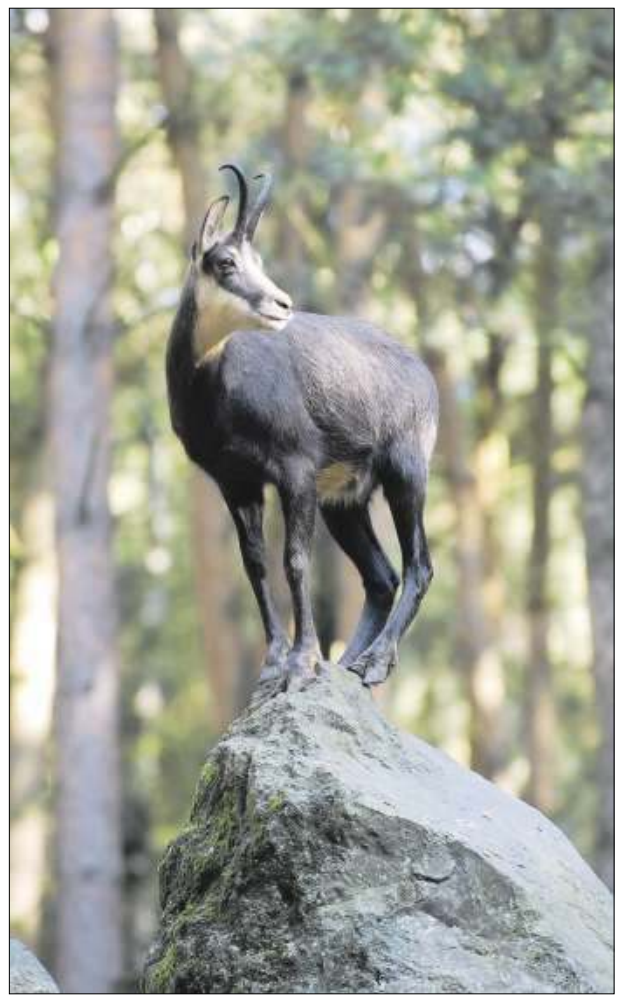
# Wildpark Gangelt lädt Kinder in den Ferien zum kostenlosen Besuch ein

Schon bald sind wieder Herbstferien und in den letzten warmen Tagen im Jahr lockt der Wildpark Gangelt mit seinen vielen europäischen Wildtieren. Es ist zu einer schönen Tradition geworden und so haben Kinder, bis 15 Jahre, auch in diesem Jahr wieder ab Sonntag, 4., bis Samstag 31. Oktober, freien Eintritt in den Wildpark.
Zusätzlich wird für die kleinen Besucher wieder ein schönes Kinderprogramm vorbereitet. Am Sonntag, 11. Oktober verzaubert „Hexe Shaina“ beim Kinderschminken von 12 bis 17 Uhr die Gesichter in Tiere, Fabelwesen und vieles mehr. Die „Zauberhexe Arabella“ lädt am Mittwoch, 14. Oktober und Sonntag, 18. Oktober zur „Hexenbesen-Flugschule“ ein. Die „Flugschüler“ lernen, wie man perfekt auf einem Hexenbesen fliegen kann. Wie verhält man sich bei Gegenverkehr, wie fliegen wir durch ein Gewitter – oder nehmen eine scharfe Kurve.
Bei allerhand Schabernack mit der „Zauberhexe Arabella“ wird es mit Sicherheit eine lustige Flugstunde geben. Jeder Teilnehmer erhält sogar einen „Hexenbesen-Führerschein“!
Auch auf das Märchenerzählen mit Handpuppenspiel und das farbenfrohe Kinderschminken mit „Arabella“ können sich die Kinder wieder freuen. Die Aktionszeiten sind am 14. und 18. Oktober jeweils von 12 bis 17 Uhr.

## Tiere sind die Hauptdarsteller

Doch die Hauptdarsteller sind natürlich die europäischen Wildtiere, die in ihren naturnahen Gehegen ihre Fährten durch den bunten Herbstwald ziehen. Da sind Raubtiere wie Braunbären, Luchse oder Wölfe, da sind Hirsche, Rehe, Wildschweine, Elche, Wisente, da sind Vertreter der Alpenregion wie Steinböcke, Gämsen und Murmeltiere oder auch Fischotter, Baummarder und Waschbären.
Bei den Rothirschen ist die Brunft in vollem Gange, während sich die Murmeltiere schon langsam auf Ihren berühmten Winterschlaf vorbreiten.
Adler, Bussarde, Falken, Milane und Eulen, alles Schützlinge von Falkner Erwin Janssen, begeistern durch wendige Flugmanöver und es ist immer wieder faszinierend, wenn die edlen Greife auf die Faust des Falkners zurückkehren.
Die Kinder können auch dieses Jahr Eicheln für den Wildpark sammeln und damit ihr Taschengeld aufbessern. Pro Kilo Eicheln bekommen die Kinder 20 Cent und dazu wird das fleißige Sammeln mit einer Freikarte für den Wildpark belohnt.



*Helga Saß (r.), Pflegedienstleiterin im Katharina Kasper-Heim, gratulierte den pflegenden Angehörigen zum erfolgreichen Abschluss des Kurses.*

# Zertifikat und ein „Pflegeherz“

**Gangelt** - Die demografische Entwicklung in der Bundesrepublik Deutschland führt zu einer immer älter werdenden Gesellschaft. Bald wird es mehr ältere als jüngere Menschen geben. Dies ist eine einmalige Entwicklung, die es so noch nie in einer Gesellschaft gab.
Mit zunehmendem Alter steigt jedoch die Gefahr, hilfe- und pflegebedürftig zu werden. Deshalb werden Pflege und Betreuung zukünftig in Deutschland immer mehr Raum einnehmen. „Der größte Pflegedienst bundesweit sind Angehörige“, sagt **Josef Aretz**, Leiter des Katharina Kasper-Heims der Katharina Kasper ViaNobis GmbH in Gangelt. „Pflegende Angehörige leisten tagtäglich eine sehr verantwortungsvolle und anstrengende Arbeit, die sie auf Dauer aber auch an ihre Belastungsgrenze bringt.“
Um Pflegende aus dem „Westzipfel“ zu unterstützen, hat das Katharina Kasper-Heim in Kooperation mit der AOK Rheinland ein spezielles Kursangebot entwickelt. An diesem können Versicherte aller Krankenkassen kostenfrei teilnehmen. „Schnell waren die 15 Plätze des Kurses belegt“, sagt Aretz. „Insgesamt gab es elf Module mit Fachbeiträgen und praktischen Anleitungen, die Unterstützung und Hilfestellung für pflegende Angehörige beziehungsweise ehrenamtlich Pflegende boten.“
Den Teilnehmern bot sich ein abwechslungsreiches informatives Programm, wobei auch der Austausch untereinander einen hohen Stellenwert hatte. Zum erfolgreichen Abschluss des Gruppenpflegekurses erhielten die Teilnehmer ein Zertifikat nach § 45 SGB XI, womit sie zusätzliche Betreuungsleistungen mit der zuständigen Pflegekasse abrechnen können.
Als besondere Geste und Anerkennung für ihr Engagement in der Pflege wurden die Teilnehmer zusätzlich mit dem „Pflegeherz“ ausgezeichnet. Das „Pflegeherz“ steht symbolisch für die Aussage „Mit Liebe und Herz einen Menschen aufrichten, der selbst nicht dazu in der Lage ist“. Ins Leben gerufen wurde das Pflegeherz vom Verbund Starke Partner – Pflegenetzwerk Kreis Heinsberg. Der Anstecker „Pflegeherz“ ist ein Zeichen für die gesellschaftliche Anerkennung und Würdigung der “Pflege und Betreuung von Menschen“. „Allen Pflegenden gilt unser besonderer Respekt“, sagt Aretz.

# „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“

**Breberen** - Der Kreissportbund Heinsberg e.V. und das Seniorenzentrum Breberen sind ab sofort Kooperationspartner im Programm „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“. Mathias Vonderbank, Fachkraft für das Programm, lobt das große Engagement der Heinrichs Gruppe, ältere Menschen durch Bewegungsfreude fit zu halten. Anette Ohligschläger, Übungsleiterin beim Kreissportbund und Mitglied des TSV Geilenkirchen, wird einmal wöchentlich ins Seniorenzentrum an der Altenburgstraße kommen und den Bewohnerinnen und Bewohnern eine Stunde lang Sitzgymnastik anbieten.

„Ich freue mich unheimlich auf diese neue Aufgabe“, sagt Anette Ohligschläger. Seit mehr als 25 Jahren betreibt die 50-Jährige aus Gangelt Vereinsarbeit und hat Erfahrung als ausgebildete Trainerin im Breitensport und in der Präventionsarbeit. Zu ihrem Repertoire zählen Sitzgymnastik, Line Dance, Prävention für das Herz-Kreislauf-System, Rollator-Gymnastik und Spaziergänge für Seniorinnen und Senioren. Da die Mehrzahl der Bewohnerinnen und Bewohner im Seniorenzentrum Rollstuhlfahrer sind, sich aber trotzdem gerne bewegen, fiel die Wahl schnell auf das Angebot der Sitzgymnastik. „Unser Sozialtherapeutischer Dienst bietet hin und wieder selber solche Übungen an. Das kommt immer sehr gut bei unseren Bewohnern an. Umso besser, dass das Angebot nun mit Anette Ohligschläger regelmäßig in unserem Haus stattfindet“, sagt Einrichtungsleiterin Eva Drießen.

Die Möglichkeiten von Sitzgymnastik sind vielfältig: Mit den Armen nach fiktiven Gegenständen greifen, dabei die Arme weit ausstrecken; ein Bein ausstrecken, dann den Fuß soweit wie möglich vom Körper weg strecken, danach so nah wie möglich an den Körper heranziehen; einen Schaumstoffball hinter dem Rücken von einer Hand in die andere legen und vieles mehr. Bei allen Übungen steht der Erhalt der körperlichen Ressourcen im Vordergrund. „Die Gymnastik soll aber auch vorbeugend wirken. Sie hilft, körperlichen Gebrechen vorzubeugen, die oft mit fortschreitendem Alter und dem damit verbundenen körperlichen Abbau einhergehen. Dazu zählt auch das Trainieren der motorischen Fähigkeiten, des Reaktionsvermögens und des Gleichgewichtssinns“, erklärt Anette Ohligschläger.
Ob vielleicht doch noch ein anderes sportliches Angebot aus dem Repertoire von Anette Ohligschläger bei den Seniorinnen und Senioren zum Zug kommt, entscheidet sich mit der Zeit.

Teppichhaus Banahan
Schöne Teppiche – von klassisch bis modern
Spezialreinigung und Reparatur
Heinsberg · Hochstraße 48 · Telefon 0 24 52 / 36 09
www.banahan.eu

Zagreb
Balken Restaurant Steakhaus
Wir erbitten frühzeitige Tischreservierung
Landstraße 6 · 52538 Selfkant-Wehr
Tel. +49 (0)2456/5087705, +31 (0)6/31240364
Öffnungszeiten: Montag Ruhetag, Di. bis Sa. von 16.30 – 22.00 Uhr, an Sonn- und Feiertagen von 11.30 – 14.00 Uhr und von 16.00 – 22.00 Uhr.

Meubelmagazijn Koningsbosch
Prinsenbaan 176, 6104 RS Koningsbosch
Öffnungsz.: Di.-Fr. v. 10-18 Uhr, Sa. v. 10-17 Uhr, Mo. geschlossen · Tel. 0031 475 30 22 66
Massive Eichenmöbel
Möbel können in verschiedenen Farben lackiert oder geölt werden
Jetzt viele Couchgarnituren stark reduziert
Couchtisch, massiv, Eiche ab € 275,-
Eckgarnitur, verschiedene Farben ab € 895,-
Relaxsessel, elektrische Aufstehhilfe, Leder ab € 895,-
www.meubel-magazijn.nl

NYBELEN
Fenster · Türen
Leo Nybelen GmbH Fensterbau & Co. KG
Geilenkirchener Straße 51 · 52538 Gangelt-Birgden
Telefon (0 24 54) 98 90 30 · info@nybelen.de

## HS-WOCHE WEST Zipfel Der Selfkänter Gangelt • Selfkant • Waldfeucht Teil Midden-Zuid-Limburg

## KLEINANZEIGE kostenlos

Wir schenken Ihnen eine Kleinanzeige. Einfach diesen Coupon ausfüllen und uns zukommen lassen, dann steht Ihre private Kleinanzeige zum nächstmöglichen Zeitpunkt kostenlos in der **HS-WOCHE**. Füllen Sie diesen Coupon aus, schneiden ihn aus und senden Sie uns diesen per Post oder Fax zu. Nennen Sie uns einfach das Stichwort „Der SELFKÄNTER“ und Ihre Kleinanzeige wird kostenlos veröffentlicht. Die maximale Anzeigengröße beträgt 5 Zeilen! Wir freuen uns auf Sie! Ihr „WEST-Zipfel - Der SELFKÄNTER“ Team!

**Bitte veröffentlichen Sie meine private Kleinanzeige in der HS-WOCHE.**

Vorname/ Name

Wohnort/ Telefon

Straße/ Hausnummer

Datum, Unterschrift

HS-WOCHE
HEINSBERG
Tel. 0 24 52 - 22 24 2
Fax 0 24 52 - 2 40 35

Holiday Reisecenter
GEILENKIRCHEN
Herzog-Wilhelm-Str. 1
Tel. 0 24 51 - 9 15 35 55
Fax 0 24 51 - 6 83 10
Michele Wittkowski

+++ Alle Kleinanzeigen weltweit im Internet: www.hs-woche.de +++ Alle Kleinanzeigen weltweit im Internet: www.hs-woche.de +++