Dell ist vielfältig. So kann auf Grundlage einer elektronischen Fußdruckmessung die perfekte Einlage erstellt werden. Nicht unwichtig, schließlich sind es unsere Füße, die uns jeden Tag durchs Leben tragen. Angefertigt werden die Einlagen in der Zentralfertigung in Essen. Aber auch die Versorgung mit Flachstrick-kompressionsstrümpfen zum Beispiel bei Lipödemen und Lymphöde-men gehört zum Portfolio des Sanitätshauses.

Das tägliche Gehen kann insbesondere für ältere Menschen zum Albtraum werden, wenn der Schuh nicht richtig sitzt: „Leichte Einlagen, die in fast jeden Schuh passen, entlasten den Vorfuß und unterstützen das Längsgewölbe“, erklärt Robin Dell. Mit orthopädischen Schuhzu-richtungen kann das Team das tägliche Gehen wieder beschwerdefrei machen – und den Kund*innen ihre Lebensqualität zurückbringen. Aber Dell ist auch ein Freund von offener Kommunikation: „Manchmal



muss ich Kund*innen auch sagen, dass sie extrem froh sein können, wenn sie mit 90 noch so fit sind – abgesehen von kleineren Baustellen. Denn das ist wirklich keine Selbstverständlichkeit.“ Doch mit der Hilfe von Dell und seinem Team gehen auch die Kund*innen mit einem guten Gefühl nach Hause – und mit dem Wissen, dass ihnen wirklich geholfen wurde. //sw

Sanitätshaus Dell
Maybachstraße 188 // 47809 Krefeld
Telefon: 02151 - 7820080
www.sanitaetshaus-dell.de


DIE BAD- & HEIZUNGSGESTALTER

Weniger Barrieren & mehr Komfort im Bad.

- Fugenlose Umsetzung
- Saubere und schnelle Arbeit
- Kurzfristige Termine

Nordwall 78 · 47798 Krefeld · 02151 858585 · www.holler-krefeld.de



BAD-TEILSANIERUNG

Förderung
möglich ab
Pflegegrad 1



V.l.n.r.: Hanna Korn, Lisa Schnellen, Aenne Schrag und Linda Schatz

Vier Frauen für die Gesundheit

Heilende Orte schaffen

Fotos: Felix Burandt

Die Sorge für die eigene Gesundheit können wir selbst in die Hand nehmen. Doch um den richtigen Ansatz dafür zu finden, ist ein geschulter Blick gefragt. Wir haben vier Expertinnen getroffen, die in Krefeld Räume für ganzheitliches Wohlbefinden schaffen.

„Wir sind uns beim Netzwerk-Abend des manaloft begegnet“, erklärt Hanna Korn eingangs. Die ausgebildete Pädagogin für psychische Erkrankungen im Jugendalter war bereits viele Jahre als Sozialarbeiterin tätig, vor kurzem hat sie eine Ausbildung für leiborientierte Kunsttherapie abgeschlossen. „Ich begleite Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit kreativen Methoden dabei, in ihre innere Kraft zu kommen und ihren innewohnenden Schatz zu entdecken“, erläutert sie. Mit Lisa Schnellen verbindet die Therapeutin die Begeisterung für das Training in deren EMS-Studio an der St.-Anton-Straße. „Nach Jahren chronischer Nervenschmerzen hat mir dieser Sport sehr geholfen“, offenbart Korn. Auch die Studioinhaberin hat durch eigene Gesundheitseinschränkungen zu ihrer Berufung gefunden. „Ich bin Lipödem-Patientin und war lange auf der Suche nach einer Lösung“, blickt die 32-jährige zurück, „nach meinen Operationen war es das EMS-Training, das zu einer echten Verbesserung meiner Lebensqualität geführt hat.“ Diese positive Veränderung möchte sie auch ihren Mitgliedern im Studio ermöglichen. Dazu gehört nicht nur die Betätigung an den medizinischen EMS-Geräten, sondern auch das testbasierte Gesundheitskonzept, das sie gemeinsam mit Hanna Korn im Studio anbietet. „Denn die richtige Ernährung ist ebenso Teil der Gesundheitsfürsorge wie das Training“, betont Schnellen.

„Es ist der ganzheitliche Ansatz, den wir alle gemeinsam haben“, stimmt Linda Schatz ihr zu. Die 72-jährige bietet in ihrem Studio am Rheintor in Uerdingen Hatha Yoga an sowie Workshops zur Atemschule und zu Pro-Age-Yoga. „Yoga kennt kein Alter“, lacht die vitale

Mutter und Großmutter. Als Gegenentwurf zu heutigen Anti-Age-Maßnahmen möchte sie mit diesem spezifischen Training Menschen über 50 darin bestärken, einen ehrlichen und achtsamen Umgang mit dem Älterwerden zu pflegen. „Damit möchte ich auch diejenigen erreichen, die sich das sonst vielleicht nicht zutrauen würden“, hofft Linda Schatz, „weil es nie zu spät ist, für körperliche, aber auch mentale und spirituelle Gesundheit zu sorgen.“ Neben ihr nickt Aenne Schrag zustimmend. „Ich bin von Haus aus Ernährungsberaterin“, legt die Feng-Shui-Expertin dar, „aber meine Bestimmung fand ich in der chinesischen Harmonielehre.“ In ihrem Planungsbüro konsultiert sie sowohl Privatpersonen wie auch Geschäftskunden. „Bei einem Erstgespräch lerne ich zunächst die individuellen Anliegen der Menschen kennen“, beschreibt Schrag ihr Vorgehen, „danach ermittele ich anhand verschiedener Faktoren die optimale Raumgestaltung.“ Sie betrachtet Feng Shui nicht allein vom innenarchitektonischen Standpunkt: „Selbstverständlich ist die Erholung in den eigenen vier Wänden auch ein Gesundheitsfaktor.“ Und das, sind sich die vier Fachfrauen einig, ist das Ziel: Menschen zu besserem Wohlbefinden zu verhelfen – jede auf ihre individuelle Weise. //Imp

Kunsttherapeutische Praxis SoulArtTherapie // Hanna Korn
Instagram: @SoulArtTherapie

fitbox // Lisa Schnellen // Sankt-Anton-Str. 107 // 47798 KR
www.fitbox.de

Yoga Pur // Linda Schatz // Am Rheintor 7 // 47829 KR-Uerdingen
www.yogapur-krefeld.de

Feng Shui Planungsbüro // Aenne Schrag
Waldhofstr. 132 // 47800 KR // www.feng-shui-planungsbuero.de



 **Zahnärzte**
am Friedrichsplatz

SCHÖNE ZÄHNE - EIN LEBEN LANG

- Veneers
- Zahnersatz
- Implantate
- Durchsichtige Zahnschienen
- Zahnfleischkorrekturen
- Bleaching


am Friedrichsplatz

*Wir bieten
auch Kiefer-
orthopädie für
Teenager an*



Klinik Königshof

Auch Männer brauchen Hilfe

Fotos: Felix Burandt

Andreas Fucken von der Klinik Königshof.

„Ich kann nicht mehr!“ Oder auch: „Ich brauche Hilfe!“ Das sind zwei Sätze, die kaum jemand gerne ausspricht. Das gilt für Männer und Frauen gleichermaßen. Niemand möchte gerne hilflos sein. Trotzdem gibt es auch Unterschiede im Umgang mit psychischen Erkrankungen. Andreas Fucken von der Klinik Königshof weiß, wie Männer ticken. Und wie man sie ansprechen muss, um ihnen zu helfen.

„Wenn Frauen merken, dass es ihnen psychisch schlecht geht, holen sie sich viel schneller Hilfe, reden mit einer Freundin oder einem anderen nahestehenden Menschen, während Männer Depressionen häufig anders als Frauen erleben, und sie daher oft nicht als solche erkennen“, benennt Fucken einen der wesentlichen Unterschiede. „Männer ziehen sich eher in ihre Arbeit zurück, sind reizbar und zeigen riskantes Verhalten wie exzessiven Sport, schnelles Fahren und Substanzmissbrauch.“

Das Aussagen wie „Frauen sind so und Männer sind so“ lediglich statistische Wahrscheinlichkeiten ausdrücken, ist dabei auch Fucken bewusst. „Es gibt Frauen, die sich eher ‚klassisch männlich‘ verhalten und Männer, die sehr gut in der Lage sind, um Hilfe zu bitten“, ergänzt er. Darüber hinaus spielten auch andere Faktoren eine Rolle, wie etwa die Generationszugehörigkeit. Das zeige zum Beispiel der Umgang mit Belastungen durch die Arbeit: Menschen in den Zwanzigern seien etwa zum überwiegenden Teil nicht mehr bereit, bis zur Überlastung zu arbeiten, während über 50-Jährige das oft noch als unvermeidlich betrachten. Grund dafür sind unterschiedliche Rollenbilder. Wobei diese für Andreas Fucken nichts an sich Schlechtes sind. „Sie bieten auch Orientierung, indem sie grundlegende Erwartungen und Verhaltensweisen vermitteln, und dem Leben so Stabilität geben. Fatal wird es erst, wenn Menschen selbst dann nicht aus ihrer Rolle können, wenn es ihnen immens schadet. Dabei werden Depressionen bei Frauen deutlich häufiger

diagnostiziert als bei Männern, die öfter alles mit sich selbst ausmachen, bis wirklich gar nichts mehr geht!“

Aufgrund unterschiedlicher Grundeinstellungen nehmen Männer seltener Psychotherapien in Anspruch als Frauen – und wenn sie sich doch zu einer Therapie durchringen, haben sie meist mehr Vorbehalte, sich wirklich zu öffnen. „In der Gruppentherapie haben wir in der Klinik Königshof die Erfahrung gemacht, dass männliche Patienten häufig Angst haben, sich dort ‚nackig‘ machen zu müssen“, berichtet Fucken. „In der Gruppe habe ich schon mehrmals erlebt, dass Männer in einen echten Wettbewerb gerieten, wer am depressivsten ist, und erst durch gezieltes Nachfragen erkannten, dass das keinen Sinn macht. Bekommen männliche Patienten eine allein unlösbare Aufgabe, setzen sie dennoch zunächst alles daran, diese zu lösen, bevor sie erkennen, dass das nur in der Kooperation möglich ist. Viele Männer sind nach wie vor sehr wettbewerbsorientiert. Etwas nicht zu schaffen, weckt in ihnen die Angst, als Versager dazustehen.“

Das Thema Arbeit nehmen Männer meist ernster als Frauen und definieren ihren Selbstwert über ihre berufliche Tätigkeit. Umso schlimmer ist das, wenn sie in ihrer Arbeit keinen Sinn mehr erkennen können oder sich dort nicht wertgeschätzt fühlen. Für die Erkenntnis, wie sinnvoll ihre Arbeit vielleicht doch ist, benötigen sie einen Blick von außen. Den bekommen sie in der Gruppentherapie,



Sich Hilfe zu holen, ist der erste Schritt zur Heilung.

wo andere Teilnehmer den Wert der Arbeit ihres Gegenübers oft sehr schnell erkennen. „Dann fallen Sätze wie: ‚Das ist doch super. Da machst du etwas sehr Wichtiges‘“, berichtet Fucken. „Auf diese Weise können sich Männer in der Therapie wohlwollend vergleichen und wunderbar gegenseitig helfen.“

Die Erfahrung zeigt: Aus einer psychischen Erkrankung wie einer Depression kommt man nur in kleinen Schritten heraus. „Es gibt fast nie die große Lösung, durch die plötzlich alles anders wird – und schon gar nicht die eine Lösung für alle und jeden“, ist Fucken überzeugt. „In den vier Wochen, die unsere stationären Patientinnen und Patienten meist hier in der Klinik sind, lernen sie, Mini-Schritte zu gehen, etwas zuzulassen und vor allem nicht zu bewerten“, fährt er fort. „Von 0 direkt auf 100 Prozent durchstarten zu wollen, ist nicht hilfreich. Aber die Fähigkeit, Stück für Stück aus dem Tief herauszukommen, ist sehr von der konkreten Persönlichkeit abhängig. Auch hier haben Frauen oft einen Vorteil, weil Männer eher den großen Wurf anstreben. Letztlich muss aber jeder seinen individuellen Weg gehen und eine neue Balance finden, die zu ihm oder ihr passt.“

Um sich auf den Weg raus aus einer psychischen Erkrankung zu machen, muss man(n) allerdings immer zunächst den ersten Schritt wagen: sich einzugestehen, dass man Hilfe benötigt. Der zweite Schritt ist dann, sich diese Hilfe auch zu holen. Dabei kann diese Hilfe bereits im persönlichen Umfeld, im Freundeskreis oder in der Familie zu finden sein. Ist das schwierig, ist ein Gespräch mit dem Hausarzt der nächste Schritt – er kann in der Regel Fachärzte oder stationäre Einrichtungen empfehlen. Auch Selbsthilfegruppen, die man zu fast allen Problemen im Internet findet, sind eine gute Möglichkeit. Oder man wendet sich an eine lokale Selbsthilfe-Kontaktstelle: Ein niederschwelliges Angebot ist der Männergesundheitstag

2025, der am 3. November in der Klinik Königshof stattfindet. Nach einem Vortrag zum Thema psychische Erkrankungen bei Männern wird anschließend gemeinsam gekocht und gegessen.

Die Klinik Königshof selbst bietet eine schnelle Terminvergabe in akuten Krisen. „Wer Hilfe braucht, kann jederzeit bei uns anrufen oder vorbeikommen – auch nachts oder am Wochenende“, erklärt Andreas Fucken. „Wird ein dringender Bedarf festgestellt, kann man sofort stationär aufgenommen werden. Alle, die bei uns anrufen oder klingeln, sind zum Glück schon wesentlich weiter als die vielen anderen, die weiter einsam leiden. Daher mein Appell: Überwindet euch! Vertraut euch jemandem an. Ihr müsst nicht alles mit euch selbst ausmachen. Sich Hilfe zu holen, ist keine Schande. Dabei kann man nur gewinnen!“ //mo

Notfallkontakt Klinik Königshof:
Telefon: 02151 - 8233-6032 oder 0172 - 1697373

Selbsthilfe-Kontaktstelle Krefeld:
Telefon: 02151 - 9619025
E-Mail: selbsthilfe-krefeld@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-krefeld.de

Veranstaltungen zum Thema: Aktion Männergesundheit 2025
Gemeinsames Kochen – Von Männern für Männer
Mo., 3. November – 15.30-19 Uhr
Anmeldung: info@klinik-koenigshof-krefeld.de
Telefon: 02151 - 8233-9996

Vortrag: Depression bei Männern
Mi., 19. November – 16 Uhr. Keine Anmeldung notwendig.

Kolumne: Sicher durch den Pflegedschungel

Wenn Pflege die Familienbühne betritt



in dieser schweren Zeit unterstützen. Wir sind Ihr Lotse in schwierigen Gewässern, damit Sie den Hafen sicher erreichen.

Zum Schluss noch ein Appell für Empathie und Planung: Bereits im Vorfeld offen über Bedürfnisse, Möglichkeiten und Grenzen sprechen; Unterstützung annehmen, auch wenn es schwerfällt. Wenn Angehörige Räume der Unterstützung schaffen, kann Pflege zu einer Erfahrung der gemeinsamen Würde werden – mit Mut, Klarheit und dem Wissen, dass niemand allein durchs Leben geht.

Seniorenbetreuung Niederrhein 24
Ansprechperson: Simone Schroers
Elsternweg 43 // 47804 Krefeld // Telefon: 0160 - 8 40 70 34
E-Mail: anfragen@seniorenbetreuung-niederrhein24.de
www.seniorenbetreuung-niederrhein.de

BARMER Krefeld
Ansprechperson: Herr Frank Ickler
Luisenplatz 6 - 8 // 47799 Krefeld // Telefon: 0800 333004
401001 oder 0171 - 9747834 // www.barmer.de
E-Mail: frank-martin.ickler@barmer.de

Pflege ist längst kein Randthema mehr, sondern eine Realität, die viele Menschen betrifft oder perspektivisch betreffen wird. Aktuell beziehen knapp 5,7 Millionen Menschen Leistungen der Pflegeversicherung – Tendenz steigend, wobei Pflege nicht ausschließlich ein Thema der Generation Ü60 ist. Drei Prozent der betroffenen Personen sind jünger, wobei die Ursachen – beispielsweise eine schwere Erkrankung oder ein Unfall – immer einschneidend sind. Mit gravierenden Folgen für die/den Pflegebedürftige/n sowie das persönliche Umfeld: Die Pflegesituation zieht sich durch den ganzen Tag und färbt jeden Moment des Familienlebens.

Mögliche Auswirkungen lassen sich dabei kaum in zwei Sätze fassen. Zuerst die Praxis: Zeit wird zu einer knappen Ressource. Beruf, Kinderbetreuung, Haushalt – alles konkurriert mit dem Bedarf an Pflege. Die Folge? Stress, der sich im Miteinander widerspiegelt: Überforderung, Unsicherheit, Schuldgefühle, aber auch verborgene Stärken. Plötzlich müssen ständig Entscheidungen getroffen werden: Welche Hilfe kann ich wo bekommen? Wie beantrage ich einen Pflegegrad? Soll Mama noch zu Hause bleiben oder ins Heim wechseln? Und ganz grundlegend: Wie gleitet mir mein eigener Alltag in einer solchen Extremsituation nicht komplett durch die Hände?

Emotional zeigt sich Pflege dabei häufig als Achterbahnfahrt des Lebens. Es geht rasant auf und ab: mit steilen Anstiegen, scharfen Kurven, rasanten Abfahrten und wilden Loopings. Wichtig ist nun, dass der Sicherheitsbügel gut eingerastet ist und für zusätzliche Stabilität sorgt. Wie ein solcher Sicherheitsbügel im Fall Pflege aussehen kann, möchten wir Ihnen in den kommenden Ausgaben gern aufzeigen. Denken Sie bitte daran: So lebensverändernd Pflegebedürftigkeit auch sein mag, es gibt Einrichtungen, die Sie professionell und menschlich



Leben ist Bewegung

Die Pflege zu Hause kann anstrengend sein.

Praktische Ideen, wie Sie effektiv helfen und dabei auf Ihren Rücken achten, gibt Ihnen unser Online-Portal, der BARMER Pflegecoach.

Schauen Sie sich das Thema "Bewegung wirksam unterstützen" an: rund um die Uhr, kostenlos und ohne Anmeldung.



Artikelnummer 170307502 0522

Mehr Infos unter:
www.barmer-pflegecoach.de



LIEBE AUF DEN ERSTEN BISS!

ERLEBE ASIEN-FUSION
MIT HERZ

Evertsstraße 14, 47798 Krefeld
 Telefon: 02151 – 4467688

www.tnt-krefeld.de



bps2 KREFELD
DUISBURG
beraten | prüfen | steuern

Übernimm das Ruder – deine Karriere beginnt hier!

Steuere deine Zukunft in unserer Steuerkanzlei. Bei uns bestimmst du den Kurs: Wir bieten dir ein modernes Arbeitsumfeld, spannende Mandate und ein starkes Team, das dich unterstützt. Ob Profi oder Einsteiger – hier kannst du Verantwortung übernehmen und wachsen.

- Steuerberater (w, m, d)
- Steuerfachangestellte (w, m, d)
- Bilanzbuchhalter (w, m, d)
- Werkstudenten (w, m, d)
- Auszubildende (w, m, d)

**JETZT
BEWERBEN!**



Dr. Fette & Partner PartG mbB / Gahlingspfad 31, 47803 Krefeld / Tel.: +49 2151 6296-0 / Mail: bewerbung@bps2.de / www.bps2.de

Ladies' League

Frauenpower in Krefeld

Text: Leena May Peters // Fotos: Lucas Coersten



V. l. n. r. Clarissa Brux (Krefeld Ravens), Marie Weiß und Lisa Brux (Bockum Bulldogs), Patricia Scicolone und Marie Schall (Adler Königshof), Jens Sattler (Stadtssportbund) und Linda Görtges (Dolphins).

Ausgerechnet der Fußballverband Niederrhein setzte das Beispiel, dem der DFB am 30. Juni 1955 folgte: Es wurde Vereinen untersagt, Frauen-Abteilungen zu gründen oder aufzunehmen sowie Plätze oder Schiedsrichter für die Spiele der Frauen zu stellen. Das zweite Verbot des Frauenfußballs in Deutschland nach 1926 sollte bis ins Jahr 1970 gelten, infolgedessen galt Frauenfußball noch lange als Nischensportart, die den Durchschnittszuschauer nicht interessierte. Von dieser mangelnden Sichtbarkeit sind Frauen-Teams von Randsportarten in doppeltem Maß betroffen; in Krefeld haben sich deshalb disziplinübergreifend Sportlerinnen im Netzwerk Ladies' League zusammengetan, um Frauensport mehr Sichtbarkeit und Anerkennung zu verschaffen.

„Wir sehen zumindest beim Fußball seit dem Weltmeistertitel 2003 eine positive Entwicklung in der öffentlichen Wahrnehmung“, räumt Clarissa Kautz ein, „und wir setzen uns dafür ein, dass die vielen erfolgreichen Randsportarten hier in Krefeld nachziehen.“ Die American-Football-Spielerinnen, die seit September auch im deutschen Nationalteam spielt, ist eine der Mitbegründerinnen des Netzwerks, das Jens Sattler, Geschäftsführer des Stadtssportbundes, vor einem Jahr ins Leben gerufen hat. Einmal im Monat kommen sie regelmäßig in verschiedenen Konstellationen zusammen. „Inspiriert wurden wir durch das Netzwerk Leading Ladies in Town“, erinnert sich Sattler, „das uns von Anfang an auch sehr eng begleitet hat.“ Die Mitbegründerinnen Fabienne Zilken, Handballspielerin bei Adler Königshof, und Michaela Dressler, Abteilungsleiterin der Dolphins Cheer, Dance und Akrobatik des Sportclub Krefeld 05, sind an die-

sem Abend nicht anwesend. Die Bandbreite des Krefelder Frauensport-Angebotes ist mit den sechs heutigen Teilnehmerinnen dennoch gut abgebildet, befindet Sattler: „Nur die Wasserballerinnen des Uerdinger SV und des CHTC sind dieses Mal nicht hier!“

So unterschiedlich die Sportarten und die Charaktere sind, zeichnen sich im angeregten Gespräch doch gemeinsame Themen ab, wie etwa Sponsorengelder und deren Verteilung. So sind Marie Schall und Patricia Scicolone, Handballerinnen bei Adler Königshof, in diesem Jahr glücklich über Trikots, die zum ersten Mal qualitativ denen der Herren gleichen. „Ich finde es wichtig, diese schrittweisen Verbesserungen wahrzunehmen“, betont Schall. Linda Görtges von den Dolphins berichtet hingegen von den maßgeblichen Ausgaben, die die international erfolgreichen Cheerleader zumeist



selbst aufbringen müssen; aus öffentlichen Auftritten oder durch private Spenden kommen nur kleine Beträge zusammen. Von der Unterstützung durch Familie und Freunde berichten auch Marie Weiß, ebenfalls Mitbegründerin des Netzwerks, und ihre Teamkollegin Lisa Brux von den Bockumer Bulldogs. Die Skatehockey-Spielerinnen kennen die Lage ihres Vereins und möchten sich nicht beschweren. „Die Gelder werden bei uns gerecht verteilt“, unterstreicht Weiß, „aber wir Frauen sind deutsche Meisterinnen, Pokal- und Europapokalsiegerinnen geworden! Von diesem Erfolg spürt der Verein leider noch nichts.“ Sponsoren argumentieren oft mit der mangelnden Sichtbarkeit, die jedoch auf genau diese fehlende Unterstützung zurückgeht. „Dabei wäre es in der heutigen Zeit ein deutliches Signal der Wertschätzung gegenüber den Leistungen im Frauensport“, hebt Jens Sattler hervor, „und eine Chance auf bundesweite Reichweite für mutige, innovative Unternehmen aus Krefeld.“

Unter dem Motto ‚Inspire. Empower. Lead.‘ hat sich die Ladies' League deshalb zum Ziel gesetzt, diese Sichtbarkeit aus eigener Kraft zu steigern. „Wir besuchen unsere Spiele gegenseitig“, erklärt Clarissa Kautz, „das macht schon einen erheblichen Unterschied, wenn da auf einmal ein ganzes Handballteam an der Seitenlinie jubelt.“ Ebenso folgen sich die Teams gegenseitig in den Sozialen Netzwerken, in denen die Spielerinnen verstärkt für mehr Präsenz aktiv sind. Doch nicht nur in den virtuellen Raum wollen

die Netzwerkerinnen das solidarische Miteinander vom Sportplatz übertragen. „Die Ladies' League ist ein Safe Space für Mädchen und Frauen im Sport“, macht Clarissa Kautz deutlich, „eine Gemeinschaft, die sich respektvoll miteinander austauscht und füreinander stark macht.“ Neben Netzwerkveranstaltungen steht daher auch der Ausbau externer Kontakte in der Zielformulierung der Liga, um Aufmerksamkeit zu gewinnen und Kooperationen zu fördern. In ihren monatlichen Treffen tragen sie Ideen zusammen und besprechen Strategien, vor allem aber stärkt die Gruppe der Einzelnen den Rücken, sich nicht mit dem Status quo zufriedenzugeben.

Denn über eines sind sich die Anwesenden einig: Weibliche Bescheidenheit bringt nicht voran. „Wir müssen die Hemmung verlieren, klare Worte zu äußern“, konstatiert Marie Schall, macht sich allerdings keine Illusion von raschem Wandel: „Ich glaube nicht, dass ich in meiner Sportkarriere noch eine volle Gleichstellung erlebe.“ Jens Sattler schätzt ihren Realismus, äußert sein Unverständnis hingegen deutlich. „Es ist schwer zu fassen“, schüttelt er den Kopf, „dass wir immer noch über Geschlechtergerechtigkeit diskutieren müssen – im Jahr 2025.“ Dabei, erinnert er, haben andere europäische Länder bereits große Sprünge geschafft. Schon 2017 führte das norwegische Fußball-Nationalteam Equal Pay ein: Die Herren verzichteten auf einen Teil ihrer Gehälter, sodass die Frauen gleichziehen konnten – auf dem Platz hatten die Fußballerinnen tatsächlich schon immer besser abgeschnitten.

Finlantis

Hüttenzauber – Herbstliche Auszeit im Finlantis



Am Samstag, den 18. Oktober, steht das Nettetalers Saunaparadies Finlantis ganz unter dem Motto „Hüttenzauber.“ Dann riecht es in der Panorama-Sauna und im Dampfbad nach Wärme, Wald und guter Laune! Stündlich sorgen besondere Aufgüsse und Anwendungen – mal kräftig, mal sanft, immer herbstlich und wohltuend – für Wohlgefühl und Hüttenglück. Gezaubert wird auch in der Küche: In der „FinLounge“ serviert das Team eine samtige Cremesuppe vom Hokkaido-Kürbis mit gerösteten Kernen, feinem Kürbiskernöl und Baguette. Oder man wählt die frische Salatbowl in Kürbiskernöl-Vinaigrette an knusprigem Kartoffelrösti mit Frischkäse-Kräuterfüllung. Was ihr an dem Tag im Finlantis auch macht – genießt die herbstliche Auszeit und lasst es euch gut gehen!

Sa., 18.10., 17 – 23 Uhr // Finlantis
Buschstraße 22 // 41334 Nettetal // Telefon: 02157 - 8959570
www.finlantis.de

Buchtipp

Reinhard Strüven: Haus Elbblick



Clemens Kleine, Anfang 40, Altenpfleger, übernimmt ein kleines, marodes Hamburger Altenheim und bringt es mit Elan und innovativen Ideen auf Vordermann. Er beginnt gerade, sich in seiner Traumstadt Hamburg wohlfühlen, da taucht ein korrupter Investor auf, der es auf das Filetgrundstück abgesehen hat. Clemens und die Heimbewohner stemmen sich mit aller Macht und viel Fantasie dagegen. Doch auch um sein privates Glück muss Clemens kämpfen. Der 1966 in Krefeld geborene Reinhard Strüven hat bereits als Altenpfleger, Jugendbetreuer, Sozialarbeiter, Journalist und Fundraiser gearbeitet und wurde für seine Texte und Erzählungen vielfach ausgezeichnet. Er ist Mitglied des Literaturateliers Köln und leitet in Krefeld die Literaturwerkstatt „Samt und Seite“.

Reinhard Strüven: Haus Elbblick
Engelsdorfer Verlag Leipzig (2025)
ISBN 978-3-96940-942-8 // Paperback // 152 Seiten // 11,80 EUR



Bubbelmaat

Hüls und Traar hoffen auf einen goldenen Oktober

Neunmal hat der Bubbelmaat in Hüls bereits stattgefunden, zweimal in Traar. Die Übernahme des Hülser Konzepts hat hier wunderbar funktioniert. Was liegt da näher, als die Reihe im Oktober fortzusetzen. Also startet am 09.10. der zehnte Hülser Bubbelmaat und am 17.10. der dritte Traarer. Wie auf den bisherigen Feierabendmärkten erwarten die Besucher an beiden Orten wieder vielfältige Leckereien. Bisher gab es unter anderem Currywurst und Crepes, Fisch, Salat, Kaffee und Bananenbrot. Auch das eigens für den Bubbelmaat gebraute Bier, das leckere Bubbelbräu, wird es wieder frisch vom Fass geben. Das Getränkeangebot umfasst natürlich auch wieder Wein, Sekt und kühlen Drinks ohne Alkohol. Ein DJ sorgt für gute Laune. Beste Voraussetzungen für einen schönen Feierabend – nur das Wetter muss noch mitspielen. Hüls und Traar hoffen auf einen goldenen Oktober.

Bubbelmaat Hüls
Do., 09.10., 17-22 Uhr
Hülser Markt // 47839 Krefeld Bubbel

Bubbelmaat Traar
Fr., 17.10., ab 17 Uhr
Traarer Rathausmarkt // 47802 Krefeld

www.bubbelmaat-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

WIR SUCHEN DICH! KOMM IN UNSER TEAM!

BOSCO
CAFÉ & RESTAURANT

Italienisches & Mediterranes Restaurant
Authentische Rezepte – Frische Zutaten

Im Herzen Krefelds
Dionysiusplatz 15, 47798 Krefeld
Telefon: 02151 - 917 263 0
Mobil: 0176 - 324 858 159

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Samstag: 11:00 – 22:00 Uhr
Sonntag: 15:00 – 20:00 Uhr
Montag: Ruhetag

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

HOLIDAY ON ICE

CINEMA OF DREAMS – die neue Show mit Oli.P und Pauline Petszokat in Grefrath



Die neue Show erweckt Filmwelten auf Eis zu neuem Leben.

Eiskunstläuferin Pauline Petszokat und Ehemann Oli P.

Am 19. November 2025 startet HOLIDAY ON ICE seine neue Produktion CINEMA OF DREAMS mit einer Weltpremiere im Grefrather EisSport & EventPark. Bis zum 23. November stehen dort insgesamt fünf Shows auf dem Programm. Mit dabei: Sänger und Entertainer Oli.P sowie seine Frau, die ehemalige Eiskunstläuferin Pauline Petszokat, die das Publikum mit einem besonderen Auftritt begeistern werden.

Die Show ist eine Hommage an die Magie des Kinos und erzählt die Geschichte dreier Freunde, die ein altes Lichtspielhaus wiederbeleben und darin ihre eigenen Filme produzieren. Szene für Szene entfaltet sich eine facettenreiche Kinowelt, die verschiedene Genres aufgreift – von Retro und Glamour bis hin zu Science-Fiction. Statt auf der Leinwand erleben die Zuschauer diese Welten live auf dem Eis. Besondere Gänsehautmomente verspricht die Premiere am 19. November: Oli.P tritt erstmals gemeinsam mit seiner Frau Pauline auf. Während er live singt, übersetzt sie seine Musik in Bewegung – ein künstlerischer Dialog aus Nähe und Emotion. Auch sein größter Hit „Flugzeuge im Bauch“ wird Teil dieser Performance sein.

Im Zentrum der Show steht natürlich der Eiskunstlauf auf höchstem Niveau. 37 internationale Spitzenathletinnen und -athleten zeigen eine Mischung aus technischer Präzision, Ausdruck und akrobatischen Höchstleistungen. Atemberaubende Kulissen, kunstvolle Kostüme und ein emotionaler Soundtrack aus Pop, Rock und Balladen verschmelzen zu einem Blockbuster auf dem Eis.

Für die Produktion konnte HOLIDAY ON ICE ein hochkarätiges Kreativteam gewinnen. Creative Director Kim Gavin (u. a. Shows für Adele, Robbie Williams) setzt die Vision gemeinsam mit Choreograf Adam Blake, Kostümdesigner Michael Sharp und der zweifachen Emmy-Preisträgerin Misty Buckley als Bühnendesignerin um. Produzent und CEO Peter O'Keeffe beschreibt CINEMA OF DREAMS als eine neue Stufe im Zusammenspiel von Sport und Show. Mit der neuen Show setzt HOLIDAY ON ICE seine Tradition fort, innovatives Live-Entertainment mit Weltklasse-Eiskunstlauf zu verbinden. CINEMA OF DREAMS lädt dazu ein, Freundschaft und Träume zu feiern und in eine Traumfabrik voller Musik, Akrobatik und Emotionen einzutauchen – ein Abend wie ein Lieblingsfilm.

Tickets sind ab 36 Euro erhältlich – im Grefrather EisSport & EventPark, an bekannten Vorverkaufsstellen sowie online unter www.eisstadion.de. Dort finden sich auch Infos zu Kinder- und Seniorenermäßigungen sowie Gruppenvorteilen.

Showzeiten:**Mi, 19.11.2025 // 19:00 Uhr – Weltpremiere mit Oli.P & Pauline****Do, 20.11.2025 // 19:30 Uhr****Fr, 21.11.2025 // 20:00 Uhr****Sa, 22.11.2025 // 15:00 & 19:00 Uhr****So, 23.11.2025 // 12:00 & 16:00 Uhr**

Wir schlagen jeden Preis.

Keine Tricks. Garantiert günstig. Die HORNBAACH Dauertiefpreise.

Hand  drauf.

HORNBAACH 
Es gibt immer was zu tun.

Mevissenstr. 45, 47803 Krefeld



Michael Neppeßen, Peter Hellings und David Kordes blicken auf einen Geschäftsstart nach Maß zurück.



Die sanierte Eigentumswohnung liegt in einem Zweifamilienhaus in Verberg.

CREVELT Immobilien

GESCHÄFTSSTART NACH MASS!

Fotos: Niklas Breuker

Wie wichtig ein guter Start ist, sehen wir immer wieder im Sport: Der beste Matchplan nützt nichts, wenn der Spielmacher nach fünf Minuten mit einer Zerrung ausscheidet, der Starverteidiger wegen einer Notbremse vom Platz muss oder wegen eines dummen Fehlers ein frühes Gegentor fällt. Das Team von CREVELT Immobilien darf nach den ersten Monaten hingegen positive Bilanz ziehen: Im Sommer mit großen Ambitionen ins erste Geschäftsjahr gestartet, konnten zuletzt die ersten Erfolge verzeichnet werden, die Mut für die Zukunft machen.

Peter Hellings ist zufrieden: Vor wenigen Tagen erst vermietete er eine Wohneinheit im Cracau Quartier. „Eine Win-win-Situation: Wir freuen uns über die vermietete Einheit, der Mieter unter anderem über den fantastischen Blick, den er aus seiner 82 Quadratmeter großen, topmodern ausgestatteten Zwei-Zimmer-Wohnung über das Bismarckviertel genießen darf.“ Auch die Vermietung freier Büro- und Lagerflächen im Unterehrerpark KreboxXL in Gellep-Stratum

läuft weiterhin erfolgreich: „Das Angebot einer Kombination aus flexibel nutzbaren Lagerflächen inklusive angrenzender Büroräume wird sehr gut angenommen“, bestätigt der Geschäftsmann.

Seine Energie kann er somit auf die anderen derzeit im Portfolio des Immobilienmaklers befindlichen Objekte richten, etwa die kernsanierte, moderne Eigentumswohnung in einem Zweifamilienhaus

im attraktiven Verberg. Singles oder auch Paare werden sich in den zwei Zimmern mit 62 Quadratmetern sowie im großzügigen Garten ganz sicher wohl fühlen. Nach umfassender Sanierung überzeugt die Wohnung durch eine moderne, hochwertige Ausstattung. So wurde der Wohnbereich mit hochwertigem Parkettboden ausgestattet, das Badezimmer runderneuert und für zusätzlichen Wohnkomfort elektrische Rollläden eingebaut. „Ein besonderes Highlight ist der Spitzboden“, weiß Hellings. „Die rund 40 Quadratmeter bieten zusätzliches Wohnpotenzial, beispielsweise für ein Homeoffice oder ein Gästezimmer.“ Ein besonders schlagkräftiges Argument ist natürlich die erstklassige Lage: Verberg ist einer von Krefelds grünsten Stadtteilen und zeichnet sich durch seine hohe Lebensqualität und den großen Erholungswert aus.

Ebenfalls zum Kauf steht eine 66 Quadratmeter große Zwei-Zimmer-Wohnung am Corneliusplatz in Tönisvorst, eine interessante Investitionsmöglichkeit für Anleger. Das Objekt überzeugt nicht nur durch seine praktische Raumaufteilung und die gute Vermietbarkeit, sondern auch durch seine Lage im beschaulichen Tönisvorst, einer Gemeinde mit hoher Lebensqualität und einer ausgezeichneten Infrastruktur. Schulen, Einkaufsmöglichkeiten, Gastronomie und öffentliche Verkehrsmittel befinden sich in unmittelbarer Nähe,



Ein Traum für Anleger: die Zwei-Zimmer-Wohnung am Corneliusplatz in Tönisvorst.

sodass ein angenehmes und unkompliziertes Wohnen garantiert ist. Beheizt wird kostengünstig und umweltfreundlich über eine effiziente Gas-Zentralheizung, auch ein Autostellplatz gehört zum Angebot.

„Es gibt bereits einige Interessenten für die beiden Immobilien“, bestätigt Hellings. „Ich bin recht zuversichtlich, dass wir auch diese Objekte in den kommenden Wochen an neue Besitzer übergeben können.“ Keine schlechten Aussichten: Der gute Start wäre dann gleichzeitig auch ein optimaler Abschluss für das Kalenderjahr 2025. Matchplan aufgegangen! //on

Sie haben eine Immobilie, die Sie verkaufen oder vermieten möchten? Dann kontaktieren Sie uns!

CREVELT Immobilien GmbH
Garnstraße 72 // 47798 Krefeld
Telefon: 02151 - 15 44 904
E-Mail: info@crevelt-immobilien.de
www.crevelt-immobilien.de

mamma's Ristorante

Auf Mamma ist Verlass – seit 25 Jahren

Fotos: Niklas Breuker



Geschäftsführer Domenico De Blasio ist Gastronom mit Leib und Seele.



Das Leben und die Welt stecken voller unerwarteter Überraschungen – wie gut, dass es Menschen, Orte und Dinge gibt, auf die wir uns verlassen können. Jeden Morgen geht die Sonne auf, am Samstag kommt um 18 Uhr die Sportschau und am Sonntag holen wir uns Brötchen bei unserem Lieblingsbäcker. Und wer in Krefeld Lust auf italienische Küche hat, weiß, dass er im mamma's genau das bekommt, worauf er Appetit hat. Antipasti, Pasta und Pizza, Fleisch- und Fischgerichte in stets verlässlicher, guter Qualität und in ansprechendem Ambiente.

Es ist eine echte Institution in der Krefelder Innenstadt: Neben dem ehemaligen Kaufhof und gegenüber des Behnischhauses gelegen, empfängt das mamma's seine Gäste seit nunmehr über 20 Jahren. Vor einigen Jahren wurde das Restaurant sogar komplett renoviert, umgebaut und vergrößert, sodass es heute – aufgeteilt auf Innen- und Außenbereich – insgesamt 350 hungrigen Gästen (und in einem abgetrennten Bereich Gesellschaften von

60 bis 80 Menschen) Platz bietet. Keine Selbstverständlichkeit im volatilen Gastronomie-Bereich, in dem es gang und gäbe ist, dass Restaurants schon wenige Monate nach hoffnungsfroher Eröffnung wieder schließen müssen, weil sie ihr Publikum nicht gefunden haben. Auch heute, an einem frühen Donnerstagnachmittag, ist das Restaurant gut besucht, trotz der ungewöhnlichen Uhrzeit. Domenico de Blasio, einer der beiden Geschäftsführer,



2017 wurde das Restaurant einer Generalüberholung unterzogen.

empfängt uns freundlich, aber auch ein bisschen aufgeregt. Er ist seit sechs Jahren im Betrieb, seit knapp zweieinhalb in verantwortlicher Position. Das Gastrogeschäft hat er gewissermaßen mit der Muttermilch aufgesogen, eine entsprechende Ausbildung in seiner kalabrischen Heimat absolviert und dann 12 Jahre lang Praxiserfahrung in Restaurants von Rom bis Mailand gesammelt, bevor es ihn nach Krefeld verschlug. „Ich liebe es, meine Gäste zu bewirten und zu verwöhnen“, erzählt er, „und natürlich gutes Essen!“ Auf die Frage, was er von seiner Speisekarte besonders gern mag, schlüpft er dann jedoch zurück in die Rolle des Geschäftsmanns: „Das kann ich wirklich nicht sagen: Es schmeckt wirklich alles sehr gut.“



Ein Klassiker auf der Speisekarte: Spaghetti mamma's mit Tomaten-Kräuter-Sauce und Gambas.

Für unser Menü entscheiden wir uns für die gemischte Vorspeisenplatte Deluxe mit Rindercarpaccio, Vitello Tonnato, Caprese-Salat und Garnelen, die Spaghetti mamma's mit Tomaten-Kräuter-Sauce und Gambas, das Filetto di Manza, ein medium rare gegrilltes Rinderfilet mit Kartoffeln, Gemüse und einer Trüffelsauce, die Pizza mamma's mit Rucola, Büffelmozzarella und Pistazien sowie drei verschiedene Desserts: ein Zitronensorbet, ein Schokoladentörtchen und eine Semifreddo Pistazie. Neben der regulären Karte gibt es im mamma's außerdem von 12 bis 15 Uhr eine spezielle Mittagskarte mit Angeboten sowie saisonal wechselnde Gerichte: aktuell kommen etwa Freunde von Steinpilzen auf ihre Kosten. Alle Gerichte können per Lieferservice auch nach Hause bestellt werden. Während wir auf unser Menü warten, schauen wir uns ein wenig um: Das Interieur ist im modernen Industrial-Loft-Style gehalten, mit einem großzügig geschnittenen Gastraum, einer Bar und sichtbaren Trägern unter der Decke.



Ein kulinarisches Highlight: Die Pizza mamma's mit Rucola, Büffelmozzarella und Pistazien.

Die Kombination aus Backsteinmauern und Holztischen spendet eine Wärme, die man eher nicht mit dem oft eher kalten Stil assoziiert. „Die Wendeltreppe, die zu den Waschräumen führt, ist das einzige, was vom alten mamma's übrig geblieben ist“, verrät Domenico lachend. Es ist gemütlich, das ganz in Schwarz gekleidete Servicepersonal huscht mit diskreter Effizienz herum und ist immer zur Stelle.

Unsere Antipasti-Kollektion wird ansprechend auf einem großen Schieferteller serviert: Das Rindercarpaccio ist, so wie es sein soll, hauchzart aufgeschnitten und schmilzt auf der Zunge. Die Gambas haben ein leichtes Grillaroma und sind perfekt gewürzt, das Vitello Tonnato ist cremig und frisch. Die Vorspeise macht definitiv Lust auf mehr, zum Beispiel auf den Evergreen der mamma's-Karte: Mit den Spaghetti mamma's macht man wirklich nie etwas verkehrt. Es ist ein nahezu perfektes Pastagericht: einfach, aber gleichzeitig raffiniert. Die fruchtig-frische Tomaten-Kräuter-Sauce umhüllt die Pasta und harmonisiert ausgezeichnet mit den knackigen Gambas. Das Rinderfilet kommt auf den Punkt gegrillt mit tiefroter Farbe und dunkler Kruste. Auch hier zeigt sich wieder die hohe Qualität aller eingesetzten Lebensmittel: Das Steak ist butterweich und zart, Röstaromen setzen einen würzigen Akzent, ohne den Geschmack des Rindfleischs zu überdecken. Ein Gedicht ist auch die dazu gereichte Trüffelsauce, die aus dem Kartoffelspalten ein kleines kulinarisches Fest macht.

Mein persönlicher Favorit ist aber die Pizza mamma's: Der Teig aus italienischem Weizenmehl ist in der Mitte dünn und luftig am Rand, Sauce und Käse sind optimal portioniert. Der frische, sahnige Büffelmozzarella geht mit den knackigen Pistazien und dem leicht pikanten Rucola eine raffinierte Verbindung ein. So soll Pizza schmecken! Abgerundet wird das Mahl mit dem traumhaften Dessertteller: Das Schokotörtchen kommt mit flüssigem Kern und einer Kugel Vanilleis, das Semifreddo Pistazie ist unverschämt cremig und das fruchtig-frische Zitronensorbet wird in einer ausgehöhlten Zitrone serviert. Nach dem Kaffee sind wir uns einig: Das mamma's ist auch nach fast 25 Jahren immer noch einen Besuch wert. Wie gut, dass sich manche Dinge niemals ändern! //on

Sonntag bis Donnerstag 12 – 22 Uhr
Freitag & Samstag 12 – 23 Uhr

mamma's Ristorante
An der alten Synagoge 1 // 47798 Krefeld
Telefon: 02151 - 446 53 33 // E-Mail: fovi@gmx.net
www.restaurant-mammas.de

WOHNEN IM GRÜNEN WINKEL

EXKLUSIVITÄT TRIFFT UNDERSTATEMENT

Nach erfolgreichem Verkauf aller Wohnungen ist Königshof Immobilien Ihr Ansprechpartner für die Vermietung im Erdgeschoss.



GROSSZÜGIGE, LICHTERFÜLLTE UND HOCHWERTIG AUSGESTATTETE MIET-WOHNUNGEN IM KREFELDER STADTTEIL VERBERG.

Wohnflächen von 88 m² bis 109 m² · Wunderschöne Gartenoasen und Dachterrassen
Klassisch-moderne Architektursprache · Barrierefreier Fahrstuhl bis in die Tiefgarage

BEISPIELWOHNUNG:

WOHNUNG 3 / EG MITTE HINTEN

2 ZKDB, Gäste-WC, HWR, Terrasse, Garten in Südwestlage,
Wohnfläche: 88,65 m², Gartenanteil ca. 146 m²
Kaltmiete: 1.595 € + NK zzgl. 100 € Stellplatz

AUSSTATTUNG

KfW 40 QNG (Qualitätssiegel Nachhaltiges Gebäude) · Beheizung über Erdwärmepumpe · Photovoltaikanlage Klinker-Riemchen mit energieeffizienter Wärmedämmung · 16 Tiefgaragen-Stellplätze mit Autoaufzug · Edle Bodenbeläge, u.a. Landhausdielen Bodentiefe Fenster und Türen · Elektrische Rollläden mit Zeitschaltuhren Hochwertige Sanitär-Objekte und Armaturen · Fußbodenheizung mit Einzelraumregulierung · Moderne Videosprech-/Klingelanlage



VERMIETUNG



KÖNIGSHOF
IMMOBILIEN GMBH

Königshof Immobilien GmbH
Heideckstraße 183 · 47805 Krefeld
Telefon 02151-391 666
info@koenigshof.com · www.koenigshof.com

EIN PROJEKT DER

BauFormArt
INDIVIDUELLE ARCHITEKTUR MIT FESTPREISGARANTIE

BauFormArt GmbH
Grüner Dyk 70 · 47803 Krefeld
Telefon 02151-50 97 60
info@bauformart.com · www.bauformart.com

YAYLA Arena

Dieter Nuhr: Nuhr auf Tour!



Dieter Nuhr ist der Meister der komischen Zeitanalyse. Er seziert die Gegenwart, stößt überall auf Absurditäten und Widersprüche und schreiert daraus immer neue Pointen. Auch wenn sich die Welt in fragwürdigem Zustand befindet, wenn Nuhr auf Tour geht, wirkt sie brüllend komisch. Dieter Nuhrs feine Ironie paart sich gerne mit grobem Unverständnis. Seine Fassungslosigkeit über den Zustand der Welt verarbeitet er mit Sarkasmus. Bei ihm entlädt sich die Lächerlichkeit des Daseins in einem sagenhaft witzigen Ideenfeuerwerk. Dieter Nuhrs Programm ist im dauernden Wandel, und wer nach einem Jahr wie-

derkommt, wird nicht viel wiedererkennen. Es ist die Aktualität seines Witzes, die Dieter Nuhr einzigartig macht. Am Ende verlässt man den Auftritt wie nach einem Besuch beim Psychoanalytiker: Die Probleme sind noch da, aber man hat gelernt, sie lachend zu ertragen. Ein Abend mit Dieter Nuhr ist Spaß und Therapie zugleich.

Fr, 12.12., Beginn: 20 Uhr
VVK: ab 41,40 EUR // Westparkstr. 111 // 7803 Krefeld
www.yayla-arena.de



reinigt schonend und umweltfreundlich

Meisterbetrieb

Krefeld-Hüls Krefelder Str. 47
Mo., Di., Do., Fr. 9.00 – 15.00 Uhr
Mi. + Sa. 9.00 – 13.00 Uhr

Krefeld Mevissenstraße am Kaufland
Mo. – Fr. 8.00 – 19.00 Uhr & Sa. 8.00 – 16.00 Uhr

Krefeld-Stadtmitte Breitestraße 92
Mo. – Fr. 8.00 – 17.00 Uhr
Sa. 9.00 – 14.00 Uhr

Kempen Burgstraße 16
Mo. – Fr. 8.00 – 18.30 Uhr
Sa. 9.00 – 13.00 Uhr



**IHR SPEZIALIST FÜR
PROFESSIONELLE BETTENREINIGUNG**

Oberbett Daunen	27,50 €
Oberbett Synthetik	19,50 €
Seidendecke	19,50 €
Kopfkissen	15,00 €

**Übergrößenpreise und
Matratzenbezüge auf Anfrage**
Preise gültig bis zum Erscheinen der neuen Preisliste

4 X IN IHRER NÄHE!
www.textilpflege-weber.de
TEL. 02151 - 75 54 81

Südbahnhof

Hans Gerzlich: Ich hatte mich jünger in Erinnerung



Hans Gerzlich ist entsetzt, als er plötzlich feststellt, dass er im gleichen Jahr geboren ist wie... alte Leute. In den Werbepausen seiner Lieblingssendung werden keine verführerischen Aftershaves und rasante Sportwagen mehr angeboten, sondern Granufink, Voltaren und Wärmepflaster. Außen 50, innen 20, fragt er sich „Wann fängt das Leben endlich an?“ da schneit aber schon wieder die „Persönliche Renteninformation“ ins Haus. Der frischgebackene Best Ager hat ausgerechnet: Wenn er mit 67 in Rente geht, kann er davon recht komfortabel leben für elf Tage. Deshalb hofft er auf Erhöhung des Flaschenpfands. Aber auch über das Verdrängen des eigenen Ablebens denkt er nach. Über verpasste Chancen, dafür zunehmende Gelassenheit, wie eine neue Altersethik aussehen müsste, in der Wirtschaftlichkeit zwar eine Rolle, aber nicht die Erste Geige spielt und welche Sprache er am besten noch lernt, um sich später mit seiner Pflegekraft verständigen zu können. Bei diesem Kabarettprogramm werden Sie sich kringelig lachen, wenn Sie 50 sind, mal 50 waren oder vorhaben, irgendwann 50 zu werden. Aber Achtung: Sie werden anschließend schon wieder zwei Stunden älter sein und etliche Lachfalten mehr haben.

Sa, 01.11., Beginn: 20 Uhr / VVK: 20 EUR
AK: 23 EUR // Saumstr. 9 // 47805 Krefeld
werkhaus-krefeld.de



Der neue Audi Q3.
Designed für das Leben.

Stil trifft Alltag: Der neue Audi Q3 SUV¹ begeistert mit einem markanten Design, das Dynamik und Eleganz vereint. Die digitale Matrix LED-Technologie² mit bis zu vier individuell wählbaren Lichtsignaturen sorgt für einen unverwechselbaren Auftritt – bei Tag und Nacht. Innen erwartet Sie moderne Technologie in einem komfortablen Ambiente. Jetzt bei uns bestellbar.

¹ Kraftstoffverbrauch (kombiniert): 9,0 – 5,3 l/100 km; CO₂-Emissionen (kombiniert): 205 – 137 g/km; CO₂-Klasse: G – E

² Optionale Ausstattung gegen Mehrpreis.

Alle Angaben basieren auf den Merkmalen des deutschen Marktes.



Mehr erfahren.

Audi Zentrum Krefeld
TÖLKE + FISCHER
GRUPPE

Premium Tölke & Fischer
Autohandels GmbH & Co. KG

Gladbacher Straße 471, 47805 Krefeld, Tel. 02151 339-300,
info@toefi.de, www.audi-zentrum-krefeld.audi



Gesundheit | Fitness | Wohlbefinden



Alter – eine Frage des Trainings.

Orsaystr. 9-11, 47906 Kempen, 02152 9649390 | Uerdinger Straße 100, 47799 Krefeld, 02151 611820 | www.nika-training.de

Michael Loewnich & Sascha Stöckl

Für Frauenrechte durch die Hölle

Text: Oliver Nöding // Fotos: Felix Burandt & Michael Loewnich



Sascha Stoeckl und Michael Loewnich: Wenige Wochen vor ihrem Gewaltmarsch überwiegen bei ihnen Vorfreude und Abenteuerlust.

In 60 Tagen 2.250 Kilometer zu Fuß von Marrakech, Marokko, durch das Atlasgebirge und die Westsahara bis nach Nuakchott, Mauretanien. 37,5 Kilometer täglich, mit einem Tagesbudget von nur 2,50 Euro pro Person. Diese irrwitzige Aufgabe haben sich Mediengestalter Michael Loewnich und Globetrotter Sascha Stöckl gesetzt: Ihr Ziel: Mit der Aktion Aufmerksamkeit und Spendengelder für Frauen in Liberia zu erzielen, die in ihrem Land unter teilweise erschreckenden Bedingungen leben müssen. Am 28. September geht es los.

Michael Loewnich — mit kurzgeschorenem Kopf, Rauschbart und Barfußschuhen — hat keine Zeit zu verlieren. Der Mitbegründer des Vereins Teamwork Africa Deutschland e. V. sprudelt förmlich über vor Enthusiasmus, Aufregung und Vorfreude für die Aktion, die ihn und seinen Begleiter Sascha Stöckl Ende September auf den „No Mercy Trek“ führen wird. Keine Gnade, 2.250 Kilometer zu Fuß durch eine Hölle, die die Frauen, für die die beiden dies auf sich nehmen, jeden Tag ihres Lebens durchleben müssen. „Ich habe auf meiner ersten Reise nach Liberia junge Frauen kennengelernt, die als Mädchen vergewaltigt wurden“, berichtet der gebürtige Moerser. „Der

geringe Bildungsgrad, Religion und Aberglauben führen dazu, dass diese Frauen danach aus ihren Dorfgemeinschaften verstoßen werden. Sie gelten als unrein, als Ehebrecherinnen und sie werden für Unwetter und Unglück verantwortlich gemacht. Viele Kinder ohne Zukunft gehen aus diesen Vergewaltigungen hervor. Eine Mutter, die ich traf, hatte sich bei ihrem Vergewaltiger mit HIV infiziert. Ihr Baby war glücklicherweise gesund, aber sie konnte es nicht selbst stillen.“ Michael vernetzte sich in Liberia mit der US-amerikanischen NGO Teamwork Africa, die vor Ort bereits mit zahlreichen Aktionen tätig war, und gründete nach seiner Rückkehr zusammen mit einem



Zwei Fahrradanhänger beinhalten das wichtigste Gepäck auf dem langen Fußmarsch.



Michael Loewnich ist einer der Mitbegründer des Vereins Teamwork Africa Deutschland.



Freund kurzerhand den deutschen Ableger, mit dem er nun seinerseits Spenden sammelt. „Jeder Euro, der an uns gespendet wird, geht zugunsten der Menschen dort unten. Alle Kosten, die der Verein hat, zahlen mein Vereinspartner Stefan und ich aus eigener Tasche“, verspricht er. Und man glaubt ihm aufs Wort.

Wenn Michael über die bittere Armut, aber auch die Freundlichkeit, Offenherzigkeit und Hilfsbereitschaft der Menschen in Liberia berichtet, steigen ihm die Tränen in die Augen. Er erzählt davon, wie ihm wildfremde Menschen zu Hilfe kamen, als er mit seinem mit Hilfsgütern vollgeladenen Wagen im Urwald liegengeblieben war; von einer fünfköpfigen Familie, die sich eine winzige Wellblechhütte teilte, mit einem Baby, das in einer Styroporschachtel schlief. Von dem Mädchen, das sich von ihm 50 Dollar für die Geschäftsidee lieh, Regenschirme während der Regenzeit zu verkaufen und ihm von den erwirtschafteten 100 Dollar stolz den Kredit zurückbezahlte. „Die Menschen dort haben nichts und sind dabei so herzlich. Ich möchte ihnen etwas zurückgeben. Ich möchte dazu beitragen, ihnen eine Chance auf ein besseres Leben zu ermöglichen“, lächelt er.

Auf der abenteuerlichen Autofahrt von Deutschland in die liberische Hauptstadt Monrovia machte die Einsamkeit der Wüste besonderen Eindruck auf ihn. „Ich fühlte mich dort auf seltsame Art geborgen“, erinnert er sich. „Absolute Stille, Millionen von Sterne am Nachthimmel. Als ich das zum ersten Mal sah, wusste ich, dass ich die Wüste einmal zu Fuß durchqueren wollte.“ In Sascha Stöckl, den er 2016 bei einem 24-Stunden-Fahrradrennen in Duisburg kennen gelernt hatte, fand der mehrfache Ultra-Marathonläufer nicht nur einen willigen Mitstreiter, sondern auch einen überaus erfahrenen Globetrotter, der bereits weite Teile des Erdballs mit dem Fahrrad erkundet hat. „Als ich ihm von meiner Idee erzählte, sagte Sascha ohne zu Zögern: ‚Ich bin dabei!‘“, lacht Michael. „Andere brauchen länger, um sich zu einem gemeinsamen Kinobesuch durchzurufen.“

Die Erfahrung Saschas kann der 44-Jährige gut gebrauchen, denn die Herausforderung, die beide auf sich nehmen, ist nicht zu unterschätzen: Im Atlasgebirge geht es hoch auf bis zu 3.000 Meter, auf dem Weg durch die Westsahara muss ein verminter Todesstreifen durchquert werden, zwischenzeitlich sind es 1.000 Kilometer bis

Die Menschen in Liberia leben in bitterer Armut.



Weibliche Vergewaltigungsoffer werden aus ihren Dorfgemeinschaften verstoßen und sind auf sich allein gestellt.



zum nächsten Krankenhaus. 400 Kilometer gilt es, zwischen zwei Wasserquellen zurücklegen. Sascha ist kernentspannt, ruhiger als mancher Urlauber vor seiner Pauschalreise, doch er ist sich der Risiken bewusst: „Das ist noch einmal eine andere Hausnummer als das, was ich bisher gemacht habe“, gesteht er. „An der falschen Stelle des Weges umzuknicken, kann verhängnisvoll werden.“ Angst habe er aber nicht, zumal Gefahr und Entbehrung ein durchaus kalkulierter Aspekt der Unternehmung sind: „Wir werden die ganze Reise auf Social Media dokumentieren, um Spender zu gewinnen“, erläutert Michael. 50.000 Euro sind das Ziel, denn so viel kosten der Bau des Frauenhauses und der Schule, die 40 Frauen und Mädchen Unterschlupf und Bildung geben sollen. „Wer möchte, kann uns unterwegs Challenges geben oder auch gegen uns wetten. Über GPS-Tracker des Hundecoaches Martin Ruetter ist unser Fortschritt außerdem immer nachvollziehbar“, erklärt Michael. Das Gleiche gilt für Regelverstöße: Zu den Spielregeln, die sich die beiden auferlegt haben, gehört etwa, dass sie keine Mitfahrgelegenheit in Anspruch nehmen dürfen. Tun sie es doch, müssen sie Strafarbeit verrichten — und verlieren so wieder kostbare Zeit. „Wir haben definitiv nur 60 Tage Zeit, denn den Rückflug haben

wir schon gebucht. Und der war so teuer, dass ich ihn auf keinen Fall verpassen will!“, lacht Michael. Das wäre dann echt die Hölle.

Wer sich für Michaels und Saschas Aktion interessiert, findet auf der Website www.teamwork-africa.de alle Informationen.

**Spendenkonto: Teamwork Africa Deutschland e. V.
Kreissparkasse Köln
IBAN: DE84 3705 0299 0341 5629 64
BIC: COKSDE33XX
Verwendungszweck: no MERCY trek**

**Oder per PayPal:
[paypal.me/TeamworkAfricaGER](https://www.paypal.me/TeamworkAfricaGER)
Facebook: [teamworkafricagermany](https://www.facebook.com/teamworkafricagermany)
Instagram: [teamwork.africa.germany](https://www.instagram.com/teamwork.africa.germany)**

**Teamwork Africa Deutschland e.V.
Telefon: 0156 - 79 63 45 04 // E-Mail: hallo@teamwork-africa.de
www.teamwork-africa.de**



etherTec Systems

Dein IT-Systemhaus aus Krefeld für

IT-Support

IT-Infrastruktur

IT-Sicherheit

ethertec.net

info@ethertec.net

02151 7477810

Küchenhaus Gebr. Jansen

Moderne Lösungen mit Tradition

Fotos: Felix Burandt



Nikolas Hilbig führt den fast 150 Jahre alten Traditionsbetrieb als Inhaber seit 2019.

Irgendwann kommt unweigerlich diese Frage auf: Wie wäre es mit einer neuen Küche? Eigentlich ist ein solches Vorhaben ja eine schöne und spannende Sache – schließlich geht es um den Mittelpunkt des Haushalts. Allerdings ist die Planung auch nicht zu unterschätzen. Den passenden Stil finden, Budget festlegen, Maße nehmen, Geräte vergleichen und Materialien auswählen – das alles und noch viel mehr gehört zum „Großprojekt Küchenkauf“. Das Küchenhaus Gebr. Jansen begleitet Kundinnen und Kunden seit Jahrzehnten auf dem Weg zur Traumküche. Dabei sorgt das erfahrene Team dafür, dass die Vorfreude nicht verloren geht, sondern immer größer wird.

Es war Anfang des Jahres 1878, als Kaiser Wilhelm I. die Umänderung des Namens der Stadt Dahlen in „Rheindahlen“ erließ. An diesem Ort, der heute zu Mönchengladbach gehört, hatte bereits rund 40 Jahre vorher Hermann Jansen gemeinsam mit seinem Bruder die Stellmacherei Gebr. Jansen gegründet. Gefertigt wurden Kutschen, Räder, Wagen und andere landwirtschaftliche Geräte aus Holz.

Später machte sich das Unternehmen einen Namen im Bereich der Getreide-Verarbeitung. In den 1920er- und 1930er-Jahren lag der Fokus dann auf hochwertigen Möbeln für Schlafzimmer und Wohnzimmer – und Küchen. Heute kommt bei der Küchenplanung „Virtuelle Realität“ zum Einsatz: Dank sogenannter VR-Brillen können sich Jansen-Kundinnen und -Kunden frei durch ihre Küche bewegen,



Ob Küchenblock, L oder U, Landhaus- oder Loftstil: Das Küchenhaus erfüllt alle Wünsche.

auch wenn sie nur im Rechner existiert. „Jeder Schubkasten kann mit dieser Software geöffnet, in jeden Schrank kann hineingeschaut werden“, sagt Nikolas Hilbig, der das Unternehmen im Ortsteil Günhoven inzwischen führt.

Ob Küchenblock, L- oder U-Form oder individuelle Kombination aus Küchenzeilen und Kücheninsel, ob modern, klassisch oder Landhaus-Stil – „wir können so gut wie alle Wünsche erfüllen“, sagt Hilbig. Die Bandbreite reicht von der kompakten Küche ab 5.000 Euro bis hin zum Raumkonzept für das gesamte Haus oder die Wohnung. „Im Küchenbereich decken wir Lösungen von der unteren Mittelklasse bis zur oberen Oberklasse ab.“ Partner sind namhafte Hersteller, darunter beispielsweise Nolte, Eggersmann, Gaggenau, Blanco, Miele, Neff, Quooker und Berbel. Neben Privatleuten wenden sich auch große mittelständische Unternehmen mit vielen Immobilien (und damit auch Küchen) ans das Team.

Der gute Ruf des Küchenhauses ist nicht nur in Mönchengladbach bekannt. „Zu uns kommen Kundinnen und Kunden, die bis zu 60 Kilometer weit weg wohnen.“ Auch in Krefeld und im Kreis Viersen



Zu den Kunden zählen auch zahlreiche Gewerbe und große Unternehmen.

wurden und werden Projekte umgesetzt. Zum 15-köpfigen Team gehören auch eigene Monteure. „Wir haben kaum Personalfluktuat, daher können wir reichlich Erfahrung bieten“, so Nikolas Hilbig.

Mit dem 44-Jährigen steht seit 2019 erstmals ein „Nicht-Jansen“ an der Spitze. „Die Beziehungen zur Branche im Allgemeinen und zum Küchenhaus Gebr. Jansen im Besonderen waren aber seit jeher eng“, sagt er. Die Zeit nach der Schule verbrachte er als Kind und Teenager größtenteils im Rheydter Möbelgeschäft seiner Großeltern. Mit 17 Jahren startete er seine Ausbildung zum Einzelhandelskaufmann – im Möbelhaus Gebr. Jansen. „Nach erfolgreichem Abschluss wollte ich aber noch was anderes machen als Möbel und Küchen“. Und zwar etwas völlig anderes: Der leidenschaftliche Film-Fan absolvierte eine zweite Ausbildung zum Filmtheaterkaufmann. Im Mönchengladbacher Multiplexkino Comet Cine Center durchläuft er dort alle Stationen eines modernen Kinos, von der Kasse über die Filmprojektion bis zur Buchhaltung. 2008 übernimmt er die Kino-Leitung. 2011 wechselt er nach Hildesheim, wo er rund sechs Jahre lang ebenfalls ein Kino führt.



Zu den Partnern des Küchenhauses zählen namhafte Hersteller wie Nolte, Eggersmann, Gaggenau, Blanco, Miele, Neff, Quooker und Berbel.



Der Kontakt zu seiner einstigen Ausbildungsstätte in der Möbelbranche riss aber in all den Jahren nie ab. „Mit Paul und Mechtilde Jansen hatte ich immer freundschaftlichen Kontakt.“ Das Ehepaar führte die Geschicke des Rheindahlener Unternehmens mehr als 30 Jahre lang durch alle Höhen und Tiefen. Eine wegweisende Entscheidung war die Spezialisierung auf Küchen im Rahmen eines großen Umbaus 2008. Die Schreinerei und der klassische Möbelhandel wurden aufgegeben. Im Januar 2017 erfolgte dann ein weiterer wichtiger Schritt: Paul und Mechtilde Jansen überlegten gemeinsam mit Nikolas Hilbig, ob der einstige Azubi nicht wieder zurückkehren sollte – in neuer, hoher Position. Innerhalb weniger Wochen war alles geklärt – ein würdiger Nachfolger war gefunden. Zum 1. Januar 2019 wurde Nikolas Hilbig neuer Inhaber. Zu seinen ersten großen Amtshandlungen gehören umfangreiche Sanierungsarbeiten. „Das gesamte Gebäude wurde quasi einmal auf links gedreht.“

Das Ehepaar Jansen ist zwar offiziell im Ruhestand, unterstützt das Team aber noch in den Bereichen Verkauf und Verwaltung. „Wir alle leben das Thema Küche mit Leidenschaft und Herzblut“, wie der Inhaber betont. Wer sich davon selbst ein Bild machen möchte, ist herzlich eingeladen. „Schon unser moderner Showroom lohnt einen Besuch“, verspricht Hilbig. Sonntag und Montag sind reine Schautage, dienstags bis samstags sind Beratungen – am besten mit Voranmeldung – möglich. //db

Küchenhaus Gebr. Jansen
Voosener Str. 64-66 // 41179 Mönchengladbach
Telefon: 02161 - 588580 // E-Mail: info@kuechenhaus-jansen.de
www.kuechenhaus-jansen.de



NATURRAUM BETTEN
 Natürlich schlafen Sie gut!

- Metalfreie Massivholzbetten, nach Ihren Wünschen gefertigt.
- Naturschlafsysteme, Wirbelgenaue Anpassung an Ihren Körper. Schmerzfrei liegen, erholsam schlafen.

Mobil: 0170 / 7369463
www.NaturRaum-betten.de
mail@naturraum-betten.de




Renovum

FULL SERVICE AUS EINER HAND

- Dachdeckerarbeiten
- Badsanierung
- Putz-, Maler- und Tapezierarbeiten
- Fliesenlegen
- Verlegen von Böden aller Art (Parkett, Teppich, Laminat etc.)
- Installation von Sanitäreinrichtungen
- Küchenmontage
- Gartenpflege
- Terrassenbau
- Schimmelbekämpfung
- und vieles mehr



Renovum
 Komplettlösungen für Immobilien
 Garnstr. 72, 47798 Krefeld
 Telefon: 02151 - 35 81 642
 Mobil: 0157 - 56 55 78 07
d.neppessen@renovum-immobilien.de
www.renovum-immobilien.de



Kulturfabrik

Katja Berlin: Die Frau der Torten

Die erfolgreiche Buchautorin und Kolumnistin Katja Berlin gilt als die Frau der satirischen Grafiken. Im letzten Jahr erschien mit dem Buch „Wofür Frauen sich rechtfertigen müssen“ ein Best-of-Werk ihrer jahrelangen ZEIT-Kolumne „Torten der Wahrheit“. Den kritischen Themen unserer Zeit widmet sich Katja Berlin nun auch live auf der Bühne. Eine Sammlung ihrer besten Grafiken mit Themen wie Digitalisierung, Klimaschutz, Gleichstellung oder Fortschritt in Deutschland dient als Grundlage für die wohl lustigste politische Rückschau seit der Erfindung der Krise. Bereits ihr erstes Buch „Was wir tun, wenn der Aufzug nicht kommt“ verkaufte sich über 300.000 Mal. Es folgten 16 weitere, darunter im vergangenen Jahr die Titel „Was Rechtspopulisten fordern“ und „Wer mit dem Mindestlohn gut leben kann“. Zeitgleich schrieb Katja Berlin Kolumnen für das „Handelsblatt Magazin“ sowie die „Berliner Zeitung“ und war als Podcasterin tätig. Seit neun Jahren kommentiert sie in ihrer ZEIT-Kolumne „Torten der Wahrheit“ wöchentlich Politik und Gesellschaft und zeigt mit ihren satirischen Infografiken, wie Humor in Krisenzeiten funktionieren kann.

Mi, 15.10., Beginn: 20 Uhr
VVK: ab 38,30 EUR // Dießemer Str. 13 // 47799 Krefeld
kufa-reloaded.de



Praxis für Logopädie Rebecca Philipzen

Behandlung von Sprech-, Sprach-, Stimm- und Schluckstörungen

Luisenstraße 98
47799 Krefeld

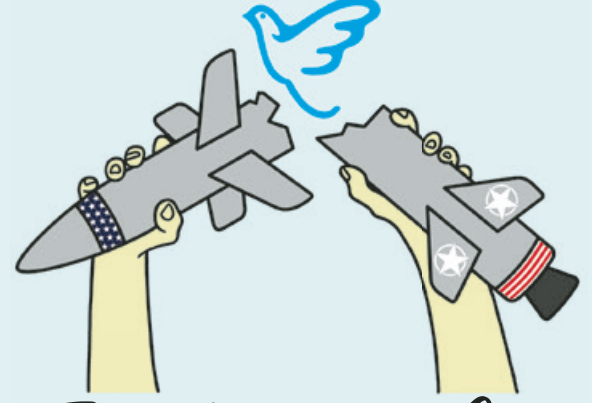
0160/4688404
02151/1500220

logopaediephilipzen@outlook.de
www.logopaedie-philipzen.de



Vom Krefelder
zum Berliner Appell

Frieden schaffen ohne Waffen



Frieden schaffen

VOM KREFELDER ZUM BERLINER APPELL
Gegen die neuen US-Mittelstreckenraketen in Deutschland

Samstag 25. Oktober 2025
von 15 – 19 Uhr · Einlass 14 Uhr
im Seidenweberhaus in Krefeld

www.vom-krefelder-zum-berliner-appell.de

„Kunst und Wissenschaft für den Frieden“
mit prominenten Gästen

Vorverkauf im Weltladen und im Anderen Buchladen
oder nutzen Sie den QR-Code zum Erwerb von Tickets:



Bündnis „Vom Krefelder zum Berliner Appell“

Der im vergangenen Jahr initiierte Berliner Appell richtet sich gegen die Stationierung atomwaffenfähiger US-Mittelstreckenraketen in Deutschland. Die Stationierung steigere die Spannungen und erhöhe die Gefahr, Deutschland zum Ziel eines Präventivangriffs zu machen. Überdies förderten die geringen Vorwarnzeiten das Risiko von Fehlreaktionen. Kriegerische Konflikte seien um jeden Preis zu vermeiden. Einen Krefelder Appell mit ähnlicher Aussage gab es bereits vor 45 Jahren während des Kalten Krieges. An ihn wird nun angeknüpft, um den Berliner Appell zu unterstützen. Mit Unterstützung Prominenter aus Kultur und Wissenschaft sowie zahlreicher Organisationen und Verbände wie ver.di, DGB, attac, Junge Welt und Emmaus soll der gegenwärtigen Aufrüstung und Kriegstreiberei ein entschiedenes Nein entgegengesetzt werden. Zur Veranstaltung am Samstag, 25. Oktober werden zahlreiche Gäste für ein abwechslungsreiches Programm aus Musikdarbietungen und Fachvorträgen erwartet. Ziel ist es, weitere Unterschriften für den Berliner Appell zu sammeln. Bisher haben mehr als 80.000 Menschen unterschrieben. Weitere Informationen: www.vom-krefelder-zum-berliner-appell.de

Ticketverkauf: www.pretix.eu/KrefelderAppell/2025/
Örtliche Vorverkaufsstellen:
der Andere Buchladen und der Eine-Welt-Laden
Sa, 25.10, Beginn: 15 Uhr // Tickets: Seidenweberhaus
Theaterplatz 1 // 47798 Krefeldld



Jetzt bei uns
leasen

Ganz schön groß. Entdecken Sie den Polo.

Polo Life 1.0 I 59 kW (80 PS) 5-Gang
Kraftstoffverbrauch: 5,2 l/100 km; CO₂-Emissionen: 119 g/km (kombinierte Werte gemäß WLTP); CO₂ Klasse: D
Ausstattung: App-Connect Wireless für Apple CarPlay und Android Auto, Spurhalteassistent „Lane Assist“, Radio „Composition“, Multifunktionslenkrad in Leder u.v.m.
Lackierung: Ascotgrau

Das PLUS-Leasing mtl.:	99,00 €¹
Leasing-Sonderzahlung:	1.350,00 €
Laufzeit:	30 Monate
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km

Fahrzeugabbildung zeigt ggf. vom Angebot abweichende Sonderausstattungen. ¹Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorn Str. 57, 38112 Braunschweig. Änderungen und Irrtümer vorbehalten. Bonität vorausgesetzt. Weitere Laufleistungen oder Ausstattungen gegen Aufpreis möglich. Alle Werte inkl. gesetzlicher Mehrwertsteuer. Ohne Gebrauchtwagen-Abrechnung. Auslieferungskosten für die Abholung in der Autostadt Wolfsburg in Höhe von EUR 760,00 berechnet der ausliefernde Betrieb separat. Zzgl. Zulassung. Angebot gültig bis 08.10.2025. Stand 9/2025.



TÖLKE + FISCHER
GRUPPE

Ihr Volkswagen Partner
Tölke & Fischer GmbH & Co. KG
Tölke & Fischer Volkswagen Zentrum Krefeld
Gladbacher Str. 345, 47805 Krefeld, Tel. 02151 9173228, toefi.de

Landgut Hückels May

Viel los in der Scheune



Hückels May, das beschauliche Landgut am Rande Krefelds, wird im Oktober mit zwei Events zur Party Location.

Scheunen Nacht am 18. Oktober

An diesem Samstag steigt im Landgut wieder die legendäre Scheunennacht. Es gibt drei Floors: Auf dem Main Floor sorgt Thorsten Bergmann für treibende Beats. Im Wintergarten stehen Deep House und Afro House mit Tim Twice auf dem Plan, und im Kleinen Saal ist Mitsingen mit deutschsprachigen Hits absolut erwünscht!

Halloween - die Scheune des Schreckens

Auf der großen Hückels May Halloween Party verwandelt sich die Scheune in ein düsteres Gruselkabinett: mit flackernden Kerzen, Spin-

nenweben, geheimnisvollen Schatten und jeder Menge schaurig-schöner Überraschungen. Wer möchte, kommt natürlich in der passenden Verkleidung. Auf zwei Floors kann dann der Monster Mash getanzt werden.

Sa., 18.10., 20.30 Uhr // VVK 12 EUR // AK 15 EUR
Fr., 31.10., ab 20 Uhr // VVK 12 EUR // AK 15 EUR

Landgut Hückels May
Hückelsmaystr. 70
47804 Krefeld
www.hueckels-may.de/partys-events



Genießen Sie die Speisen Indiens

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Großes Büffet: Fr bis Sa: 17:30 - 22:30 Uhr
So von 12 - 15 Uhr und von 17:30-22:30 Uhr

Dionysiusplatz 10 • 47798 Krefeld • Telefon: 02151 - 29120 • www.restaurant-namaste.de
Öffnungszeiten: Mi - Sa 17:30 bis 23 Uhr • Küche bis 22:30 Uhr // Mo & Di Ruhetag

WIR RICHTEN GERNE IHRE WEIHNACHTSFEIER AUS

NAMASTE

CYCLE COLLECTIVE URBAN



Cycle Collective wächst – neuer Showroom in Osterath!

Neben unserem Shop auf der Willicher Straße findet ihr uns ab sofort auch in den Ackershöfen: Cycle Collective Urban – euer neuer Ort für Citybikes, Urbanbikes, Lastenräder, Kinderräder und Reiseräder.

Damit erweitern wir unser Angebot und können euch noch mehr Auswahl direkt in der Nähe präsentieren. Kommt vorbei – wir freuen uns auf euren Besuch und viele nette Begegnungen!

CYCLE COLLECTIVE
WILLICHER STR. 5 & HOCHSTR. 19C
40670 MEERBUSCH
HELLO@CYCLE-COLLECTIVE.DE
T +49 2159 814 7700
WWW.CYCLE-COLLECTIVE.DE

UNSERE MARKEN
SCHINDELHAUER CITYRÄDER, E-CITYRÄDER
DESIKNIO E-CITYRÄDER
MIKAMARO CITYRÄDER
MOUSTACHE E-BIKES, E-MOUNTAINBIKES
EARLY RIDER KINDERRÄDER
CAGO LASTENRÄDER
BULLIT LASTENRÄDER
TOUT TERRAIN REISERÄDER
UTO FALTRÄDER



Kulturfabrik

Der Physiopath: Du bist deine beste Medizin!

Endlich gibt der Physiopath auch live seine Tipps, Hacks und Ratschläge für ein gesünderes Leben! In der unterhaltsamsten und gesündesten Show, in der es um unsere Gesundheit, unsere Ernährung, unseren Körper – also um uns geht! Der Rücken schmerzt, keine Diät funktioniert, wir sind ständig müde? Es gibt kein Problem, für das der Physiopath nicht zumindest einen guten Tipp hat! Ein unterhaltsamer und humorvoller Abend mit Ratschlägen, Tricks und Tools, die jeder zu Hause nachmachen kann. Dazu eine geballte Ladung Infotainment und Wissen, das dabei hilft, das Leben selbst in neue und gesündere Bahnen zu lenken. Eine Show voller Entertainment, Faszination für den Körper und ganz viel Spaß zum Gesundlachen! Eines ist klar: Besucher gehen gesünder nach Hause, als sie gekommen sind!

Der Physiopath (Frederic Newnham) ist einer der bekanntesten und erfolgreichsten Medizin-Kanäle auf TikTok und Instagram – auch auf YouTube kann man ihn sehen. Er ist Physiotherapeut, Dipl. Osteopath und Mentalcoach!

Mi, 22.10, Beginn: 20 Uhr
VVK ab: 29,50 EUR // Dießemer Str. 13 // 47799 Krefeld
kufa-reloaded.de

Theater Krefeld
& Mönchengladbach

Krefelder Jazzherbst: Mit Jazz gegen den Herbstblues



Unter dem Namen „Krefelder Jazzherbst“ veranstaltet der Jazzklub Krefeld in Kooperation mit dem Theater Krefeld und Mönchengladbach zwei hochkarätig besetzte Jazzkonzerte im Glasfoyer des Theaters. Am Montag, 13. Oktober, tritt zunächst das Quispel-Quintet um den kalifornischen Wahniederländer Michael Moore auf. An seiner Seite agieren Leonhard Skorupas, Robert Landfermann, die Kroatian Asja Valčić sowie der zwischen New York und Amsterdam pendelnde Michael Vatcher. In den abenteuerlichen Kompositionen und Improvisationen des Quintetts verbinden sie West Coast Jazz mit zeitgenössischem Chamber Jazz. Am Montag, 3. November, treten die in Osaka geborene Pianistin Aki Takase und der in Wolfsburg geborene Saxofonist Daniel Erdmann gemeinsam auf. Swingende Fröhlichkeit steht neben balladesker Leidenschaft und romantischer Melancholie, impressionistische Leichtigkeit neben dichten Klangwolken. Der Krefelder Jazzherbst wird von der Kulturstiftung der Sparkasse Krefeld gefördert.

Quispel-Quintet
Mo, 13.10., Beginn: 20 Uhr // VVK: 24 EUR
Aki Takase & Daniel Erdmann
Mo, 03.11., Beginn: 20 Uhr // VVK: 24 EUR
Glasfoyer // Theaterplatz 1 // 47798 Krefeld

Karten unter: tickets.theater-kr-mg.de

Ein christlicher Friedhof in Krefeld mit pflegefreien Grabstätten.

[Meyer-Konzerte] Du findest uns auf **Gute Unterhaltung!**



Fotos: Felix Burandt



Alles Gute zum 5. Geburtstag!

Am Mittwoch, 3. September, luden wir unsere Freunde, Partner und Kunden anlässlich unseres fünften Geburtstags ins Pecadinos am Stadtmarkt. Es wurde nicht nur dank des späten Platzregens zu einem feucht-fröhlichen Abend, zu dem auch Oberbürgermeister Frank Meyer erschien, um zu gratulieren. Wir bedanken uns herzlich bei allen Gästen und natürlich bei Mo und seinem Team für den tollen Abend und hoffen, dass wir uns in fünf Jahren wiedersehen!



Alle Fotos auf crevelt.de



Fotos: Niklas Breuker

André Heiner, Bereichsleiter Vertriebsmanagement, und Marcus Anstötz, Spezialist für das Electronic Banking bei der Volksbank Krefeld.

wero – die europäische Antwort auf paypal

Mit der neuen wero App ist das Geld in zehn Sekunden beim Empfänger!

In den letzten Jahren durften wir auf die harte Tour lernen, dass Europa sich viel zu sehr auf andere verlassen hat. Sei es durch den Ukraine-Krieg und die russische Bedrohung oder durch US-Präsident Trump mit seiner America-First-Politik. Viele Menschen in Europa sind daher inzwischen überzeugt, dass wir wieder mehr europäische Souveränität benötigen. Das bezieht sich auch auf die digitale Welt, wo wir im hohen Maße von Google, Apple, Facebook und Co. abhängig sind. Und leider gilt das zum guten Teil auch für die Finanzwelt, wo wir mit Visa, Mastercard oder Paypal zahlen.

Um diesen Trend umzukehren, haben sich 16 Banken aus Frankreich, Belgien und Deutschland, darunter die Sparkassen, die Volks- und Raiffeisenbanken und die Postbank, zusammengetan und die European Payments Initiative „EPI“ ins Leben gerufen, die die europäische Payment App „wero“ entwickelt hat, die inzwischen von über 40 Millionen Menschen genutzt wird. Dabei findet sich aktuell zwar noch der größere Teil der App-Nutzer in Frankreich und Belgien, aber die deutschen Banken arbeiten mit großem Engagement daran, wero auch bei uns zu etablieren. Ab 2026 werden dann auch Banken aus Luxemburg und den Niederlanden dabei sein, und sich weitere deutsche Banken wie die Deutsche Bank und die Noris Bank anschließen.

„Souveränität – Datenschutz – Sicherheit“ lauten die Grundsätze, nach denen EPI die neue europäische Payment-App konzipiert hat. wero soll den Nutzerinnen und Nutzern sowohl eine sehr gute Usability bieten als auch einen größtmöglichen Schutz der eigenen Daten. Dies ist auch der Volksbank Krefeld sehr wichtig, wie André Heiner, Bereichsleiter Vertriebsmanagement bei der Volksbank, betont. „Ein

Bezahlsystem muss einfach sein, nur so kann es im Markt angenommen werden. Die Menschen wollen eine App intuitiv benutzen, und keine komplizierten Anleitungen lesen“, ist Heiner überzeugt. Bei der Volksbank ist wero Teil der VR Banking App, die inzwischen bereits von einem großen Teil der eigenen Kunden genutzt wird. Für Nutzerinnen und Nutzer eines Volksbank Online-Banking-Kontos ist die App mit nur wenigen Klicks auf dem Handy installiert.

„Man muss nur ein App-Passwort vergeben und seine Online-Banking-Zugangsdaten eingeben“, erklärt Marcus Anstötz, der Electronic-Banking-Spezialist der Volksbank Krefeld. „wero kann darin in nur vier Schritten aktiviert werden. Auf diese Weise hat man beim mobilen Bezahlen die Wahl, ob man eine reguläre Überweisung durchführen oder jemandem nur ‚mal eben‘ ein paar Euro überweisen möchte, ohne eine komplizierte IBAN zu erfassen“, so Marcus Anstötz. „Da wero alle aktiven Nutzer mit den eigenen Kontakten des Smartphones abgleicht, kann der Empfänger auch direkt aus seinen Kontakten ausgewählt werden. Ansonsten gibt man die Mobilnum-



Die wero-App soll sich als europäische Bezahlalternative zu den US-Anbietern etablieren.

mer oder Mail-Adresse ein. Solche P2P-Zahlungen, wie wir das in der Finanzwelt nennen, kommen im alltäglichen Leben ja häufig vor. Zum Beispiel, wenn man mit Freunden essen geht und einer legt die Rechnung vor – oder auch in Vereinen und privaten Gruppen“, zählt André Heiner auf. „Heute wird in solchen Fällen häufig Paypal eingesetzt. wero kann das auch – und das direkt am Konto ohne Drittanbieter und innerhalb Europas!“

Damit wero für uns zukünftig alltäglich wird, müssen die europäischen Banken allerdings noch ein gutes Stückchen Arbeit leisten. Zum einen, indem sie die verfügbaren Funktionen weiter ausbauen, zum anderen, indem sie die neue App noch viel häufiger bei privaten und gewerblichen Nutzern ins Spiel bringen. Dabei haben die wero-Entwickler viele weitere Funktionen auf dem Plan, die den Umfang der Payment-App schon bald deutlich erweitern. So kann man als Händler zum Beispiel bereits einen von der App kreierten QR-Code an seinen Produkten anbringen – und Kunden, die es kaufen wollen, zahlen einfach, indem sie mit ihrem Handy den QR-Code scannen. Eine weitere spannende Funktion ist eine automatisierte Zahlungserinnerung, die man einsetzen kann, wenn per wero Geld angefordert wurde und die Zahlung ausbleibt. Da bekommt der Aufgeforderte dann in Abständen von 3, 7, 14 oder 28 Tagen automatisiert eine Erinnerung zugeschickt.

„Damit wero sich schnell am Markt etabliert, arbeiten wir Genossenschaftsbanken eng mit der Betreibergesellschaft EPI zusammen. Die ist bereits seit einiger Zeit im Gespräch mit großen, europaweit tätigen Online-Händlern, um wero dort als Bezahllösung einzubringen“, berichtet André Heiner. „Denn je mehr Shops wero anbieten, desto attraktiver wird es für die Konsumentinnen und Konsumenten.“ Anfang nächsten Jahres wird wero dann generell als Bezahllösung im Online-Handel verfügbar sein. Händler erhalten damit eine kanal-unabhängige Lösung für jeden Anwendungsfall, die für den Handel auch aufgrund ihres einfachen und kostengünstigen Preismodells attraktiv ist. Ebenso attraktiv wird wero für die Kundinnen und Kunden der Shops sein, da sie mit wero ganz bequem völlig ohne Bargeld und Karten, und das zu europäischen Datenschutzstandards, bezahlen können. „Es ist uns sehr wichtig, unsere Kunden über diese Vorteile aufzuklären“, betont André Heiner.

Unabhängig von zukünftig verfügbaren Funktionen können alle Volksbank-Kundinnen und -Kunden, die bereits die VR-Banking-App nutzen, wero einfach mal ausprobieren. „Sie werden sehen, das Geld ist in wenigen Sekunden beim Empfänger“, freut sich André Heiner. „Ich nutze wero so oft es geht!“ //mo

Weitere Infos über wero unter: www.vbkrefeld.de/wero

Palima
Palliativteam Krefeld

Wir begleiten Menschen.
Wir lindern Schmerzen.
Wir schaffen Lebensqualität.

palima-krefeld.de



Neu für Sie
in Krefeld



Krefelder Herbstzauber



Der Klassiker im Oktober

Der Sommer ist vorbei, es lebe der Herbst! Die einen trauern den warmen Zeiten und der Sonne hinterher, grämen sich angesichts kürzer werdender Tag und dunkler, nasskalter Morgenstunden, andere frohlocken, wenn sich die Bäume golden färben, die Luft kälter wird, es draußen nach feuchtem Laub riecht und man es sich zu Hause gemütlich machen kann. Die Geschmäcker sind eben verschieden. Bei einem aber sind sich alle einig: Der Krefelder Herbstzauber ist ein absoluter Pflichttermin in der Seidenstadt. Auch 2025 laden die Veranstalter wieder herzlich auf die Krefelder Renn-

bahn ein. 160 Aussteller halten ein breites Angebot von Genuss und Kulinarik über Mode und Schmuck bis hin zu Haus und Garten sowie Kunst und Lebensart bereit. So kann der Herbst kommen! Tiickets ab 12 Euro unter: www.renomueller.de/event/krefelder-herbstzauber

Fr., 17.10., 12 – 18 Uhr
Sa., 18.10., 10 – 18 Uhr
So., 19.10., 10 – 18 Uhr

Wir schützen Ihr Unternehmen

180° Sicherheit
Live-Einbruchschutz

Wenn Täter nicht nur entdeckt, sondern direkt vertrieben werden – bevor Schaden entsteht.

180° Sicherheit
Mobile Sicherheit

Wenn Sie Schutz brauchen, wo keine feste Anlage steht – flexibel, autark, sofort einsatzbereit.

180° Datenschutz
Datenschutz

Wenn DSGVO-Pflichten zur Belastung werden – wir übernehmen Verantwortung und sichern Sie rechtlich ab.

180° IT
IT-Sicherheit

Wenn Cyberangriffe zur täglichen Gefahr werden – wir erkennen Schwachstellen, bevor Hacker sie nutzen.

Ihr Gutschein für eine **kostenlose** Erstberatung

So geht's:

Rufen Sie uns an: 0211 - 17 60 72 60

Nennen Sie bei Ihrer Kontaktaufnahme Ihr Stichwort.

Wir terminieren mit Ihnen eine kostenlose Erstberatung.

Ihr Stichwort:

CREVELT 180

www.180-grad.de



WIR MAKELN DAS SCHON!



**DARAUF
KÖNNEN SIE
BAUEN!**

- Jahrzehntelange Erfahrung in der Immobilienbranche ---
- Großes Know-how rund um Immobilien, Wertermittlung und Vermarktung ---
- Hohe Marketing-Kompetenz mit eigener Agentur und Verlag ---
- Erstklassige Vernetzung in Krefeld und Umgebung ---



Kulturrampe

Los Fastidios live

Seit über drei Jahrzehnten sind Los Fastidios aus Verona eine feste Größe in der internationalen Punk- und Ska-Szene. 1991 gegründet, hat die Band seither unzählige Bühnen in Europa und weit darüber hinaus erobert – mit über hundert Shows pro Jahr gehören sie zu den rastlosesten Live-Acts des Genres. Ihr Sound schlägt eine Brücke von Streetpunk über 2Tone-Ska bis hin zu Rock'n'Roll, Brit-Pop und frühem Reggae. Immer mit im Gepäck: eingängige Melodien, treibende Rhythmen und Texte, die gesellschaftliche Themen aufgreifen, ohne den Spaß aus den Augen zu verlieren.

Los Fastidios stehen für eine seltene Mischung: kompromisslose Haltung, klare Botschaften – und gleichzeitig eine Tanzbarkeit, die jedes Publikum in Bewegung bringt. Frontmann Enrico, das markante Gesicht und die Stimme der Band, wird seit einigen Jahren von Elisa Dixan unterstützt. Ihre hellen, einladenden Vocals erweitern den typischen Fastidios-Sound um eine zusätzliche Dimension. Am Sa., 18. Oktober, kann man sich auch in Krefeld von den Qualitäten der Band überzeugen.

Sa, 18.10., Beginn: 21 Uhr // VVK: ab 20 EUR
Oppumer Straße 175 // 47799 Krefeld // www.kulturrampe.de



Beratungen sind jederzeit
nach Absprache möglich

Einladung zum Tag der offenen Tür
mit Adventsbasar, Sonntag, 23.11.2025, 11-17 Uhr



Betreutes
Wohnen



Ambulanter
Pflegedienst



Stationäre
Pflege



Kurzzeit-
pflege

Wir freuen uns auf Sie!

kursana
RESIDENZ

Kursana Residenz Krefeld, Hansastrasse 115, 47798 Krefeld
Telefon: 0 21 51 . 8 24 - 0, kursanakrefeld@dussmann.de, www.kursana.de



5 Jahre
Garantie*

Fassaden waschen statt streichen.

ECO-Fassadenreinigung
für alle Privat- und Gewerbeimmobilien

- ◆ Substanzschonende Fassadenwäsche.
- ◆ Entfernt Verschmutzungen durch Algen, Pilzbefall, Ruß und Feinstaub.
- ◆ Kein Gerüstbau erforderlich!

*Langzeitschutz vor Neubefall durch Algen und Pilze

fassago

Die ECO-Fassadenreinigung · Garnstraße 72 · 47798 Krefeld

www.fassago.de



◆ Beste Qualität
◆ Made in Germany

Schreinerei Kosanke

Einbruchsschutz aus der Schreinerei



Dirk Kosanke und Ehefrau Simone freuen sich über jeden erfolgreich vereitelten Einbruchversuch.

Ein Einbruch hinterlässt Spuren. Nicht nur in den Häusern und Wohnungen, sondern oft auch in der Psyche der Betroffenen. Die Vorstellung, dass Fremde in den privaten Bereich eingedrungen sind und alles durchwühlt haben, ist furchtbar. Leider kommt es pro Jahr allein in Deutschland zehntausende Male vor. Da ist es beruhigend zu wissen, dass ein wirksamer Einbruchschutz vorhanden ist – wie ihn die Schreinerei Kosanke in Krefeld anbietet.

Dirk Kosanke kann von einigen Fällen berichten, in denen Kriminelle durch Einbruchschutz aus der Schreinerei sozusagen „auf Granit bitten“. Besonders in Erinnerung geblieben ist ihm ein Beispiel kurz nach dem Einbau neuer Fenstersicherungen. Der Kunde war anschließend zwei Wochen in Urlaub gewesen. Als er wieder in Krefeld war, rief er bei der Schreinerei an: „Herr Kosanke, man hat versucht bei mir einzubrechen.“ Und dann der glückliche Nachsatz: „Sie sind aber nicht reingekommen!“ Natürlich fuhr der Schreinermeister sofort los – und stellte vor Ort fest, dass die Beschläge gehalten hatten. Die Unbekannten hatten es an zwei Fenstern und an der Nebeneingangstür mehrfach versucht und waren überall gescheitert“, freut sich Dirk Kosanke noch immer.

Dirk Kosanke gehört zu den wenigen Einbruchschutz-Spezialisten in seinem Handwerk. „Es ist einfach ein Thema, dass mich reizt und fasziniert“, sagt er. Hinter ihm liegen unter anderem mehrere Weiterbildungen in Dortmund und mehrere Jahre Praxiserfahrung. Auch Sohn Christian und Janina Flechsig – die Dritte im Bunde mit Meistertitel – verfügen über entsprechende Kompetenzen. Als sogenannter Errichter-Betrieb ist Kosanke beim Düsseldorfer Landeskriminalamt (LKA) gelistet. „Wir wissen, wie es geht und verfügen

Fotos: Felix Burandt



Die Lösungen zur Einbruchssicherung sind vielfältig.

über den erforderlichen Maschinenpark, um Häuser und Wohnungen sicherer zu machen“, so Christian Kosanke.

Die Bandbreite an Lösungen ist groß. Zu ihnen zählen unsichtbare Schutzmechanismen durch Integration im Falz. „Eine starke Wirkung erzielen unter anderem moderne Pilzkopfbeschläge“, so Dirk Kosanke. Eine weitere sinnvolle Maßnahme ist ein nachrüstbares Automatikschloss für die Haustür. „Wenn die Tür zufällt, ist sie automatisch auch verriegelt“, erklärt der Schreinermeister. Aber Achtung: Bei Mehrfamilienhäusern braucht es ein spezielles System, das der Betrieb Kosanke ebenfalls anbietet. „Schließlich muss das Gebäude im Brandfall von allen schnell verlassen werden können. Und via Gegensprechanlage in den Wohnungen kann die Tür auch für Helfer geöffnet werden“, erklärt Christian Kosanke.

Apropos Sicherheit: Die Schreinerei Kosanke ist auch der richtige Ansprechpartner, wenn es um sogenannte Feststellanlagen in Gebäuden geht. Dabei handelt es sich um Systeme, die Türen automatisch öffnen und schließen, um einerseits Fluchtwege zu ermöglichen und andererseits die Ausbreitung von Rauch und Feuer zu verhindern. „Aufgrund entsprechender Schulungen können wir solche Systeme warten und prüfen“, sagt Christian Kosanke. Wichtig zu wissen: Brandschutztüren, etwa in Mietshäusern, müssen vorschriftsmäßig einmal im Jahr auf ihre Funktion hin überprüft werden. „Dafür sind wir die richtigen Ansprechpartner“, betont Christian Kosanke. //db

Schreinerei Kosanke

Bruchfeld 18 // 47809 Krefeld // Telefon: 02151 - 978226

E-Mail: info@krefeld-schreinerei.de // www.krefeld-schreinerei.de

Kulturfabrik



Live-Reportage „Grad°jetzt – Gegen die Angst“

Der Weltuntergang fällt aus! Die Liveshow „Grad°jetzt – Gegen die Angst“ ist für alle, die sich angesichts der Klimakrise jemals ängstlich, machtlos oder ohnmächtig gefühlt haben. Louisa Schneider besuchte fünf Orte unseres Planeten, sogenannte Klimakippunkte: Sie spürte die Hitze der Waldrodungen in Brasilien, sah im Senegal ganze Häuser und Strände verschwinden, hörte das Eis in Kanada und Grönland knacken und tauchte zu den ausgebleichten Korallen in Australien. Doch immer begegnete sie auch mutigen Menschen, die heute schon am meisten von den Auswirkungen der Klimakrise betroffen sind, aber furchtlos in die Welt von morgen aufbrechen. Louisa nimmt ihre Zuschauer mit in den Regenwald, wo sie vom Schamanen der indigenen Yanomami lernen, mit den Menschen Senegals zusammenrücken, den Geschichten der Inuit lauschen und tief zum Great Barrier Reef hinabtauchen. „Grad°jetzt – Gegen die Angst“ dekonstruiert die Welt, die wir kennen. Mit Offenheit und Hoffnung, Humor und Entertainment, und noch viel mehr Empathie befreit sie uns von den Systemen, unter denen Menschen und unsere Lebensgrundlage leiden. Louisa zeigt Wege, wie wir zusammen eine gerechtere Welt für uns alle erschaffen. Ein Projekt mit Greenpeace, Louisa Schneider und Markus Mauthe.

Fr, 17.10., Beginn: 19 Uhr // Eintritt frei
Dießemer Str. 13 // 47799 Krefeld // kufa-reloaded.de
Anmeldung unter: www.grenzgang.de/programm/gradjetzt/

Wir bringen Ihre Augen zum Strahlen!

Wie gewohnt sind wir täglich für unsere Patient:innen da.

In modernisierten Räumlichkeiten im Glashaus kümmert sich unser kompetentes Team täglich um Ihre Augengesundheit, mit neuesten Technologien und höchster Qualität.

Wir stehen Ihnen mit dem gesamten Spektrum an augenärztlicher Diagnostik und Therapie zur Verfügung.

- ✓ Katarakt- und Lid-Operationen
- ✓ intravitreale Injektionen (IVOMs)
- ✓ Vorsorge-Untersuchungen (Glaukom, Diabetes, Katarakt)
- ✓ Laserbehandlungen (Nachstar, Netzhaut)
- ✓ Netzhaut- und Glaukomsprechstunde

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin!

Dr. med. Julia Lemke

Konstantinos Michalakakis

Arash Alizadeh

OSG Augenzentrum im Glashaus
 Uerdinger Straße 95 • 47799 Krefeld

Wir behalten den Überblick und verschaffen Ihnen den Durchblick!

OSG OBER SCHARER GRUPPE

Halloween-Partys

Unheimlich gruselig im düsteren Krähenfelde



Wer Lust hat, sich zu Halloween wieder als Vampir, Hexe oder Zombie zu verkleiden und als Make-up richtig viel Kunstblut aufzulegen, hat in Krefeld gleich mehrere Gelegenheiten, diesem Wunsch nachzugehen. Neben den „üblichen Verdächtigen“ finden sich in der Liste auch Newcomer wie der (wiederauferstandene) Fasskeller oder die stylische Großmarkt-Location Winehouse. Jenseits der Stadtgrenzen treffen sich die „Däncing Dead“ zum wiederholten Mal in der Enni Eventhalle in Moers. Viel Spaß und Happy Halloween!

Kufa: „Never trust the living“ lautet dieses Jahr das Motto der rauschenden Halloween Party in der Kufa – die am Freitag, 31.10., ganz auf Gruseln eingestellt ist. Special Drinks für diese „epic night“ sind: Mexikaner 2 EUR, KuFa Zombie 6 EUR und Desperados (0 %) 2 EUR **Fr, 31.10.,** Start ab 22 Uhr, VVK-Tickets 12 EUR, AK: 15 EUR. Kufa, Dießemer Straße 13, 47799 Krefeld, www.kufa-reloaded.de

Rennbahn: Grusel, Grauen, Gänsehaut. Es wird schaurig auf der Krefelder Rennbahn. Die größte Halloween-Party Krefelds ist nichts für schwache Nerven. Fünf Tanzbereiche, Loungebereich, Cocktailbar, Mega Gruselpark. **Fr, 31.10.,** 20-5 Uhr, VVK 17 EUR, AK 20 EUR, Einlass ab 21 Jahren, Krefelder Rennbahn, An der Rennbahn 4, 47800 Krefeld, www.krefelder-rennbahn.de

Mikroport Club: CODE RED - HALLOWEEN FESTIVAL EDITION - 4 AREAS, 35 DJ & Live Acts, zwei Hardtec Areas. **Fr, 31.10.,** ab 22 Uhr, Tickets 20 EUR, Mikroport Club, Dießemer Straße 24, 47799 Krefeld, www.facebook.com/mikroport.clubKrefeld/

Fasskeller: Krefelder Halloween Nacht @ Gruselkeller – es gibt schaurig-schöne Beats, eine düstere Halloween-Atmosphäre und

Specials, die das Blut gefrieren lassen. Das beste Make-up oder Outfit gewinnt eine 30 EUR Verzehrkarte. **Fr, 31.10.,** ab 20 Uhr, VVK 10 EUR, AK 15 EUR, Fasskeller, Hülser Straße 2, 47798 Krefeld, www.instagram.com/fasskeller_krefeld

Winehouse: Zu Halloween gruselt man sich hier mit DJ Frank Schmitz in den November. Zuerst gibt es ein Glas Prickelwasser, dann kann die Party starten. **Fr, 31.10.** ab 19 Uhr, Tickets 15 EUR, Winehouse, Oppumer Straße 175 (Großmarkt), 47799 Krefeld, www.wine-house.de

Mo's Bikertreff: Halloween Autotreffen by Rheinland Car Friends, New Cars, Oldtimer, Youngtimer, Everybody – Verkleidung erwünscht. **Fr, 31.10.,** ab 18 Uhr, Mo's Bikertreff, Kleinewefersstraße 160, 47803 Krefeld, www.bikertreff-krefeld.info/

ENNI Eventhalle Moers: Halloween Däncing Dead, starkes, elektronisches Lineup auf zwei Floors, „Hauptgruft“ und „Kammer des Schreckens“, 21 – 5 Uhr, VVK 28,50 EUR, ENNI Eventhalle, Filderstr. 142, 47447 Moers, www.heavenandhill-festival.de

„Die Krähen“

40 Jahre Bühnenhumor



Showtreppe – so beginnt das neue Programm der Krefelder Kabarettgruppe „Die Krähen“. Mit ihrem „Jubikrähum“ feiert das dienstälteste Ensemble der Stadt sein 40-jähriges Bestehen. Statt eines einfachen Best-ofs haben die Akteure eine neue Gesamtgeschichte entwickelt, in der Highlights aus vier Jahrzehnten zu einem „Krähminal-Tango“ verschmelzen. Manager Philipp Schmitz berichtet von wachsender Publikumsnachfrage: Nach schwierigen Jahren laufen die Kartenverkäufe wieder stark. Das freut nicht nur die Künstler, sondern auch zahlreiche Einrichtungen, die seit jeher von den Reinerlösen profitieren. Über 400.000 Euro haben die Krähen bereits gespendet. Wer eine Karte löst, tut also nicht nur sich, sondern auch anderen Menschen etwas Gutes.

Fr, 07.11. & Sa, 08.11., 20 Uhr // Fischelner Burghof
Fr, 14.11. & Sa, 15.11., 20 Uhr // Maria-Montessori-Gesamtschule Krefeld
Fr, 21.11., 20 Uhr & Sa, 22.11., 19 Uhr // Forum Corneliusfeld Tönisvorst

Tickets: www.die-krähen.de

Rundum sorglos WEIHNACHTSBAUM-SERVICE FÜR IHR UNTERNEHMEN:



- 1. Individuelle Auswahl:** Sie teilen uns Ihre Wünsche mit, wir wählen den passenden Baum für Sie aus.
- 2. Lieferung & Aufbau:** Wir liefern Ihren Baum zum gewünschten Termin an und stellen ihn inklusive Baumständer auf.
- 3. Dekoration:** Nach Absprache wird Ihr Baum festlich geschmückt.
- 4. Abbau & Abholung:** Nach den Feiertagen holen wir den Baum samt Baumständer und Dekoration wieder bei Ihnen ab.

SCHMITZ
Tannenbäume frisch vom Feld

FAMILIE SCHMITZ
Oberbenrader Str. 167
47804 Krefeld

Jetzt Termin vereinbaren: 0178 810 48 46
weihnachtsbaum.krefeld@gmail.com



Mo's Bikertreff

Youngtimer, Oldtimer & US-Cars Treffen



Auto- und Motorradliebhaber sind seit 2011 bei Mo's Bikertreff gut aufgehoben. Hinter der YAYLA-Arena gibt es nicht nur einen netten kleinen Biergarten mit angeschlossener Gastronomie, in der man zu fairen Preisen frühstücken, Kaffee trinken oder eine leckere Currywurst verputzen kann, sondern auch regelmäßige Treffen rund um röhrende Motoren, glänzende Karosserien und blank geputztes Chrom. An den Sonntagen am 12. Oktober und 9. November ab 10 Uhr gibt es auf dem 19.000 Quadratmeter großen Areal Young- und Oldtimer sowie US-Cars zu bestaunen. Beide Veranstaltungen stehen ausdrücklich unter dem Motto „Gemütlich, familiär, zwanglos“ und richten sich an die ganze Familie.

Youngtimer, Oldtimer & US-Cars Treffen
So, 12.10. & 09.11. // Beginn: 10 Uhr
Eintritt: 5 EUR für Verzehrkarten
Kleinewefersstr. 160 // 47803 Krefeld
www.bikertreff-krefeld.info

WINE | BY | GLASS

Der edle Tropfen gehört dir



Edle Weine, die sonst nur in der ganzen Flasche zu haben sind – jetzt glasweise genießen. Ob Barolo, Amarone oder Brunello: unser neuer Weindispenser konserviert jede geöffnete Flasche mit Stickstoff, so dass die Weine frisch bleiben wie am ersten Tag. In zwei Temperaturzonen warten wechselnde Spitzenweine darauf, entdeckt zu werden – perfekt temperiert, bereit zum Verkosten. Für alle, die vor dem Kauf probieren, neu entdecken oder einfach einen besonderen Moment glasweise bei uns in der Weinbar genießen möchten.

de Cassan weinhandel & weinbar
Niederstr. 63-67 // 47829 Krefeld
www.wein-krefeld.de

**SINZIG
FRANKENHEIM**
TRAUERBEGLEITER UND BESTATTER



Im Herbst laden wir wieder zu unseren TrostrTagen ein. Erleben Sie eine besondere Veranstaltungsreihe, die Begegnung, Austausch und gemeinsames Erleben möglich macht. Im Mittelpunkt steht das Miteinander mit vielfältigen Angeboten, die trösten, verbinden und das Gefühl von Gemeinschaft und Zugehörigkeit stärken.



Atempause – Gedenkfeier für die Verstorbenen zu Allerheiligen
01. November um 11 Uhr
Jede und jeder ist herzlich willkommen, ob mit oder ohne Konfession.
Besuch kostenfrei



DIY Floristik Workshop
23. Oktober um 18 Uhr
Kränze und Grabgestecke mit professioneller Anleitung selber herstellen. Teilnahme 39,50 Euro (inklusive Material & Werkzeug)

Bestattungshaus Frankenheim GmbH & Co. KG Kölner Straße 50-52, 47805 Krefeld
Telefon: 021 51.31 27 87 | E-Mail: info@krefelder-bestattungshaus.de
www.krefelder-bestattungshaus.de

Ihr Unternehmen
in Krefeld für

**HEIZUNG
SANITÄR
KLIMA
LÜFTUNG**



www.wtk-waermetechnik.de

Obergath 126 · 47805 Krefeld · Telefon 02151 - 3195-0



Geschäftsführer Ralph Wiemann kennt die aufregendsten Reiseziele der Welt.

erlebe-fernreisen GmbH

Unvergessliche Eindrücke

Fotos: Lucas Coersten

Die Formulierung „Land und Leute kennenlernen“ mag abgedroschen sein – doch viele Reisende legen genau darauf großen Wert: Sie möchten in ihr Urlaubsziel eintauchen und es auch „abseits der ausgetretenen Pfade“ (wieder so eine gängige Redewendung) erkunden. Strand vor der Hoteltür und Sonnengarantie reichen ihnen nicht. Sie sind auf der Suche nach authentischen Erfahrungen, von denen sie ein Leben lang zehren können. Auf solche Alternativen zum klassischen Pauschalismus hat sich die erlebe-fernreisen GmbH mit Sitz in der Krefelder Innenstadt spezialisiert.

Stadtrundgang mit Verkostung, Wanderung zu den Wasserfällen, Besuch einer Salzmine und des Meerwasserpools „Blue Eye“ – dies sind einige Highlights einer zweiwöchigen Kapverden-Rundreise. Dazu gehört auch die Gelegenheit, zwischen Baby-Zitronenhaien im Wasser zu stehen – die aufgrund ihres jungen Alters ungefährlich sind. Die Kapverdischen Inseln, die noch als Geheimtipp im Atlantik gelten, zählen zu den neuesten Zielen im Angebot der erlebe-fernreisen GmbH in Krefeld. „Inzwischen bieten wir mehr als 70 Reiseziele weltweit an“, sagt Geschäftsführer Ralf Wiemann. Aktuelle Top-Ziele sind unter anderem Japan („vor allem bei Familien beliebt“), Costa Rica mit seinen zwei Meeren und die nicht ganz so bekannten Inseln Indonesiens. In Europa rückt Albanien in den Fokus der Individualisten: „Herrliche Berge und Täler, abgechiedene Dörfer – es ist ein wunderbares Land“, schwärmt der Experte.

Unter dem Motto „Reisen – einfach näher dran“ plant das Team an der Lohstraße (über dem Restaurant „Mamma’s“) Touren, die Natur, Kultur und Menschen verbinden sollen. Dafür setzt man unter anderem auf kleine, feine Hotels, die von Einheimischen geführt werden. Die Bandbreite der Eindrücke reicht von Begegnungen mit Faultieren oder Seekühen in freier Wildbahn über Weltwunder-Architektur wie die Pyramiden von Gizeh bis hin zu Glitzer und Glamour in Las Vegas. Alle Kontinente sind abgedeckt. Zu den neueren Zielen im erlebe-Angebot zählt auch der Oman, der vor allem durch seine Hauptstadt Maskat, die Wüste Wahiba Sands und die Küstenregionen am Golf vom Oman bekannt ist. „Doch das Land bietet noch sehr viel mehr“, weiß Ralf Wiemann. So empfehlen die Krefelder Spezialistinnen und Spezialisten unter anderem die malerischen Berglandschaften des Jebel Akhdar, die sich mit Jeep und Guide erkunden lassen. Ein weiterer Tipp: Eine



Das Team der erlebe-fernreisen GmbH umfasst rund 100 Mitarbeiter.

Nacht in einem traditionellen Beduinen-Camp – den berühmten Sternenhimmel über der Wüste inklusive.

Die erlebe-fernreisen GmbH kann auf eine interessante Erfolgsgeschichte zurückblicken, die – wegen Corona – allerdings auch Tiefen hat. Alles begann in einem Keller in Walbeck. In diesem gründeten Mark Lindner und Johannes van Stephaudt 2005 das Unternehmen. Das Duo mit viel Passion und Know-how rund um Reisen entwickelte das neue Geschäftsmodell, „individuelle Reisen rund um den Globus mit viel Freiheit“. Zugleich sollten vorgebuchte Leistungen Sicherheit gewähren. „Ziel Nummer eins war Neuseeland, kurz darauf kam Thailand hinzu“, erzählt Ralf Wiemann, der später ins Unternehmen einstieg und seit einigen Jahren alleiniger Geschäftsführer ist.

Aufgrund der hohen Nachfrage wuchs das Team beständig – und hatte bald keinen Platz mehr im Keller. Also bezog man zunächst Räume am Flughafen Weeze. 2017 folgte dann der Wechsel an den heutigen Standort in Krefeld. „Die Stadt ist ideal für uns. Sie liegt sehr zentral und ist daher für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die aus dem ganzen Rheinland und dem Ruhrgebiet kommen, sehr gut zu erreichen“, sagt Ralf Wiemann. Als die Reisebranche in der Hochphase der Pandemie praktisch lahmgelegt war, wurde das Team nahezu halbiert. „Inzwischen sind wir wieder 100 Kolleginnen und Kollegen und wachsen weiter. Individuelles Reisen ist mehr als ein Trend“, so Wiemann.



Um Reisen vermitteln zu können, muss man die Zielländer selbst gut kennen: nicht nur auf der Karte!

Mit nicht ganz 60 Jahren ist der Wahl-Niederrheiner aus dem Münsterland der älteste im Team. Der Schnitt liegt unter 30 Jahren, was auch an den Azubis und dual Studierenden liegt. „Wir suchen Menschen, die das Reisen lieben, sich in bestimmten Weltregionen auskennen und die gut verkaufen können.“ Ein großer Vorteil des Jobs: Man kann die schönsten Gegenden bereisen und bekommt auch noch Geld dafür. „Schließlich muss man sehr genau wissen, was man den Kundinnen und Kunden anbietet.“ Derzeit befindet sich die Belegschaft in Marokko – eine Reise zum 20-Jährigen des Unternehmens, das heute Teil eines internationalen Netzwerks mit Partnerunternehmen in den Niederlanden und in Großbritannien ist.

Wer mal einen Blick hinter die Kulissen der erlebe-fernreisen GmbH werfen möchte, hat dazu am 15. und 16. November die Gelegenheit: „Wir laden herzlich zu unseren Tagen der offenen Tür ein“, so Wiemann. //db

erlebe-fernreisen GmbH
Lohstr. 25 // 47798 Krefeld
Telefon: 02151 - 3880 500 // E-Mail: info@erlebe.de
www.erlebe.de

Kulturfabrik

Die Karlitoz Supershow



Nach dem überwältigenden Erfolg seiner ersten Tour verspricht das neue Programm des Content-Creators Karlitoz ein noch verrückteres Spektakel der Extraklasse zu werden. Das Publikum erlebt seine einzigartige Mischung aus schrägen Geschichten, improvisierten Einlagen, reichlich Interaktion und Bauchschmerzen vor Lachen. Mit über 860.000 Followern und Millionen von Views auf Social Media ist Karlitoz eine der erfolgreichsten Comedy-Marken der neuen Generation. Seine Kultfiguren Lutzek, Tommy, Uwe und Richard begeistern nicht nur Fans – sie prägen Memes, Trends und Social-Media-Algorithmen.

Tickets sind erhältlich bei allen bekannten Vorverkaufsstellen, telefonisch unter 02405 - 40 8 60 oder online unter www.meyer-konzerte.de.

So, 19.10., Beginn: 19 Uhr // VVK: 39,90 EUR // Dießemer Str. 13 47799 Krefeld // kufa-reloaded.de

Seidenweberhaus

Osan Yaran: Aus Prinzip!



Osan Yaran liebt den Wahnsinn aus Prinzip. Und „Aus Prinzip!“ heißt auch das aktuelle Stand-up-Programm des extrovertierten Comedians, Ehemanns, Familienvaters und Ex-Lidl-Filialleiters. Seit Herbst 2024 tourt er durch Deutschland, Österreich und die Schweiz, thematisiert den Wahnsinn des Alltags und packt das Publikum mit Energie und spitzen Pointen. Osan Yaran erklärt, warum man Klischees mit Humor begegnen muss, weshalb Teenager ein schwarzes Loch für Nahrungsmittel sind und warum Frauen auch gerne mal pupsen dürfen. Am Ende wird sich herausstellen, ob sein Alltag Wahnsinn ist oder doch eher sein Blickwinkel. Yaran ist Gewinner zahlreicher Comedy-Preise und begeistert mit seinen täglichen Reels hunderttausende Zuschauer.

Tickets sind erhältlich bei allen bekannten Vorverkaufsstellen, telefonisch unter 02405 - 40 8 60 oder online unter www.meyer-konzerte.de.

Do, 09.10., Beginn: 20 Uhr // VVK: 38,90 EUR Theaterplatz 1 // 47798 Krefeld

BISTRO
Lessing's
CUISINE FRANCAISE

FRANZÖSISCHE KÜCHE
MIT CHARAKTER

Lessingstr. 44
47799, Krefeld
02151 - 41 68 754
www.bistro-lessings.de



SAVE THE DATE!
SAMSTAG
11. OKTOBER
WILDER ABEND

UNSER SPECIAL:
4 GÄNGE
WILD
MENÜ
nur 65,- €



THEATER
KREFELD
MÜNCHEN
GLADBACH

LA TRAVIATA

Oper von Giuseppe Verdi

Premiere am 4. Oktober | Theater Krefeld
Jetzt Tickets sichern: www.theater-kr-mg.de

NASSE WÄNDE?

FEUCHTER KELLER?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

WIR
STELLEN
EIN!

Mit bisher über 100.000 erfolgreichen Sanierungen in der ISOtec-Gruppe bieten wir Ihnen die Sicherheit für trockenes und gesundes Wohnen.

Abdichtungstechnik
Dipl. Ing. (FH) Morscheck GmbH
T. 02151 4530998 • krefeld@isotec.de
www.isotec-morscheck.de



ISOtec®
IMMER BESSER.

Trauer im Wandel

Lebendiger Ort der Trauer

Fotos: Lucas Coersten



Stefanie Barthold und Sabine Kreuer bieten vier jährliche Trauernachmittage an.

Viele Menschen, die einen großen Verlust erlitten haben, hören spätestens nach ein bis zwei Jahren Sätze wie diese: „Reiß’ dich zusammen, das Leben muss schließlich weitergehen.“ Oder: „Irgendwann muss auch mal Schluss sein mit Trauern.“ Doch für Trauer gibt es keine feste Vorgaben, weder in Bezug auf die Dauer noch auf die Art. Sie hat viele verschiedene Erscheinungsformen. Direkt nach dem Tod eines geliebten Menschen ist sie oft – aber auch nicht immer – überwältigend und offenkundig. Später gibt es mitunter heftige Momente der Wehmut und Sehnsucht, die extrem weh tun können. Im Wissen um die Vielschichtigkeit dieses großen Gefühls bieten Sabine Kreuer und Stefanie Barthold viermal jährlich einen Nachmittag unter der Überschrift „Trauer im Wandel“ an – unverbindlich und kostenfrei.

In den Wintermonaten – das ist mehr als ein Klischee – kann Trauer besonders schlimm sein. Das liegt zum einen an den kurzen Tagen und langen Nächten, dem Fehlen von Sonnenlicht und Wärme. Zum anderen sind da die Feiertage im Dezember, die stark emotional aufgeladen sind. Erinnerungen werden wach an vergangene Adventssonntage und Heiligabende. Dass der Ehepartner, das Elternteil oder gar das Kind fehlt, spüren manche Trauernde in dieser Zeit besonders schmerzvoll. Wer sich allein mit seiner Trauer fühlt und gerne mit anderen Menschen in Kontakt treten möchte, die Ähnliches durchleben, findet dazu am 30. November in der Alten Samtweberei an der Lewerentzstraße eine Möglichkeit. Zwischen 15.30 und 17.30 Uhr findet hier im Nachbarschaftszimmer der nächste „Trauer im Wandel“-Nachmittag statt.

„Wir wollen Trauer enttabuisieren. In unserer offenen Gruppe ist Raum für Erinnerungen, kreative Impulse und Austausch“, sagt

Sabine Kreuer (52), die den Termin gemeinsam mit Stefanie Barthold (48) organisiert. Nach Nachmittagen im Frühling, Sommer und Herbst steht das letzte Treffen in diesem Jahr an. Immer ist es ein Sonntag, „weil dieser Wochentag für viele alleinstehende Trauernde eine besondere Herausforderung darstellt“, so Kreuer.

So wie das Jahr mit seinen Jahreszeiten „hat auch die menschliche Trauer viele Facetten“, sagt Kreuer. „Menschen, die nicht unmittelbar betroffen sind, stellen sich vielleicht vor, dass man nur auf der Couch liegt und weint.“ Das aber greife zu kurz. Die beiden Frauen wollen allen Menschen, die in Trauer sind oder gelegentlich noch starke Traurigkeit spüren, einen Ort geben, an dem sie sich sicher und aufgehoben fühlen. „Es gibt keinerlei Vorgaben, das ist das Schöne an einer offenen Gruppe“, betont Stefanie Barthold. Sie ist gelernte Zeitungsjournalistin und arbeitet auch als freie Texterin und Lektorin. Sabine Kreuer ist in Krefeld als Tanztherapeutin



und Anbieterin von Rückenschulrkursen bekannt. „Ich bin ein Bewegungsmensch“, sagt sie über sich.

Die beiden Frauen haben jeweils ein Büro im Pionierhaus der Alten Samtweberei an der Lewerentzstraße. Und beide sind, neben ihrer sonstigen freiberuflichen Tätigkeit, auch Trauerbegleiterinnen, zertifiziert nach den Kriterien des Bundesverbands BVT. Für das ehrenamtliche Angebot der Trauernachmittage haben sie sich vor etwas mehr als einem Jahr zusammengetan. Zu ihrem professionellen Verständnis gehört es auch, Menschen, bei denen beispielsweise eine Depression vermutet werden kann, weitere Hilfsmöglichkeiten aufzuzeigen – mit Fingerspitzengefühl und natürlich auf freiwilliger Basis.

Die Gruppengrößen an den vier Terminen sind sehr unterschiedlich. „Mal kommen nur drei Teilnehmende, mal sind es sieben“, sagt Stefanie Barthold. Die meisten Menschen, die sich über ihre Trauer austauschen möchten, stammen aus dem Viertel. „Herzlich willkommen sind aber alle Interessierten aus Krefeld und Umgebung“, betont Sabine Kreuer. Manche Leute kommen nur einmal, andere immer wieder. „Beides ist völlig in Ordnung“, so Kreuer. Vertreten sind Menschen mit ganz verschiedenen soziokulturellen Hintergründen und Familiengeschichten. In entspannter Atmosphäre gibt es Kaffee und Kuchen.

Sabine Kreuer und Stefanie Barthold ist es wichtig, dass ihr vierteljährlicher Treff nicht nur ein Ort der Traurigkeit ist. „Bei uns wird



Karten mit Impulsfragen oder kleine Handschmeichler: Es gibt viele Möglichkeiten, der Trauer zu begegnen.

auch gelacht“, sagt Stefanie Barthold. „Und neben dem gemeinsamen Gespräch eröffnen wir auch kleine kreative Wege, die dabei helfen können, der Trauer Ausdruck zu verleihen und ihr auf neue Weise zu begegnen.“ Steine als Handschmeichler können Halt geben, Karten mit Impulsfragen zum Erzählen anregen oder bunte Knöpfe zu einem Lebensfaden werden, in dem sich besondere Momente und Erinnerungen widerspiegeln. So entsteht ein Raum, in dem Trost und neue Perspektiven wachsen dürfen. „Alles ist eine Einladung – niemand muss etwas tun, was sich nicht stimmig anfühlt“, verspricht die Trauerbegleiterin.

Die Samtweberei sei für die Treffen ideal, denn das Areal ist voller Leben. So wird deutlich: Tod und Trauer gehören nicht ausgegrenzt, sondern sind Bestandteile unseres Daseins. „Wir freuen uns über jede Anmeldung“, sagt Sabine Kreuer mit Blick auf den 30. November. „Eine kurze Mail genügt.“ //db

**Alte Samtweberei
Lewerentzstraße 104 // 47798 Krefeld
Sabine Kreuer // sabine.kreuer@web.de // Mobil: 0163 8716266
Stefanie Barthold // E-Mail: mail@raumfuergefuehle.de
Mobil: 0151 23447005**

Kulturrampe

Die Wisecracker live



Wenn Bläser auf Gitarren treffen und das Ganze mit ungebremsster Energie in Tanzlaune verwandelt wird, dann sind Wisecracker am Werk. Die siebenköpfige Band aus Hannover gehört bereits seit Ende der Neunziger zu den prägenden Ska-Punk-Acts des Landes – immer mit einem Augenzwinkern, aber auch mit klarer Haltung. Ihr Markenzeichen: druckvoller Sound zwischen treibendem Punkrock, mitreißendem Ska und einer Prise Latin-Flair. Texte auf Deutsch, Englisch und Spanisch machen ihre Songs international anschlussfähig und holen jeden ab – egal, ob man den Rhythmus im Blut hat oder einfach nur feiern will. Mit zahlreichen Touren durch Europa, sieben Alben im Gepäck und einem Ruf als exzellente Live-Band wissen die Wisecracker genau, wie man ein Publikum von der ersten Minute an packt. Wer schon einmal bei einem ihrer Konzerte war, weiß das: Die Füße bleiben garantiert nicht still, die Stimmung steigt unaufhaltsam, und am Ende fühlt sich die Halle wie eine große, verschwitzte Familie an. Am Samstag, 25. Oktober, bringen die Wisecracker ihr „Brett & Bläser“-Feuerwerk nach Krefeld. Ein Abend voller Energie, Schweiß und guter Laune ist vorprogrammiert – Ska-Punk in Bestform, tanzbar bis zum letzten Akkord.

Sa, 25.10., Beginn: 21 Uhr
VVK: ab 21 EUR // Oppumer Straße 175 // 47799 Krefeld
www.kulturrampe.de

Prosano Training

Expertenvortrag zum Thema Beweglichkeit



Im Kempener Studio der Fitnessexperten von Prosano Training gibt es am Donnerstag, 9. Oktober, einen spannenden Vortrag zum Thema Beweglichkeit zu hören. Zu Gast ist Marco Montanez, Experte des five-Konzepts, einem modernen Beweglichkeitstraining, das gezielt gegen Rückenschmerzen, Verspannungen und Bewegungseinschränkungen wirkt. In seinem Vortrag erläutert er unter anderem wie man seine Beweglichkeit dauerhaft verbessert, Schmerzen vorbeugt und die Lebensqualität so nachhaltig steigert. Eingeladen sind alle Mitglieder aus Kempen und Krefeld – gern in Begleitung von Freunden, Familie und Bekannten. Die Teilnahme ist kostenlos, um vorige Anmeldung wird aber gebeten: direkt vor Ort, per Mail an krefeld@prosano-training.de oder telefonisch unter 02151/61 18 20.

Do., 9. Oktober, 17:30 Uhr
Orsaystr. 9 – 11 // 47906 Kempen

Krefeld Pinguine

26-mal Heimatgefühl



52 Spiele sieht der Spielplan für die aktuelle Saison der Krefeld Pinguine in den sechseinhalb Monaten zwischen dem 23. August 2025 und dem 8. März 2026 vor. Die ersten fünf bis sechs davon sind schon Geschichte, wenn dieses Magazin erscheint. Aber es gibt dennoch noch reichlich Gelegenheit, das Team in der Heimat zu unterstützen. Für nur gut 15 EUR pro Spiel gibt es bereits eine Dauerkarte im Stehplatzbereich. Für 37 EUR verfolgt man ein Spiel in der obersten Preiskategorie. Einzeln kosten die Tickets 18 EUR bzw. 44 EUR. Ein echter Knaller ist das Heimspiel am 10. Oktober: das Lokalderby gegen die Düsseldorfer EG dürfte ein überaus hitziges Gefecht um die Vorherrschaft am Rhein werden. Am 19. Oktober kommen dann die Freiburger und am 24. Oktober reisen Lausitzer Füchse nach Krefeld. Alle weiteren Heimspiele haben wir hier übersichtlich zusammengestellt.

KEV Heimspiele Saison 2025/26

Fr, 19.09.25	Eispiraten Crimmitschau
Fr, 26.09.25	EC Bad Nauheim
Fr, 03.10.25	Starbulls Rosenheim
Fr, 10.10.25	Düsseldorfer EG
So, 19.10.25	EHC Freiburg
Fr, 24.10.25	Lausitzer Füchse
So, 26.10.25	ESV Kaufbeuren
So, 02.11.25	Eispiraten Crimmitschau
Fr, 14.11.25	Blue Devils Weiden
So, 23.11.25	Ravensburg Towerstars
Di, 25.11.25	Eisbären Regensburg
Fr, 05.12.25	EC Kassel Huskies
Fr, 19.12.25	Bietigheim Steelers
Fr, 26.12.25	Starbulls Rosenheim
Di, 30.12.25	EC Bad Nauheim
Fr, 02.01.26	Eisbären Regensburg
Fr, 09.01.26	EV Landshut
So, 11.01.26	Düsseldorfer EG
Fr, 16.01.26	EHC Freiburg
Di, 20.01.26	ESV Kaufbeuren
So, 25.01.26	Eispiraten Crimmitschau
So, 01.02.26	Blue Devils Weiden
Fr, 06.02.26	Ravensburg Towerstars
So, 15.02.26	EV Landshut
So, 22.02.26	EC Kassel Huskies
So, 01.03.26	Lausitzer Füchse
So, 08.03.26	Bietigheim Steelers

Tradition und Moderne im Einklang

Unser Familienbetrieb steht für beides.

Seit 5 Generationen sind wir als Familienbetriebe in den schweren Momenten mit viel Herz an Ihrer Seite

Heute an irgendwann denken.
Kostenlose Beratung für Ihre Bestattungsvorsorge



BESTATTUNGEN
CONEN seit 1886
Meisterbetrieb

Bestattungen Conen - Heyenbaumstraße 118 - 47802 Krefeld - Telefon: 02151 563529 - www.conen.eu

Steuerberatung
Jens Petzoldt

Kanzlei für Steuer- & Wirtschaftsberatung
Fachberater für das Gesundheitswesen DStV e.V.

www.steuerberatung-fuer-aerzte.de
Tel: 02151 4472800



Spezialisiert auf das Gesundheitswesen

- Praxiskliniken
- Zahnarztpraxen
- Fachärztinnen/Fachärzte
- Allgemeinmediziner
- Psychotherapeutische Praxen
- Physiotherapeutische Praxen
- Tierärztinnen/Tierärzte
- Apotheken



Burg Linn

Barock_Plus: 3. Serenade – Kammermusik im Rittersaal

Das junge Ensemble Barock_Plus mit Marie Erndl (Blockflöten), Tabea Wink (Blockflöten), Verena Spies (Barockcello) und Dominik Heidl (Cembalo) setzt neue Maßstäbe in der Alten Musik. Innerhalb eines Jahres erspielen sich die jungen Musiker:innen vier internationale Preise und erstaunten Jury und Publikum mit ihrer energiegeladenen Ausstrahlung. Hochvirtuos präsentiert sich der „bestens aufeinander abgestimmte Klangkörper“ (Donaukurier) auf den renommiertesten Festivals der Alten Musik. Mit großer Spielfreude begeistern sie das Publikum mit innovativen Konzertformaten und waren mehrfach in Radio- und Fernsehproduktionen zu erleben. 2023 gab das Ensemble sein Debüt beim göttingen handel competition mit einem 1. Preis.

Kurz darauf folgte ein 2. Preis beim internationalen Biagio-Marini-Wettbewerb sowie ein 3. Preis beim Förderpreis des Saarländischen Rundfunks. Im Jahr 2024 wurde das Ensemble beim Deutschen Musikwettbewerb mit einem Stipendium honoriert und in die Konzertförderung Deutscher Musikwettbewerb aufgenommen. Das Ensemble stellt sich mit seinem Programm „In Freundschaft“ vor und spielt Werke von Händel, Telemann, J. S. und C. P. E. Bach, Geminiani, Corelli und Vivaldi.

Fr, 24.10., Beginn: 20 Uhr
Eintritt: 15 EUR // Burg Linn



Elektro
Hucken GmbH
 Meisterbetrieb

30 JAHRE ELEKTROHANDWERK
10 JAHRE ELEKTROMOBILITÄT

An der Elfrather Mühle 91, 47802 Krefeld
 Tel: 02151 473700, www.elektro-hucken.de



Ideencenter
LEMMEN
 FENSTER UND TÜREN

Ideen verwirklichen mit Ideencenter Lemmen

FENSTER

Sie können zwischen pflegeleichten und einbruchhemmenden Kunststoff-, oder Aluminium-Fenster vom Premium Hersteller GAYKO wählen*

HAUSTÜREN

Unsere Haustüren aus Kunststoff oder Aluminium sind Unikate und maßgeschneidert für Sie im Hause GAYKO hergestellt*

HEBESCHIEBETÜREN

Hebeschiebetüren, Faltschiebetüren und Parallelschiebekipptüren sind großflächiges Gestaltungselement mit Weitblick in die Natur. Auch mit Funksteuerung und Antriebstechnik.

SONNENSCHUTZ

- Plisses, Rollos & Lamellen

Mit unseren vielseitigen Sonnenschutz-Lösungen finden Sie genau das richtige. Verschiedene Farb- und Musterkombinationen erlauben Ihnen einen schier unendlichen Gestaltungsfreiraum. Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

ROLLLÄDEN, RAFFSTOREN & SCREENS

Rollläden, Raffstoren & Screens schützen vor Sonne, Blicken und Insekten. Wir haben verschiedenen Ausführungen. Sorgen Sie in Ihrem Haus für ein angenehmes Wohngefühl. Auch in elektrischer Ausführung möglich.

INSEKTENSCHUTZ

Fliegengitter für Türen und Fenster. Sperren Sie die Plagegeister einfach aus. Der Insektenschutz hält die lästigen Plagegeister draußen und bietet dennoch optimalen Durchblick.

MARKISEN

Der textile Sonnenschutz hält wirkungsvoll die Sonneneinstrahlung ab und lässt die Hitze gar nicht erst in die Räume. Und dazu eine Funksteuerung macht den Wohnkomfort perfekt.

REPARATURSERVICE

Egal, welche Art von Kleinreparatur bei Ihnen anfällt. Wir sind für Sie da! Ein Expertenteam aus Technik, Vertrieb und Montage macht unsere Kunden seit Jahrzehnten zufrieden.

Höchste Qualität aus Deutschland
 Überzeugen Sie sich von unseren Leistungen. ✓

*Sichern sie sich den staatlichen Zuschuss auf den Austausch von Fenstern und Haustüren **bis zu 20%**

Ideencenter Lemmen Fenster + Türen

Glockenspitze 109-111 • 47800 Krefeld
 E-Mail: fensterbau@lemmen.de
 Telefon: +49-(0) 2151/54 29 79

☎ rufen Sie heute noch ihren persönlichen Beratungstermin.

www.lemmen.de

CREVELT ist überall.

Ein Lifestyle-Magazin braucht gute Geschichten.

Aber mindestens genauso wichtig ist ein Konzept, das sicherstellt, dass diese Geschichten beim Leser ankommen. Mit einer Auflage von derzeit rund 30.000 Magazinen und einem engmaschigen Verteilernetz, das in Krefeld einzigartig ist, sorgen wir dafür, dass CREVELT jeden Krefelder erreicht, ganz gleich, ob er in Hüls oder Fischeln, in Traar oder Forstwald lebt.



Die CREVELT Hotspot-Aufsteller wurden realisiert mit freundlicher Unterstützung von:



Aufteilung der Gesamtauflage

- 11.000 Magazine über Hotspot-Aufsteller
- 10.000 Magazine als Beilage in WZ
- 1.500 Magazine über eigenen Postverteiler
- 6.500 Magazine über 350 Auslagestellen

- 47798**
Altenheim St. Josef Tannenstraße 138
Bäckerei Sommer Friedrichstraße 30
Bäckerei Sommer Neusser Straße 25-27
Bäckerei Sommer Rheinstraße 122
Bäckerei Sommer Ostwall 94
Bäckerei Ullrich Ostwall 112
Cafe IN Ostwall 158
Cafe Soma Schwanenmarkt
CARITAS Am Hauptbahnhof 2
CinemaxX Am Hauptbahnhof 3
EDEKA Kempken Friedrichstraße 15
Eisbude Moerser Str. 104
fairKauf Möbel-Laden Hansaahaus
Fysico Friedrichsplatz 20
Genuss Store Carl-Wilhelm-Straße 27
Geschmackssinn Marktstraße 47
Grill Split Breite Straße 43
Haus 43 Moerser Straße 43
Haus & Grund Krefeld Ostwall 175
Intersport Borgmann Königstraße 78
Jazzkeller Lohstr. 92
Kaiser-Wilhelm-Museum Joseph-Beuys-Platz 1
KSB Seniorenbetreuung Rheinstraße 22
Mediothek Theaterplatz

- Nordbahnhof Oraniering 91
Octapharma Plasma Petersstraße 122
Pluspunkt Apotheke Schwanenmarkt
Quickdruck Sternstraße 53
Restaurant mamma's An d. alten Synagoge 1
REWE Marktstr. 97
REWE Schwanenmarkt
Fleischerei Kocjan Gutenbergstr. 227
Sanitätshaus Kanters Ostwall 203
Saturn Neusser Straße 35
SchwarzHandel Marktstr. 64
SINN Hochstraße 89-93
Stern Apotheke Hülser Straße 1
Tabak Janßen Hansa Centrum
Tabak Janßen Schwanenmarkt
Textilpflege Weber Breite Straße 92
Theater KR & MG Theaterplatz 3
VHS Krefeld Von-der-Leyen-Platz 2
Wohnstätte Petersstr. 121

- 47799**
1000 Hände e.V. Bleichpfad 15F
Apotheke im LCC Luisenplatz 6-8
Autoservice Aschoff Oppumer Straße 94-102
Bäckerei Gruyters Bismarckplatz 8
Bäckerei Gruyters Grenzstr. 115
Bäckerei Sommer Viktoriastr. 189
Barmer Ersatzkasse Luisenplatz 6-8
Benrader Obsthof Bismarckplatz 21
Comunita Seniorenhaus Moerser Straße 1-3
DENNS Biomarkt Uerdinger Straße 123
Diakonie Krefeld-Viersen Dreikönigenstr. 48
EMS Lounge Roonstraße 1
Friedenskirche Luisenplatz 1
Gazelle Store Krefeld Oppumer Straße 175
Janßen Fußorthopädie Dampfmühlenweg 7
Kulturfabrik Diessemer Straße 13
Laufsport Bunert Rheinstraße 39
Niesters Physiotherapie Rheinstr. 60
Orthopädie Jordan St.-Anton-Straße 16
Pro Biomarkt Grenzstraße 155
Prosano training Uerdinger Straße 100
REWE M. Beiseken Philadelphiastraße 59

- Rotkehlchen Immobilien Rheinstr. 20
REWE B. Glang Uerdinger Str. 123-125
Trattoria da Bruno Oppumer Straße 175
Wine House Oppumer Straße 175

- 47800**
Autoparc France Saalestr. 15
Bauen + Leben Glockenspitz 50
Bäckerei Gruyters Uerdinger Str. 608
Bäckerei Hendker Buschstraße 122
Bäckerei Sommer Kaiserstr. 1
Blumen Femers Am Badezentrum 54
BMW Becker-Klausmann Glockenspitz 123
Bockumer Buchhandlung Uerdinger Str. 608-610
Coppino Hüttenallee 106
Deutsche Post/Wenders Uerdinger Straße 612
Die Hütte Friedrich-Ebert-Straße 240
EDEKA Irkens Glockenspitz 131-133
Engel & Völkers Uerdinger Straße 577
Mercure Parkh. - Krefelder Hof Uerdinger Str. 245
Restaurant Orelli Hüttenallee 188
REWE Holzschuh Magdeburger Str. 9
Schiller Apotheke Uerdinger Straße 278
Schreurs Immobilien Uerdinger Str. 600
Stadtwaldhaus Hüttenallee 108
Sylter Eiscafé Uerdinger Str. 590
Walddcafe Hüttenallee 110

- 47802**
Beerenhof Schroeder Rather Strasse 128
Dott & Ewalds Moerser Landstraße 409
EDEKA Kempken Moerser Landstraße 345
Genial Moerser Straße 649
Haus Kleinlosen Zwingenbergstraße 116
Landhaus Maria Schutz Maria-Sohmann-Str. 45
Mercure Hotels Am Golfplatz 5
Mundwerk Moerser Landstraße 341
Mühlencafe Hoenen Moerser Landstr. 411
Naturfleischerei Wefers Moerser Landstr. 379
Rest. Elfrather Mühles An d. Elfrather Mühle 145
Schreurs Immobiliens Moerser Landstr. 418a
Steltens Bauernladen Asberger Str. 40

- 47803**
Al Fitness Gutenbergstraße 152
Bäckerei Hendker Hülser Str./Moritzplatz
Bäckerei Sommer Hülser Straße 134
Blaue Erdbeere Kleinewefersstr. 150
EDEKA Kempken Gahlingspfad 12
E-Center Czaikowski Gutenbergstr. 150
fairKauf Möbel-Laden Weyerhofstraße 28
FitPark ONE Gahlingspfad 14

- Getränkemarkt Czaikowski Gutenbergstraße 155
Holz Roeren Mevissenstraße 62B
Hornbach Baumarkt MevissenStr. 45
Hornbach Profibereich MevissenStr. 45
K.N.A.S.T. Möbelhaus Kleinewefersstraße 46
KREX Autovermietung Weyerhofstraße 70
Media Markt Blumentalstraße 151-155
Möbel Knuffmann Hülser Straße 300
Musikschule rhythm matters Grüner Dyk 28
Pizzeria da Franco Hülser Straße 135
Salvea Westparkstraße 107-109
Schaffrath Möbelhaus Niedieckstr. 7
Stuntwerk Weyerhofstr. 50
Textilpflege Weber Mevissenstraße 6
Trinkgut Kempken Gahlingspfad 14
VW Borgmann Blumentalstr. 151-155

- 47804**
Bäckerei Hendker Dülkener Str. 1
BELLINI Senioren-Residenz Am Schirkeshof 6
Benrader Obsthof Oberbenrader Str. 491
Forsthaus 1838 Forstwaldstr. 530
Textilreinigung Vaiano Weeserweg 21 A
Linden Apotheke Forstwaldstraße 76

- 47805**
Autohaus Louis Dresen Untergath 171
Audizentrum TöFi Gladbacher Str. 471
Bäckerei + Cafe im Seidencarree Ritterstraße 17
Blumen Kronenberg Martinstraße 185
Blumenhof Merholz Martinstraße 123
EDEKA Kempken Füttingsweg 69
Eiscafe Schöneweiß Lerchenfeldstraße 2
Factory Oberdiessemer Straße 26
Heideck Cafe & Restaurant Heideckstraße 135
K2 Bauen + Leben Diessmer Bruch 167
Malteser Hilfsdienst e.V. Obergath 33
Marienheim Johannesplatz 28
REWE Lehmheide 5-17
Salvea am Alexianer Oberdiessemer Straße 7
Seidencarré Platz der Wiedervereinigung
TöFi Ford Store Untergath 179
trinkgut Gökkaya Untergath 210
Verve Zur Feuerwache 5
VOLVO Gladbacher Str. 5
Zoo & Co. Kochstraße 52

- 47807**
Bäckerei Ullrich Breuershofstraße 33
Café Max & Moritz Kölner Straße 558
Eiscafé Bella Schöneweiß Marienstr. 87
Fahrschule Embers Kölner Straße 576

- Klinik Königshof Am Dreifaltigkeitskloster 16
Mühlencafé HOENEN Kölner Straße 552
REWE Hoffmanns Kölner Straße 524
The Point b. TC Fischeln Mühlenfeld 141

- 47809**
Bäckerei Gruyters Danziger Platz 7
Bäckerei Lomme Glockenspitz 284
BK Glockenspitz Glockenspitz 348
GLOBUS Hafelsstraße 200
Lebensmittel Johannes Schreurs Fungendonk 5a
Mühlencafe Hoenen Hafelsstraße 209
trinkgut Patrikis Westpreußenstraße 36
Winkmannshof Albert-Steeger-Straße 19

- 47829**
Bäckerei Daamen Neukirchener Str. 2
Bäckerei Gruyters Maybachstr. 160
Bäckerei Hendker Insterburger Platz
Bauernladen Uerdingen Niederstraße 51
Cafe Rheinschmöckern Alte Krefelder Straße 19
E-Center Czaikowski Kurfürstenstr. 30
Kunigundenheim Heinrich-Theißen-Str. 10
Nahkauf Fam. Wider Breslauer Straße 1
REWE Rippers Düsseldorf Str. 304
Salvea Uerdinge Parkstraße 29
St. Josefs Hospital Niederstraße 51
SV Bayer 08 Schwimmverein Am Waldsee 25
timeout Löschenhofweg 70
trinkgut Parkstraße 5

- 47839**
Autohaus Hoebertz Tönisberger Straße 10
Bäckerei Sommer Krefelder Straße 21
Da Capo Hülser Markt 10
EDEKA Kempken Kempener Straße 30
Provinzial Dirk Pricken Krefelder Str. 5
Salvea Hüls Fette Henn 50
Sanitätshaus Ermers Klever Straße 74
Terrassendachhändler Odilia-Von-Goch-Str. 16
Zigarrenhaus Lünger Krefelder Straße 10

- 47918** (Tönisvorst)
Bäckerei van Densen Leipziger Straße 43
I Due da Marcella Benrader Str. 67a
Jumpers Fitness Maysweg 10
Pegels Landmarkt Unterheiden 160
Textilreinigung Vaiano Höhenhöfe 19
Trinkgut Zarf Maysweg 8

- 47239** (DU-Rumeln)
Naturbau Niederrhein Dorfstraße 23

— La —
CANITA
Tapas Españolas

**GENUSS
VERBINDET**

Oppumer Str. 175 • 47799 Krefeld • Telefon: 0174 - 2017947



Zoo & Co. Krefeld – Dein Heimtiefachmarkt!

Unsere besonderen Services:

- Leckere Snackbar für Hunde und Katzen
- Maßgefertigte Halsbänder
- Praktische Hundewaschanlage

Plus: 10 % Rabatt auf die Erstausrüstung.

Komm vorbei – wir freuen uns auf dich und dein Haustier.

ZOO & Co. Krefeld - Dein lokaler Partner
Nadine Wirichs • Kochstraße 52/Nähe Helios • 47805 Krefeld



Die freundlichen
Uerdinger Mietwagen



477 477

G.Knoorrek Personenbeförderungs GmbH

Ruf doch
mal an!



30 1000



SERVICE
KREFELD TAXI



KEIN MAKLER

WIE JEDER ANDERE

VERTRAUEN IST ENTSCHEIDEND

**KLAUS KOCK IMMOBILIEN
STEHT FÜR:**

- **EHRLICHKEIT & TRANSPARENZ**
- **VOLLER EINSATZ** für Sie und Ihre Immobilie
- **PERSÖNLICHE PRÄSENZ** vor Ort
- **VERMARKTUNG** auf allen Kanälen
- **FULL SERVICE** durch den ganzen Verkaufsprozess

**KLAUS
KOCK**



IMMOBILIEN



02151 - 624 65 25 // info@kock-immo.de
WWW.KOCK-IMMO.DE

KOMPROMISSLOS SAUBER OHNE STILLSTAND!



- ✦ elektronische Anlagen und Geräte
- ✦ Fahrzeuge
- ✦ Fertigungs- und Produktionsstraßen
- ✦ Motoren
- ✦ Misch- und Abfüllanlagen
- ✦ Pumpen und Tanks
- ✦ Robotertechnik

- ✦ Reinigung vor Ort
- ✦ kein Einsatz von Flüssigkeiten
- ✦ gründlich, sicher & schonend
- ✦ keine Demontage erforderlich
- ✦ keine Trocknung nötig
- ✦ keine Stillstandzeiten



Bereit für alles, was kommt.

**Die Märkte ändern
sich. Ihr Unternehmen
bleibt stark.**

Mit der Sparkasse an Ihrer Seite sind Sie für
kommende Herausforderungen bestens aufgestellt:
jederzeit und überall.
sparkasse.de/unternehmen



Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Krefeld**