

GRATIS ZUM MITNEHMEN

AUSGABE 02/2020 • APRIL - JUNI



# markt**platz**

DAS MAGAZIN DER REGION

**LAUTER NETTE  
NACHBARN**

**LIEFERSERVICE  
IN BESONDEREN  
ZEITEN**

**DA MÜSSEN WIR  
JETZT DURCH!**

*Frühling*



**UNSERE  
MARKTPLATZ  
INFOS**

# KARYATIS

••DER GRIECHE••



[www.restaurant-karyatis.de](http://www.restaurant-karyatis.de)

markt**platz**  
DAS MAGAZIN DER REGION

## EDITORIAL



*Liebe Leserinnen,  
liebe Leser,*

ob wir noch feiern, ob wieder Normalität in unser Leben einzieht, dass wissen wir als marktplatz-Team gerade nicht.

Der Corona Virus bestimmt momentan unser Leben. Wir versuchen trotzdem mit unserem Magazin unsere netten Nachbarn vorzustellen und hoffen dass bald wieder viele tolle Veranstaltungen stattfinden können und das Leben rund um Norf mit Spass und viel Freude in den Sommer 2020 startet.

Ihr marktplatz Team  
Michael Bernd & Jens Knappe

Haben Sie das Magazin verpasst oder nicht erhalten? Gegen eine Schutzgebühr in Höhe von 3,- € (inkl. Porto) können Sie sich Ihr persönliches Exemplar sichern und direkt zuschicken lassen.

Rufen Sie uns an unter 02137 44 46 oder schicken Sie eine E-Mail an: [info@marktplatzmagazin.de](mailto:info@marktplatzmagazin.de)



*Impressum:*

**HERAUSGEBER**  
Michael Bernd  
Bahnstr. 48, 41469 Neuss  
T: 02137 44 46

**ANZEIGENLEITUNG**  
Michael Bernd

**REDAKTION & KONTAKT**  
Michael Bernd . 0174 2459305  
Jens Knappe . 0170 30 73 341

**AUTOREN**  
Robert Wolf, Martin Haufs,  
Lars Hohlfeld u.a.

**GESTALTUNG & GRAFIK**  
Jens Knappe, [art4artdesign.de](http://art4artdesign.de)

**LEKTORAT**  
Kirsten Tillmann

**DRUCK**  
[www.flyeralarm.de](http://www.flyeralarm.de)

**DRUCKAUFLAGE**  
5.000 Stck.

**BILDQUELLEN**  
Robert Wolf  
Max Tillmann  
[www.shutterstock.com](http://www.shutterstock.com)

**ONLINE-PRÄSENZ**  
[www.marktplatzmagazin.de](http://www.marktplatzmagazin.de)

Das Magazin erscheint  
4x im Jahr.

Die Inserenten sind für den  
Inhalt ihrer Anzeigen  
verantwortlich.

**SALGERT**  
LACKIERBETRIEB GmbH



**Beseitigung von  
Unfallschäden  
Komplett-Lackierung  
Lack-Design**

Geschäftsführer: Martin Salgert

Mainstraße 85 • Halle 22  
41469 Neuss

Telefon 0 21 37-1 29 02  
Telefax 0 21 37-1 29 36

[www.Lackierbetrieb-Salgert.de](http://www.Lackierbetrieb-Salgert.de)

**Seit über  
27 Jahren!**

# ERVENICH

Schlosserei & Bauelemente

Ihr Spezialist für Metallarbeiten und Bauelemente in Neuss.

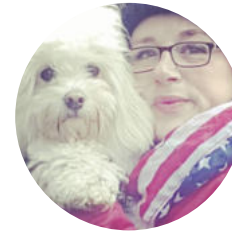
Wir liefern Ihnen erstklassige Metallarbeiten – nach Ihren Wünschen gefertigt. Dabei stellen wir höchste Ansprüche an die Qualität und Langlebigkeit unserer Produkte und der verarbeiteten Materialien.



markt**platz**  
DAS MAGAZIN DER REGION

# INHALT

N° 02 - NEUJAHR 2020



**LAUTER NETTE NACHBARN**  
Kennen Sie die Facebook  
Administratorin Anja Herter?  
Seite 6-7



**GASTKOLUMNE**  
„War nich alles schlecht!“  
Lars Hohlfeld  
Seite 10-11



**Böse Falle  
grüner Pfeil!**  
Seite 25



**Zuhause bleiben  
und Lieferservice nutzen!**  
Seite 20-21

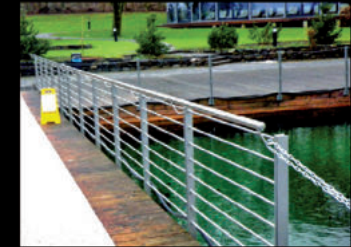


**ROBERT'S WELT**  
Queen & Queen  
Seite 26-27



**Buchtipp  
„Neujahr“**  
Seite 31

... und vieles mehr :)



Telefon: (0 21 82) 5 70 83 78 • E-Mail: [info@schlosserei-ervenich.de](mailto:info@schlosserei-ervenich.de)



Ein bisschen Individualität gefällig?

AXEL ROTERMUNDT

**HOLZ  
UND  
Leben**  
Die Kreative  
Möbelwerkstatt



Hochstadenstraße 17a . 41469 Neuss  
Telefon 02137 7 73 38

[info@holzundleben.de](mailto:info@holzundleben.de)  
[www.holz-und-leben.de](http://www.holz-und-leben.de)



### Lauter nette Nachbarn

## Kennen Sie die Facebook Administratorin Anja Herter?

Gut möglich. Denn die 46 jährige alleinerziehende Mutter ist eine „Bio“-Norferin, also von der Wiege an vor Ort präsent und dazu administriert sie zusammen mit Ralf Mindermann eine rege genutzte, schlicht mit Norf betitelte, Facebook-Gruppe. Anja Herter kann man also real wie viral kennen. In der Facebook-Gruppe tauschen sich mittlerweile um die tausend Mitglieder aus, reichen Veranstaltungstipps und News weiter oder regen sich auch mal über illegalen Müll, Hundekot oder ein so groß angekündigtes und grandios gescheitertes Biotop auf. Wenn die Diskussionen mal zu heftig oder gar verletzend werden greift die/der „Admin“ ein, muss die Emotionen runter kochen und auf Sachlichkeit bestehen. Anja Herter macht dies souverän obwohl sie nicht Initiatorin der Gruppe ist sondern eher ihre Erbin. Denn als die Gruppe mit um die zwanzig Mitglieder so vor sich hin dümpelte und der eigentliche Gründer kein Interesse mehr hatte, schlugen die verbliebenen Mitglieder Anja als neuen „Admin“ vor. Kurz, sie sagte ja und das war gut so.

Anja Herters Familie ist Norfer Urgestein. Sie, eine gebürtige Roßlenbroich, ist die Tochter des leider früh verstorbenen Tambourmajors Hans-Dieter vom Traditions-corps Germania Norf. Schon ihr Opa Willi Giesen dirigierte dort. Und Onkel Martin war mal Schützenkönig. Mit diesen Wurzeln ist man geerdet. Die gelernte Industriekauffrau, die lange Jahre im Automobil Bankwesen beschäftigt war, ist derzeit in der Genesungsphase von einem schweren gesundheitlichen Rückschlag, strahlt aber eine ungeheure Zuversicht aus. Einer der Gründe: „Ich habe ein ganz tolles Kind!“ Sohn Philipp ist 14, musste in frühen Tagen etliche Operationen an seinen Füßen überstehen, ist aber gut drauf und der Flaggen- König von Norf: „Philipp hat hunderte Flaggen zu allen möglichen Themen. Sport, Weihnachten, Schützenfest, Halloween, Karneval. Unglaublich.“ Die Nachbarn mögen das und blicken immer gespannt zum Fahnenmast.

### Die Leidenschaften der Anja Herter

Es ist nicht das Internet. Die Pflege der Facebook-Gruppe erfordert täglich eine halbe Stunde. Da ist sie Ralf Mindermann dankbar, den sie als zweiten „admin“ in die Gruppe geholt hat und der mit seinen Fotos, Grafiken und Themen „Leben in die Bude“ gebracht hat. Insider wissen, auch er war mal Ende der 90er Tambourmajor. Eine wirkliche Leidenschaft sind ihre zwei kleinen Mischlingshunde von der Korfu Tierhilfe. Nachdem 2014 ihr langjähriger Gefährte, der Cocker Joey verstarb, reifte in ihr der Wunsch einem neuen Tier Heimat zu bieten. Sie hat sich im Internet umgeschaut und sich in einen geretteten Mischlings-Straßenhund Nuri schockverliebt. Kurz darauf bat sie die Tierhilfe „vorübergehend“ einen weiteren Hund, den kleinen Oskar zu betreuen. Guter Trick, denn Anja Herter brachte es natürlich nicht übers Herz, ihn wieder abzugeben.

Dann ist da noch die DEG. Anja Herter: „Meine Liebe und Leidenschaft seit ich 14 war. Früher hatte ich mal eine Dauerkarte aber heute können wir uns die DEG nur ab und an im ISS Dome erlauben. Die Leidenschaft bleibt aber für immer.“

*Robert Wolf*



# WIR BRINGEN SIE IN IHRE EIGENEN VIER WÄNDE



## Baugeld Spezialisten

THOMAS SCHMITZ · NIEDERLASSUNG NEUSS

[www.baugeld-spezialisten.de/neuss](http://www.baugeld-spezialisten.de/neuss)

Niederlassung Neuss - Thomas Schmitz  
Tel. 02137-928640 / Mobil: 0177-3419680  
thomas.schmitz@baugeldspezialisten.de

Niederlassung Dormagen - René Weiler  
Tel. 02133-299863 / Mobil: 0177-3816862  
rene.weiler@baugeldspezialisten.de

### FOCUS MONEY BESCHEINIGT HÖCHSTE KUNDENZUFRIEDENHEIT



In der aktuellen Ausgabe der FOCUS MONEY 10/2020 wurden die Baugeld Spezialisten mit der Auszeichnung „Höchste Kundenzufriedenheit“ versehen.

Die Auszeichnung „Höchste Kundenzufriedenheit“ gibt es für Unternehmen, die wiederum in der Besten-Gruppe überdurchschnittlich stark abschneiden.

Hiermit werden unsere Beratungsleistungen, die immer das Ziel haben den größtmöglichen Kundennutzen zu erreichen, erneut mit Bestnote prämiert.

Seit 2012 beraten wir Sie im gesamten Rhein-Kreis-Neuss umfassend und fair in allen Bereichen rund um das Thema „Finanzierung“.

Ob Neubau, Kauf, Anschlußfinanzierung oder Modernisierung finden wir zusammen mit Ihnen aus unserem großen Portfolio den passenden Anbieter.

Selbstverständlich helfen wir Ihnen auch gerne bei der Umsetzung kleinerer Wünsche mit einem Ratenkredit oder einer günstigen PKW-Finanzierung.

Wir beraten Sie gern; fair und unabhängig.

# UNSERE MARKTPLATZ INFORMATIONEN

Für viele Menschen bringt die soziale Distanzierung weitere Probleme mit sich. Aus diesem Grund finden Sie hier wichtige Telefonnummern, die weiterhelfen:

Telefonseelsorge:  
0800-111 0 111 od. 0800-111 0 222

Kinder- u. Jugendtelefon:  
0800-111 0 333

Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen:  
0800-0 116 016

Sucht- u. Drogenhotline:  
01805-31 30 31

#### Telefonnummern Neuss:

CoronaCare  
02131-90 90 50

CoronaCare für Helfer/innen  
02131-90 20 27

Schließungs- u. Öffnungszeiten:  
02131-90 90 90

Fragen zu Kitas, Schulen u. OGS:  
02131-90 80 80

Für medizinische Fragen:  
02181-60 17 777

Unternehmen-Soforthilfe NRW:  
0208-30 00 4 39

Fragen zu Schließungen, Öffnungszeiten  
und Terminvergaben:  
02131-90 90 90

Corona Bürger-Telefon NRW  
0211-9119 1001

Informationen zu Förder- und  
Finanzierungsfragen für Unternehmen  
/ NRW.BANK  
0211-9174 1480 0

Unternehmen-Soforthilfe NRW:  
0208-30 00 439

Kurzarbeitergeld Service-Hotline  
für Arbeitgeber:  
0800-4 555 520

Ärztlicher Bereitschaftsdienst  
116117

Liquiditätshilfen Bürgschaftsbank NRW  
02131-51 07 200

Informationen zu Entschädigungen  
bei Verdienstaustausch im Quarantänefall:  
Landschaftsverband Rheinland (9-12 Uhr)  
0221-80 95 444

Landschaftsverband  
Westfalen Lippe (9-12 Uhr)  
0251-59 11 500

## Da müssen wir jetzt durch!

Die Panik greift um sich, Menschen sehen schon den nahenden Weltuntergang und die Bild-Zeitung tut ihr Übriges. Ja, es stimmt, der Wendler bekommt eine eigene TV-Sendung.

Stichwort Corona-Virus. Schade, dass man RTL oder die Bild nicht einfach desinfizieren und unschädlich machen kann. Was uns bleibt, ist der gesunde Menschenverstand. Und da sagen wir herzlich willkommen. Sie sind eingeladen selbst zu denken. Schützen sie sich und ihre Lieben. Seien sie ein guter Nachbar und wenn sie eine gefährdete Person kennen fragen sie einfach, ob sie ihr helfen können.

Es passieren aber auch skurrile Situationen. Sie kennen vielleicht das Corona Bier. Und dieses Bier hat nun mal wirklich gar nichts mit dem Virus zu tun. Aber es gibt Menschen, die sagen: „Ich weiß, das Bier ist nicht der Virus. Aber ich kaufe es trotzdem nicht mehr. Nur zur Sicherheit!“

Vor mir stand heute auf einer Postfiliale ein Mann, der einen Brief aufgab. Alles normal bis hierhin. Aber beim Bezahlen dachte nicht nur ich, ich hätte mich verhört, denn als der Filialmitarbeiter das Restgeld zurückgeben wollte, sagt der Mann wörtlich: „Kann ich selber in die Kasse greifen, ich weiß ja nicht, ob sie infiziert sind?“ Unglaublich. Da bin ich dem verdutzten Mitarbeiter einfach verbal an die Seite gesprungen und habe gesagt: „Moment mal, der Filialmitarbeiter darf ihren Brief gar nicht annehmen.“ Und plötzlich war der Mann verdutzt. „Warum nicht?“ Hat er gefragt.

Habe ich gesagt: „Ganz einfach, er weiß ja nicht, ob ein Infizierter die Briefmarke angeleckt hat!“ Dann war Ruhe im Karton.

Soweit kommt es noch. „Darf ich in die Kasse greifen“. Ich gehe demnächst auch zur Bank und sage: „Ich geh direkt runter in den Tresorraum und bediene mich selber!“

Ein sehr guter Freund von mir ist Asiate. Mit dem war ich unterwegs und die Leute wechselten die Strassenseite als sie uns gesehen haben. Habe ich ihn gefragt: „Machen die das sonst auch?“ Da meint er: „Ja schon, aber jetzt halten sie sich dabei noch Mund und Nase zu!“

Er erzählt weiter: „Im Supermarkt haben sie sogar die Plastiktüten wieder eingeführt.“ Ich frage: „Verstehe, aus hygienischen Gründen.“ Da meint er: „Ich hab den Wachmann am Eingang auch gefragt, ob ich wegen der Bakterien jetzt meinen Jutebeutel gegen die Plastiktüte eintauschen muss.“

„Was hat er gesagt?“ frage ich. Da meint er: „Nein, der Jutebeutel ist in Ordnung, die Tüte geht über den Kopf!“ Einmal tief einatmen - und dann Speed-Shopping im Supermarkt. Das reicht noch nicht mal für Klopapier!

Sprichwort ändern sich auch wegen Corona. Früher hieß es: „Eichen sollst du weichen. Buchen sollst du suchen.“ Bei seinem kleinen Asiatischen Sohn im Kindergarten lernen sie gerade: „Seh ich einen Asiamann - Lauf ich weg, so schnell ich kann!“ oder „Kommt dir Sching Schong Schang entgegen - musst Du bangen um Dein Leben!“ oder: „Sind die Augen schmal und quer, kommt da ein Corona her!“

Leute, bleibt ruhig, bleibt besonnen und lasst euch nicht verrückt machen. Niemals war die medizinische Versorgung so gut wie heute. Einfach regelmäßig die Hände waschen und dem Gegenüber statt in den Nacken in die Armbeuge Husten. Nur bitte drauf achten, dass es die eigne Armbeuge ist. Und dann ... „War nicht alles schlecht!“

Lars Hohlfeld  
Komiker und Moderator der  
[www.pop-up-comedy.de](http://www.pop-up-comedy.de)

Das besondere  
Spielwarengeschäft  
in Düsseldorf!

Hier gibt es immer was  
zu entdecken:

- Holzspielzeug
- Fahrzeuge
- Puppen & Stofftiere
- Bücher & Gesellschaftsspiele
- und vieles mehr...



Spielschiff

Kaiserswerther Straße 6  
40477 Düsseldorf

Telefon: 0211/4983601  
Email: info@spielschiff.de

[www.spielschiff.de](http://www.spielschiff.de)



Wir sind gern für Euch da: Mo. bis Fr. 9.30–19.00 Uhr, Sa. 9.30–16.00 Uhr

## Das Spielschiff

### Willkommen an Bord!

Seit über 20 Jahren lässt das Spielschiff in Düsseldorf Kinderaugen leuchten! Das Düsseldorfer Fachgeschäft, das bis 2012 auf der Parkstrasse 7 ansässig war, bezog in 2013 den jetzigen Standort an der Kaiserswertherstr. 6.

Auch das Spielschiff hat seinen Service angepasst. So können Sie telefonisch oder per E-Mail das Spielschiff kontaktieren. Das Spielschiff wählt die passenden Produkte für Sie aus und Sie erhalten dann ein Bild oder eine Bilderauswahl mit dem Kaufpreis per e-Mail zugesandt. In Ruhe können Sie von zuhause den passenden Artikel auswählen und per E-Mail oder telefonisch bestellen.



Sie überweisen den Kaufpreis und können das gewünschte Produkt 1-2 Tage später zu folgenden Anwesenheitszeiten abholen oder vereinbaren einen Liefertermin.

**Di. - Mi. 11:00 - 14:00**  
**Do. - Fr. 16:00 - 19:00**  
**Sa. 11:00 - 14:00**

In der Osterwoche und bei Bedarf werden die "Anwesenheitszeiten" kurzfristig angepasst.

## WIR FEIERN 25 JÄHRIGES JUBILÄUM



Meisterbetrieb  
St. Antonius Straße 74  
41470 Neuss-Schlicherum  
Telefon 0 21 37 - 1 26 26  
Fax 0 21 37 - 1 26 23  
[www.gartengestaltung-wenning.de](http://www.gartengestaltung-wenning.de)

**HERBERT  
WENNING**  
GÄRTNERMEISTER  
im Zierpflanzenbau  
GARTENGESTALTUNG UND INNENRAUMBEGRIJUNG

## 25 JÄHRIGES JUBILÄUM

### Garten mein neues zu Hause

Da ich meiner Kreativität freien Lauf lassen wollte, machte ich mich im Jahr 1995 selbstständig.

Mein Ziel ist es, einen zuverlässigen und perfekten Kundenservice zu erbringen.

Dabei werde ich unterstützt von Mitarbeitern, die zum Teil schon über zwölf Jahre bei uns sind.

Dies garantiert Qualität und Beständigkeit.

- Garten- Neu- und Umgestaltung
- Fertiggras
- Baumfällarbeiten
- Pflasterarbeiten
- Zäune setzen
- Teichbau
- Gartenpflege
- Innenraumbegrünung mit Hydrokulturen oder Erdpflanzen

Garten **mein neues zu Hause!**  
Dass Sie zufrieden sind, steht bei uns an erster Stelle, und das seit 25 Jahren!

**St.-Antonius-Str. 74. 41470 Neuss**  
**Telefon: 02137-12626**  
[gartengestaltungwenning@arcor.de](mailto:gartengestaltungwenning@arcor.de)  
[www.gartengestaltung-wenning.de](http://www.gartengestaltung-wenning.de)



Wir  
servieren  
Leidenschaft.



Restaurant Fleher Hof  
Fleher Strasse 254  
40223 Düsseldorf

Tel. 02 11 311 95 711

info@fleherhof.de  
www.fleherhof.de

## Wir informieren ...

### 1. Was sind Coronaviren?

Coronaviren sind vergleichsweise große runde Viren, die eine Hülle besitzen. Die Viren erscheinen unter dem Elektronenmikroskop kronenartig (lateinisch: Corona). Forscher haben Hunderte Arten von Coronaviren beschrieben. Sie können bei Säugetieren, Vögeln und Fischen sehr unterschiedliche Krankheiten verursachen. Wenn sie sich vermehren, kann sich auch ihr Erbgut verändern. Das kann dazu führen, dass sie von einer Art auf eine andere übergehen können – und so auch für Menschen gefährlich werden, obwohl sie bisher nur Tiere infiziert haben.

### 2. Was sind die Symptome der Erkrankung?

Die Symptome ähneln denen einer Erkältung, also etwa Kratzen im Hals und erhöhte Temperatur, allgemeines Unwohlsein. Zum Teil treten Durchfälle auf. Schnupfen wird vergleichsweise eher selten beobachtet. Bei schweren Verläufen mit massiver Virusvermehrung in den unteren Atemwegen tritt Atemnot auf.

### 3. Wie wird das Coronavirus übertragen?

Wie bei anderen Erregern von Erkrankungen des Mund-Nase-Rachen-Lunge-Raumes meist auch sind sowohl Schmierinfektionen als auch Tröpfcheninfektionen möglich. Welcher Weg die größere Rolle spielt, ist unklar.

### 4. Was ist eine Schmierinfektion?

Eine Schmierinfektion erfolgt, wenn kontaminierte Personen oder Oberflächen etwa mit der Hand berührt werden und diese Hand dann etwa an die Nase, den Mund oder in die Augen fasst und auf diese Weise Viren dort an Schleimhäuten deponiert.

### 5. Was ist eine Tröpfcheninfektion?

Eine Tröpfcheninfektion erfolgt über vor allem beim Niesen und Husten ausgestoßener, erregerbelteter Minitröpfchen. Aber auch schon beim Sprechen sind Übertragungen denkbar.

### 6. Kann man sich an importierten Waren oder Verpackungen infizieren?

Diese Möglichkeit ist nicht auszuschließen, das Risiko wird aber als sehr gering eingestuft. Begründet wird dies so: Die Viren können zwar, soweit bekannt, einige Zeit auf Oberflächen infektiös bleibend überdauern, allerdings sind sie dafür nicht besonders gut ausgestattet. Zudem hätten die Waren überhaupt mit großen Erregermengen kontaminiert werden müssen, was selbst in Epidemiegebieten alles andere als die Regel wäre.

### 7. Was bringt es, Verpackungen zu desinfizieren?

Im Zuge der allgemein erhöhten Hygiene spricht nichts dagegen, Warenverpackungen feucht und mit Reinigungsflüssigkeit abzuwischen. Die Verpackungen sofort sicher zu entsorgen und sich danach gründlich die Hände zu waschen ist ebenfalls empfehlenswert.

# RÖDELBRONN-MARKISEN

Sonnenschutz und mehr!

## Ihr Service-Fachmarkt in Neuss.



+ mehr Auswahl

+ mehr Service

+ auch Gartenmöbel

+ in einzigartigem Ambiente



Schellbergstr. 7a · 41469 Neuss · ☎ 02131-4 40 51  
www.roedelbronn-markisen.de



## MULTIMEDIA – SERVICE – GRAETZ

SAT-ANLAGEN - KABELFERNSEHEN - TV - HI-FI - HEIMKINO

Beratung - Planung - Installation - Reparatur - Verkauf - Einstellung



0 21 37 - 91 52 53  
01 72 - 203 1107  
multimedia-service-graetz.de  
michael.graetz@web.de

20 Jahre Erfahrung im Bereich  
der Radio- und Fernsehtechnik

**F.-J. BOECKMANN**  
*Maler & Raumausstatter*

Das Fachgeschäft für:

- Innenraum- & Fassadengestaltung
- Farbmischservice
- Bodenbeläge
- Dekoration & Sonnenschutz
- Wohnaccessoires

Uedesheimer Str. 18  
41469 Neuss-Norf  
Telefon 0 21 37 / 23 42

www.boeckmann-neuss.de

Meisterbetrieb seit 1960

### 8. Wie schützt man sich persönlich am besten vor einer Coronavirus-Infektion?

Regelmäßiges gründliches Händewaschen mit Seife, möglichst mehr als 1,50 Meter Abstand halten von Infizierten oder möglicherweise Infizierten, Vermeiden des Berührens von Mund, Nase und Augen mit den Händen gelten als wichtigste und effektivste Vorkehrungen.

### 9. Kann ich im Haushalt etwas tun, um mich zu schützen?

Zum Beispiel sollten Handtücher, auch zu Hause, nicht gemeinsam verwendet werden. Bei gemeinsamen Mahlzeiten sollten Gefäße und Besteck nicht gemeinsam benutzt werden (vor allem bei Kindern muss darauf geachtet werden). Da es sich kaum vermeiden lässt, etwa die Suppenkelle zu teilen, sollten auch nach dem Essen die Hände gewaschen werden.

### 10. Was sollte ich in öffentlichen Verkehrsmitteln beachten?

In öffentlichen Verkehrsmitteln und Gebäuden senkt das Tragen von Handschuhen, die möglichst täglich gewaschen und gewechselt werden sollten, das Risiko.

### 11. Was sollte ich im Büro beachten?

Von zahlreichen Menschen benutzte Griffe, etwa von Türen, Fenstern und Teeküchen-Schubladen, aber auch Wasserhähnen oder Knöpfen in Fahrstühlen, sind potenzielle Keimquellen. Hier sinkt das Risiko, wenn man sie mit Handschuhen öffnet und schließt, oder wenn möglich per Ellbogen, Schulter etc. Wenn der Kontakt mit der Hand unvermeidbar ist, kann man die Hände direkt danach waschen gehen.

### 12. Was sollten Arbeitgeber beachten?

Sie müssen Beschäftigten nicht nur erlauben, sondern diese anweisen, bei Infektionsverdacht zuhause zu bleiben und wenn möglich von dort zu arbeiten.

### 13. Ist das Coronavirus durch Bargeld oder beim Zahlen mit Karte übertragbar?

Dass dieses Virus über Geldscheine oder Münzen weitergegeben wird, ist grundsätzlich möglich, gilt aber nicht als bedeutsamer Übertragungsweg. Auch beim Zahlen mit Karte, etwa wenn man die Pin eingibt, ist es denkbar, Viren zu verteilen oder aufzusammeln. Es gelten die üblichen Hinweise bezüglich der Handhygiene.

### 14. Wie schütze ich andere am besten?

Die sogenannte Husten- und Nies-Etikette sollte bestmöglich eingehalten werden: Wenn man husten oder niesen muss, dann deutlichen Abstand von anderen nehmen, möglichst ein Taschentuch oder auch die textilbedeckte Ellenbeuge nutzen, um Tröpfchen aufzufangen.

### 15. Kann man sich ein zweites Mal infizieren?

Es gibt zumindest Hinweise darauf. Wie häufig das zu erwarten ist, und ob die Erkrankung dann eher milder verläuft, ist noch unklar. Bei den Befunden könnte es sich aber auch um Fälle gehandelt haben, bei denen die Krankheit schlicht noch nicht ausgeheilt und das Virus nicht ganz verschwunden war. Wer eine Covid-19-Erkrankung überstanden hat, ist danach also nicht mit Sicherheit immun, sondern sollte sich verhalten wie alle, die noch nicht erkrankt sind: vorsichtig.



# Schumacher

steuerberatungsgesellschaft mbH

Fon: 02137 - 93 63 0 50

Fax: 02137 - 93 63 0 52

Nievenheimer Str. 14  
(Gebäude VR Bank)  
41469 Neuss

Mit diesem Team sind Sie immer gut beraten!

[www.schumacher-stbgmbh.de](http://www.schumacher-stbgmbh.de) | [info@schumacher-stbgmbh.de](mailto:info@schumacher-stbgmbh.de)

## Mitarbeitergewinnung durch verbilligte Dienstwohnungen

Es kommt nicht oft vor, dass die Änderungen oder Ergänzungen von Steuergesetzen bei den Steuerpflichtigen große Freude hervorrufen.

Mit dem Steuergesetz 2019, dem der Bundesrat am 29.11.2019 zugestimmt hat, wurde im §8 Abs. 2 Satz 12 EStG eine bemerkenswerte Regelung eingeführt:

**Ab 2020 werden verbilligte, an Arbeitnehmer überlassene Dienstwohnungen, steuerlich begünstigt.**

Sofern das vom Arbeitnehmer gezahlte Entgelt mindestens 2/3 der ortsüblichen Miete (Kaltmiete und umlagefähige Kosten) beträgt, soll dieser geldwerte Vorteil nicht mehr der Lohnsteuer unterworfen werden.

Durch die Obergrenze der Kaltmiete von € 25,- je qm soll die Förderung von Luxuswohnungen verhindert werden. Wichtig ist, dass es sich um eine Wohnung handelt, in der ein selbständiger Haushalt geführt werden kann und die Wohnung zu eigenen Wohnzwecken des Arbeitnehmers vermietet wird. Unerheblich ist hierbei, ob der Arbeitgeber die Wohnung aus eigenem Bestand überlässt oder die Wohnung anmietet und anschließend dem Arbeitnehmer verbilligt überlässt.



Für Betriebe in Ballungsgebieten mit knappem und daher teurem Wohnraumangebot dürfte diese Variante der Vorteilsgewährung besonders interessant sein, um qualifizierte Mitarbeiter zu halten oder neu zu gewinnen. Besonders Arbeitnehmer, die bisher den Arbeitsplatzwechsel Richtung Ballungsgebiet aus Kostengründen gescheut haben, werden durch diese Gesetzesänderung einen zusätzlichen Anreiz erhalten.



Ristorante  
*La Toscana*



Wir verwöhnen Sie  
in gepflegter Atmosphäre  
mit köstlichen italienischen  
Spezialitäten!

*Ihr  
Costa Girolamo*

Wir bereiten Ihnen zu Ihrem  
Fest warme & kalte Buffets zu.

Uedesheimer Str. Ecke/  
Norfer Schulstr. 23  
41469 Neuss - Nord  
Tel.: 0 21 37 / 1 39 11

Öffnungszeiten:  
12:00 bis 14:30 Uhr  
18:00 bis 23:00 Uhr  
Montag Ruhetag

[www.latoscana-neuss.de](http://www.latoscana-neuss.de)



## Coronavirus: Zuhause bleiben und Lieferservice nutzen!

Bislang wurde der Online-Handel mit Lebensmitteln nur mäßig in Deutschland genutzt. Gerade frische Sachen wie Obst und Gemüse wurden immer noch im stationären Supermarkt gekauft.

**Auch in Neuss bieten viele Gastronomen und Einzelhändler Lieferservices an.**

Rufen Sie ihr Stammlokal oder Einzelhändler einfach mal an, denn viele haben kreative Lösungen entwickelt, um auch in Zeiten des Corona-Virus ihren Kunden zur Verfügung zu stehen.

Die Initiative CoronaCare bietet eine Einkaufshilfe für Ältere und Vorerkrankte an. Über die Hotline **02131/909050** werden Einkäufe und Apothekengänge vermittelt.

**Hierzu werden auch noch weitere Helferinnen und Helfer gesucht!**

Unter der Nummer **02131/909050** erhalten die besonders schutzwürdigen Personen Hilfe bei Einkäufen und Apothekengängen. Die Hotline ist von montags bis freitags, 9 bis 15 Uhr, besetzt. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadt Neuss vermitteln die „helfenden Hände“.

Um dieses wichtige Angebot sicherstellen zu können, werden weitere Helferinnen und Helfer gesucht. Die Stadtverwaltung Neuss bittet daher um Unterstützung. Wer älteren Menschen und Menschen mit Vorerkrankungen in dieser schweren Zeit unterstützen möchte, kann sich ab sofort unter **02131/902027** melden.

Sozialdezernent Ralf Hörsken betont, dass sich neben notwendigen Vorsichtsmaßnahmen, der Gemeinschaftssinn der Neusser und Neusserinnen in dieser Unterstützung zeigen kann - denn hier trifft es vor allem hilfebedürftige ältere Menschen, die sich selbst nicht mehr versorgen können.



Ihr Experte für:

- Kfz-Reparaturen aller Art
- Unfallschaden
- Klimaanlage-Service
- Windschutzscheiben-Service
- Zubehör-Montage z.B. Navi, Telefon, Fahrwerk
- TÜV - AU (im Haus)
- Sondereintragungen (im Haus)

Mainstr.57- 59  
41469 Neuss(Norf)

Tel.: 02137 / 93 78 90  
Fax: 02137 / 92 99 351

info@freitag-kotzian.de

**Kfz-Mechaniker- & Techniker-Meisterbetrieb**

Öffnungszeiten: Mo. - Do.: 8.00 - 17.00 Uhr / Fr.: 8.00 - 17.00 Uhr



# Unabhängige und kompetente Rechtsberatung im Renten- und Sozialrecht

**DK** Dipl.-Verwaltungswirt  
**Daniel Konczwald**  
Rentenberater  
Rechtsberatung im Sozialversicherungsrecht

- Durchsetzung von Rentenansprüchen und des richtigen Behinderungsgrades
- Überprüfung des Rentenbescheides
- Berechnung der Rentenhöhe und des optimalen Rentenbeginns
- Durchsetzung von Kranken- und Pflegeversicherungsleistungen
- Beratung zur Zahlungspflicht und -höhe von Sozialversicherungsbeiträgen
- Überprüfung, Durchsetzung und Erhöhung von Unfallrentenansprüchen
- Versorgungsausgleich, Betriebsrenten, Rehabilitation
- Beratung und Vertretung in Widerspruchs- und Klageverfahren

Bonner Str. 84  
41468 Neuss  
Tel.: 02131-73 83 444  
Fax: 02131-73 83 445

Königsallee 14  
40212 Düsseldorf  
Tel.: 0211/370 316  
Fax: 0211/384 98 68



E-Mail: [info@dk-rentenberatung.de](mailto:info@dk-rentenberatung.de) - Internet: [www.dk-rentenberatung.de](http://www.dk-rentenberatung.de)



## Daniel Konczwald - Der Experte informiert:

### Mit der „Flexirente“ bei Hinzuverdienst und stufenloser Teilrente in vorgezogenen Ruhestand

**Die Meisten haben den Begriff der Flexirente bereits gehört, wissen aber nicht, welche Gestaltungsoptionen für einen überraschend flexiblen Übergang in den Ruhestand mit Teilzeitarbeit und Teilrente möglich sind.**

Durch die zum 01.07.2017 eingeführte Flexirente lässt sich parallel zu einem vorgezogenen Rentenbezug deutlich besser hinzuverdienen als dies zuvor der Fall war. Die Grundregel lautet, dass man für eine ungekürzte vorgezogene Rente zeitgleich zwar nur 6.300 € pro Jahr hinzuverdienen darf und bei höherem Verdienst eine Kürzung der Rente erfolgt.

In welcher Höhe die Kürzung häufig „nur“ ausfällt, ist für viele überraschend positiv. Wenn z. B. im Jahr 12.000 € bzw. in 12 Monaten je 1.000 € hinzuverdient werden, beträgt die monatliche Rentenkürzung für diesen Zeitraum nur 190 €. Man kann somit parallel zu 12.000 € Verdienst 12 Monatsrenten mit je nur 190 € Kürzung gleichzeitig in Anspruch nehmen.

Dies gilt in gleicher Weise, wenn die Rente z. B. erst Mitte des Jahres beginnt und für 6 Monate je 2.000 €, also auch 12.000 € hinzuverdient werden.

Somit lässt sich die Rente mit nur 190 € Kürzung für 6 Monate neben einem Monatsverdienst von 2.000 € beanspruchen. Bei höherem Einkommen wird die Rente zwar geringer, ergibt jedoch neben dem höheren Verdienst und der verbleibenden Rente häufig sehr interessante Möglichkeiten. Nach Wegfall des Verdienstes fällt auch die Rentenkürzung dafür weg. Rentenabschläge für den vorzeitigen Rentenbezug wirken sich bei der Flexirente nur teilweise negativ aus. In vielen Fällen fallen sogar gar keine Rentenabschläge an. Dann macht es überhaupt keinen Sinn, parallel zum Lohn auf die Rente zu verzichten. Die Kombinationen aus Minderung der Arbeitszeit und trotzdem ausreichendem Einkommen macht die neue Regelung somit sehr attraktiv.

Zu diesen interessanten Möglichkeiten wird von der Deutschen Rentenversicherung leider sehr häufig nicht umfassend informiert.

**Eine unabhängige und umfassende Beratung erhalten Sie – aktuell natürlich auch per Telefonberatung oder Videokonferenz – bei der Rentenberatungskanzlei Daniel Konczwald.**

**Weitere Informationen:  
Neuss, Tel.: 02131 73 83 444  
[www.dk-rentenberatung.de](http://www.dk-rentenberatung.de)**

**Michael Bernd Team**  
HAARSCHNITTE

Uedesheimer / Schulstr. 24  
41469 Neuss-Norf  
Tel.: 02137 4446 / 9278572

Neukirchenerstr./Ligusterweg 6  
41470 Neuss-Rosellerheide  
Tel.: 02137 788887  
02137 9290040

Select Salon  
Bahnstr. 48 . 41469 Neuss-Norf  
Tel.: 0175 3251593

[www.michael-bernd-team.de](http://www.michael-bernd-team.de)

**DAS ORIGINAL!**

*We are family!*



Lösungen finden,  
wo andere Streit suchen

ZIVILRECHT, FAMILIEN- UND ERBRECHT

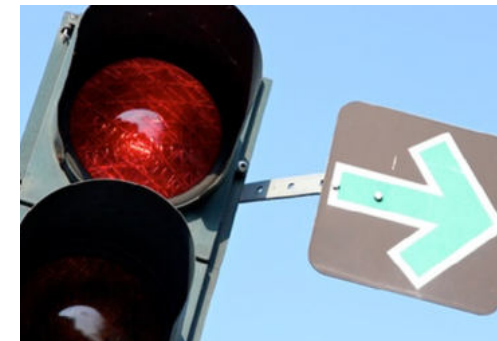
Alle Amts-, Land- und Oberlandesgerichte

Nievenheimer Straße 14 / 41469 Neuss  
Tel: 02137 – 99 76 87 6 / Fax: 02137 – 99 76 87 5  
E-mail: wardin@wardin.de / www.wardin.de



## Ein Fall aus der Praxis: Böse Falle grüner Pfeil!

Punkte, die man vermeiden kann: 100,00 € und 1 Punkt kostete es einen Fahrer, der an einem grünen Pfeil unbeschwert rechts abbog. Eine kleine Umfrage im privaten Umfeld ergab, dass den meisten Personen die Regelungen zum grünen Pfeil unbekannt sind. Dies bestätigen Studien, wonach fast 80% der Autofahrer den nachstehenden Unterschied nicht kennen:



**1.**  
Grüner Pfeil auf schwarzem Grund an Lichtzeichenanlage (Blechschild an der Ampel), sog. "Rechtsabbiepfeil", Verkehrszeichen 720 der Straßenverkehrsordnung.

Man darf trotz roter Ampel auf der rechten Spur rechts abbiegen, muss aber nicht.

Wer bei Rotlicht abbiegt, hat nicht Vorfahrt.

Wer bei Rotlicht abbiegt muss zuvor mindestens 3 Sekunden an der Haltelinie halten und die weiteren Verkehrsteilnehmer (Fußgänger/ Fahrradfahrer) beachten.

Bei einem Verstoß gegen die Anhaltepflicht drohen 1 Punkt im Verkehrszentralregister und ein Bußgeld zwischen 70,00 € bis 180,00 €.

**2.**  
Grüner Leuchtpfeil auf der Lichtzeichenanlage.

**Man muss abbiegen, wenn der grüne Pfeil aufleuchtet, um den Verkehr nicht zu behindern.**

**Wenn der Pfeil leuchtet, besteht keine gesonderte Haltepflicht.**

**Man muss das Rotlicht beachten und halten, wenn der Pfeil nicht leuchtet.**

**Weitere Informationen:**  
[www.wardin.de](http://www.wardin.de)

**Anwaltskanzlei Wardin,**  
**Neuss-Norf, Tel.: 02137 9976 876**

**Wir beraten Sie gerne!**

**mobiler Hausmeister Service**

**mHmS**

Gebäudemanagement  
Haus- und Anlagentechnik  
Gartenpflege  
Gebäudereinigung  
Winterdienst

**Individuelle Dienstleistungen für Ihr Objekt**

☎ **0 21 37 - 6 02 92**

Roseller Str. 32 • 41516 Grevenbroich

## Queen & Queen

Eine offizielle Münze der British Royal Mint würdigt jetzt gleichzeitig Queen Elizabeth II und die Bombast Rock-Band Queen. Die Münze gibt es in verschiedenen Qualitäten, z. B. in versilbert zum Erstkaufwert von 12 Britischen Pfund bis zur Feingold Ausgabe für 2200 Pfund. Im vereinigten Königreich wächst zusammen was so gerade noch geht. Ob Kopf oder Zahl, vorne oder hinten, heute wird wenn, dann zum Edelmetallwert eingebunkert. Für Gedenkmünzen aufgerufene Preise sind jedoch wie die des an der Haustür klingelnden Scherenschleifers. Oder Porzellan sammeln. Dank Bares für Rares wissen wir ja: Sobald der Elefant den Porzellanladen verlassen hat und auf der Straße steht, ist der erstandene Plunder noch maximal die Hälfte Wert.

Wer mit Gedenk-Münzen nachhaltig die Rente sichern will ist, sagen wir maximal vorsichtig formuliert, ein fein-geistiger Träumer. Was wäre eine polierte 10 Euro „Jürgen Klinsmanns Deutsches Sommermärchen“ Münze derzeit noch wert? Geht zum Schrottplatz und fragt den Altmetall-Profi.

Trotzdem ist es schön sich vorzustellen, es gäbe auch bei uns lokal Gedenk-Münzen die vorgaukeln ein Zahlungsmittel zu sein. Vielleicht vorne der Vesuv von Neuss und hinten unsere abgedankte Majestät Waltraud I Beyen. Mit einer 10 drauf für einen Erstaussgabe-Wert 9,99 Euro. Später gebraucht ab Zweifünzig. Würde ich kaufen. Aus Gründen. Und wer könnte es bei uns südlich der Erft vielleicht auf



Roberts



Welt

die Rückseite eines Reiner-Breuer-Talers schaffen?

Der in seiner Jugend von Schwarz zu Grün konvertierte Norfer Michael Klinckicht sicher nicht, der wäre für den Derikumer Reiner Breuer ein No Go. Ebenfalls aus Gründen. Wenn Sie eine Idee für die Kehrseite der Medaille haben, schicken Sie uns diese gerne oldschool per Post.

Schauen wir aber noch mal auf die Insel. Lizzy II war schon Königin, da war ich noch nicht geboren. Unter ihrer Regentschaft wurde nicht nur die Beat-Musik, Mary Quants Mini-Röcke, Twiggy und der Brexit erfunden, sondern auch unwiderstehlich kitschige Royale Souvenirs. Die Queen und Konsorten haben das mit Fanartikeln und Merchandising perfektioniert. Rein in den EURO ging ja gar nicht, denn die Queen gehört schließlich auf Münzen und Scheine. Paradoxon: Je älter die Queen darauf ist, desto jünger ist die Münze oder der Schein. Eine Frau wie auf Schein gemeißelt. Wer kann das sonst? Im Nachhinein wäre Merkel eine Option gewesen. Allerdings würden jeden Montag erboste Leipziger aus Protest die bösen Scheine verbrennen. Unsere Waltraud I steht besser da: Sie hat keinen Randy Andy als Sohn, keine Enkel vom Rittmeister, weder eine Megxit Markle noch einen Merkel Makel wie „Wir schaffen das!“ oder das aktuelle „Ich bin dann mal weg“- Gefühl an den Hacken.

Deshalb haben wir es hier gar nicht nötig einen medialen Hilfeanker wie eine Queen & Queen Münze auszuwerfen. Stattdessen könnten wir hier aber kommunalpolitische Visionäre gut gebrauchen. Echten Machern verspreche ich deshalb hier und ohne Rücksprache mit dem Chef einen Sack voller Schoko-Münzen im handelsüblichen roten Netz. Alles andere wäre respektlos.

Robert Wolf





Montag bis Freitag  
8.00 bis 18.30 Uhr  
Samstags  
8.00 bis 14.00 Uhr



**Bio-Hof-Laden**

Familie Schwarz  
Pfannenschuppen 1  
41516 Grevenbroich  
(direkt an der B477),  
Tel.: 0 21 82-57 86 45

# Raumausstattung

## Ingo Guesgen

### Meisterbetrieb

Neukirchener Str. 27  
41470 Neuss (Rosellerheide)

Tel.: 02137 786 40 54 / 55

Fax: 02137 786 40 56

E-mail: info@raumausstatter-guesgen.de

#### Öffnungszeiten

Mo. - Di.: 09:00-13:00 Uhr / 15:00-18:00 Uhr

Mi.: 09:00-13:00 Uhr

Do. - Fr.: 09:00-13:00 Uhr / 15:00-18:00 Uhr

Sa.: 09:30-12:30 Uhr

www.raumausstatter-guesgen.de

## Rezept

# Brot ohne Hefe backen: Rezept für frisches Brot

Backhefe gehört zu den Pilzorganismen und wird beim Backen vor allem als Triebmittel verwendet. Du findest Hefe zum Beispiel in Pizza, Brot, Brötchen, Kuchen oder anderen Backwaren.

Es gibt verschiedene Gründe, ohne Hefe zu backen. Zum Einen reagieren viele Menschen allergisch auf Hefe. Das äußert sich in allergischen Reaktionen, die einer Glutenunverträglichkeit sehr ähnlich sind. Wer keine Hefe verträgt, bekommt durch sie zum Beispiel Magen-Darm-Beschwerden, Ausschläge, Kopfschmerzen, Schnupfen, Husten oder Halsschmerzen.

Was auch ein Grund gegen Hefe sein kann: Konventionelle Hefe wird in Monokulturen gezüchtet. Hierbei werden teilweise bedenkliche Stoffe verwendet, die das Wachstum zu beschleunigen. Die Herstellung von Hefe findet außerdem oft mit Gentechnik statt.

Welchen Grund du auch hast, auf Hefe zu verzichten, mit unserem leckeren Brot wirst du dennoch geschmacklich auf deine Kosten kommen. Das Triebmittel im Rezept ist Buttermilch. Diese kannst du übrigens auch vegan herstellen.



**Für das Rezept brauchst du nicht viele Zutaten:**

- 500g Dinkelmehl
- 1/2 TL Salz
- 1/2 EL Brotgewürz,  
z. B. in Bio Qualität von  
Lebensbaum
- 1/2 EL Öl
- 1/2 TL Natron
- 500ml Buttermilch
- 100g Sonnenblumenkerne
- 30g Leinsamen

Vegane Buttermilch stellst du her, indem du 500 Milliliter pflanzliche Milch mit zwei großen Esslöffeln Apfelessig vermengst. Dann lässt du sie 15 Minuten stehen und schon kannst du die vegane Variation wie normale Buttermilch verwenden.

*Wir machen den Raum schöner!*

# Fahrradhandel- und Reparatur inkl. Hol- und Bringservice

ARAL-Tankstelle • Frank Roeseler  
Nievenheimer Str. 6 • 41469 Neuss  
T.: 02137 22 57  
M: frank.roeseler@tankstelle.de



## Mobiler Fahrraddoktor



# Steuern? Wir machen das.



Persönliche  
Beratung ist durch  
nichts zu ersetzen!

**Monika Sawukajtis**  
Lübistrather Straße 49 • 41469 Neuss  
Telefon 02137 9330187  
monika.sawukajtis@vlh.de

[www.vlh.de](http://www.vlh.de)

## Buchtipps



**Juli Zeh**

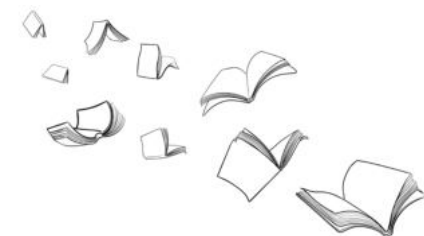
Lanzarote, am Neujahrsmorgen: Henning sitzt auf dem Fahrrad und will den Steilanstieg nach Femés bezwingen. Seine Ausrüstung ist miserabel, das Rad zu schwer, Proviant nicht vorhanden. Während er gegen Wind und Steigung kämpft, lässt er seine Lebenssituation Revue passieren. Eigentlich ist alles in bester Ordnung. Er hat zwei gesunde Kinder und einen passablen Job. Mit seiner Frau Theresa praktiziert er ein modernes, aufgeklärtes Familienmodell, bei dem sich die Eheleute in gleichem Maße um die Familie kümmern. Aber Henning geht es schlecht. Er lebt in einem Zustand permanenter Überforderung. Familienernährer, Ehemann, Vater – in keiner Rolle findet er sich wieder. Seit Geburt seiner Tochter leidet er unter Angstzuständen und Panikattacken, die ihn regelmäßig heimsuchen wie ein Dämon. Als Henning schließlich völlig erschöpft den Pass erreicht, trifft ihn die Erkenntnis wie ein Schlag. Jetzt aber stürzen die Erinnerungen auf ihn ein, und er begreift: Was seinerzeit geschah, verfolgt ihn bis heute.



**Neujahr**

**Julie Zeh**

Hardcover: 20,00 Euro  
ISBN-13: 9783442718962





NEU IN ROSELLERHEIDE !!



Thailändische Kompressionsmassage  
Aromatherapie . Fußmassage  
Thai Öl Massage . Hot Stone

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10.00 Uhr - 19.00 Uhr / Sa. 10.00 Uhr - 17.00 Uhr

Föhrenstr. 40 . 41470 Neuss . Telefon: 02137 - 9378661  
Mobil: 0152 - 29 587 152 . [www.jai-sabai-neuss.de](http://www.jai-sabai-neuss.de)

6 Jahre  
in Norf!

emmeline

STOFF • TRENDS & MEHR

Ihr Fachgeschäft rund ums Nähen in Norf.  
Schöne Stoffe, aktuelle Trends und  
immer etwas Besonderes.



Südstraße 15-17  
41469 Neuss-Norf  
02137 9980288

Mo. - Fr. 9:30 - 12:30 Uhr  
Mo. Di. Do. Fr. 15-18 Uhr  
Samstag 10-13 Uhr

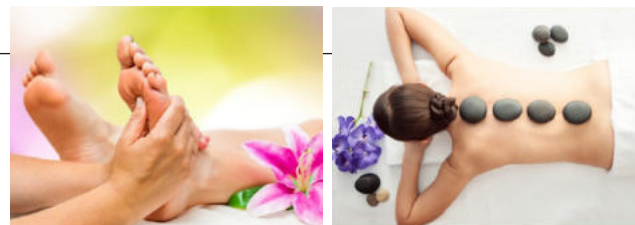


[www.emmeline-stoffe.de](http://www.emmeline-stoffe.de)

Stoffe & Zubehör • Nähkurse • Nähmaschinen von **JANOME**

JAI SABAI

Entspannen,  
genießen,  
wohlfühlen



Die traditionelle Thaimassage blickt auf eine lange Geschichte zurück. Urheber der Thaimassage war vermutlich der nordindische Arzt Jivatza – Komärabhacca, der noch heute in Thailand als "Vater der Medizin" verehrt und in einer Andacht zu Beginn der Thaimassage erwähnt wird.

Die traditionelle Thaimassage besteht aus passiven, dem Yoga entnommenen Streckpositionen und Dehnbewegungen, Gelenk- mobilisation und Druckpunkt - Massagen. Sie umfasst den ganzen Körper. Hierbei wird kein Massageöl zur Anwendung benutzt.

#### Thailändische Fußmassage

Die Fußmassage ist eine uralte chinesische Massage, die bereits seit mehr als 3000 Jahren angewendet wird. Sie dient der Gesunderhaltung des Körpers. Die Wad Po Therapie (traditionelle Thai-Massage nach Ausbildung im königlichen Tempel im Bangkok) startet von der Fußsohle, von dort aus den Körper zu stimulieren. Durch die Fußmassage wird die Aktivität der inneren Organe angeregt. Zur Durchführung der Fußmassage werden die Hände, Finger sowie Holzstöcke mit Creams und Öle verwendet.

**JAI SABAI freut sich auf einen entspannten Besuch von Ihnen in naher Zukunft. Bleiben Sie gesund.**

[www.jai-sabai-neuss.de](http://www.jai-sabai-neuss.de)

- **Thailändische Kompressionsmassage**
- **Thailändische Aromatherapie**
- **Thailändische Fußmassage**
- **Thai Öl Massage**
- **Hot Stone**

#### Thai-Öl-Massage

Bei der Thai - Öl - Massage wird die gleiche Technik wie bei der traditionellen Thaimassage angewendet. Zur Unterstützung der Massage und der Schmerzlinderung wird ein spezielles Massageöl eingesetzt.

#### Hot Stone

Die Hot Stone Massage basiert auf einer alten Tradition. In vielen Kulturen wurde die Wirkungsweise heißer Basaltsteine zur Entspannung der Muskulatur angewandt. Sie steigern die Stoffwechselprozesse im Gewebe, stimulieren das Immunsystem und den Lymphabfluss. Vorhandene Muskelverspannungen werden gelöst und Schmerzen gelindert. Die Hot Stone Massage löst energetische Blockaden und schafft die Basis um loszulassen und zu entspannen.



# Stechmann

Dachtechnik GmbH

Nievenheimer Straße 9 - 41469 Neuss-Norf

Tel.: 02137/ 92 80 124

[www.stechmann.de](http://www.stechmann.de)



*Das marktplatzmagazin  
wünscht Ihnen einen gesunden Start  
in den Frühling!*

### Kartenvorverkauf Comedysalon:

Alle Eintrittskarten sind auch als  
Gutschein erhältlich!

### Michael Bernd-Team

Neukirchener Straße / Ligusterweg 6  
414170 Neuss-Rosellerheide  
T: 02137 78 88 87

### Redaktion . Kontakt & Termine

Michael Bernd  
M: 0174 2459305

Jens Knappe  
M: 0170 30 73 341  
[info@marktplatzmagazin.de](mailto:info@marktplatzmagazin.de)



**Die nächste Ausgabe  
erscheint Anfang Juli 2020**

Wiederverwendung des Inhalts  
nur mit schriftlicher Zustimmung  
des Herausgebers gestattet.  
Für unverlangt eingesendete  
Manuskripte und Fotos besteht  
keine Haftung.

[www.marktplatzmagazin.de](http://www.marktplatzmagazin.de)

### Öffnungszeiten durchgehend:

Montag bis Freitag 8.30 bis 18.30 Uhr – Samstag 9.00 bis 13.00 Uhr

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch**



### Unser Angebot

- ✓ Eine Überdosis freundliche **Beratung**
- ✓ Als Nebenwirkung bester **Service**
- ✓ Unsere Wechselwirkung **Menschlichkeit**

## Immer aktiv für Ihre Gesundheit

# Burg-Apotheke

Südstraße 1 • 41469 Neuss-Norf  
Tel. 02137-23 00 • Fax 02137-80 09  
[www.burg-apotheke-norf.de](http://www.burg-apotheke-norf.de)

# Infektionen vorbeugen: DIE WICHTIGSTEN HYGIENETIPPS

## 1. REGELMÄSSIG HÄNDE WASCHEN

- wenn Sie nach Hause kommen
- vor und während der Zubereitung von Speisen
- vor den Mahlzeiten
- nach dem Besuch der Toilette
- nach dem Naseputzen, Husten oder Niesen
- vor und nach dem Kontakt mit Erkrankten
- nach dem Kontakt mit Tieren



### NASS MACHEN

Hände unter fließendes Wasser halten



### RUNDUM EINSEIFEN

Hände von allen Seiten einschäumen



### ZEIT LASSEN

Gründliches Einseifen dauert 20 bis 30 Sekunden



### GRÜNDLICH ABSPÜLEN

Hände unter fließendem Wasser abwaschen



### SORGFÄLTIG ABTROCKNEN

Hände mit einem sauberen Tuch trocknen



## 2. HÄNDE AUS DEM GESICHT FERNHALTEN / HAUTKONTAKT VERMEIDEN

- Fassen Sie mit ungewaschenen Händen nicht an Mund, Augen oder Nase
- Verzichten Sie vorübergehend auf Begrüßungen durch Umarmungen oder Händeschütteln



## 3. RICHTIG HUSTEN UND NIESEN

- Halten Sie beim Husten und Niesen Abstand von anderen und drehen sich weg
- Benutzen Sie ein Taschentuch oder halten die Armbeuge vor Mund und Nase



## 4. IM KRANKHEITSFALL ABSTAND HALTEN

- Kurieren Sie sich zu Hause aus
- Verzichten Sie auf enge Körperkontakte, solange Sie ansteckend sind
- Halten Sie sich in einem separaten Raum auf und benutzen Sie wenn möglich eine getrennte Toilette
- Benutzen Sie Essgeschirr oder Handtücher nicht mit anderen gemeinsam



## 5. WUNDEN SCHÜTZEN

- Decken Sie Wunden mit einem Pflaster oder Verband ab