

## Umzug in Coronazeiten: Bei uns sind Sie in sicheren Händen

Anzeige

Die Zeiten sind verrückt – und dennoch dürfen und können alltägliche Dinge nicht ganz wegfallen. Sie planen in absehbarer Zeit umzuziehen und wissen wegen „Corona“ nicht, wie Sie diesen Umzug bewältigen sollen? Vertrauen Sie diese Aufgabe ganz einfach uns an. Das Team von „Sorglos & Sauber“ bietet Ihnen den bewährten Experten-Service gepaart mit den geltenden Hygienestandards. Unser Mitarbeiter tragen Mund-Nasenschutzmasken sowie Handschuhe.

Im Leben ist vieles schlecht planbar. Dazu gehören in der Regel auch Umzüge: viel Arbeit, viel Dreck, viel Ärger. So die allgemeine Erfahrung. „Da kennen Sie aber uns noch nicht“, widerspricht Patrick Sachse lachend, Inhaber der Krefelder Umzugsfirma „Sorglos & Sauber“ an der Oberbenrader Str. 51, „wir nehmen unseren Namen wörtlich.“



Das ist offenkundig kein leeres Versprechen. Im Internet auf google bewerten die Kunden die Firma ausschließlich mit der höchsten Auszeichnung: fünf Sterne. Dazu trägt die pflegliche Behandlung aller Möbelstücke bei.

Patrick Sachse hat eigens schonende Überzieher in reichlicher Zahl angeschafft, mit denen die wertvollen Stücke vor Regen und Schmutz geschützt sind. Überdies steht eine elektrische Sackkarre zur Verfügung, die alle Möbel problemlos über Treppen und Stufen hinweg trägt. Für große Stücke wie Schränke oder schwer zugängliche Wohnungen steht auch ein Außenaufzug bereit.

Entscheidend sind aber die präzisen Serviceleistungen. Inhaber Sachse kommt persönlich in die Wohnung des Kunden, nimmt sie kostenlos in Augenschein und legt

dem Kunden anschließend ein schriftliches Angebot mit Festpreis vor. Dann kann der Kunde in Ruhe entscheiden, ob er das Angebot annehmen möchte.

Digital versierte Kunden nutzen dazu inzwischen auch die virtuelle Sichtung: Sie laden von der Homepage der Firma einen Link herunter, über den sie alle Daten zu Wohnung und Möbel eintragen und mit Fotos versehen können. Dann kommt prompt das gleiche verbindliche Angebot inklusive Festpreis. Diese digitale Möglichkeit nehmen auch gern Kunden in Anspruch, die sich aus anderen Städten und Ländern an „Sorglos & Sauber“ wenden. Denn die Firma ist Deutschland- und sogar Europa-weit unterwegs. „Neulich haben wir einen Umzug aus Mallorca organi-

siert“, sagt Patrick Sachse ungerührt. Sein Team steht für absolute Sorgfalt und Sauberkeit. Gelernte Schreiner und Maler sorgen dafür, dass Küchen passgenau installiert und nötige Renovierungen fachgerecht ausgeführt werden. So können Hausbesitzer sicher sein, die Wohnung nach dem Umzug gleich wieder vermieten zu können. Das große Team von 14 Mitarbeitern lässt es auch zu, Termine kurzfristig entgegenzunehmen. Und sollte eine Haushaltsauflösung mit Entrümpelung gewünscht sein – auch dafür steht das Team gern bereit. Stets nach seiner Leitlinie: „Sorglos und Sauber“.

Interessenten können sich näher auf der Homepage informieren: [www.sorglos-sauber24.de](http://www.sorglos-sauber24.de)

Sorglos & Sauber 24 - Umzüge & Haushaltsauflösungen - Oberbenrader Str. 51 - 47804 Krefeld  
Tel.: 0 21 51 / 3 66 20 60 - Mobil: 0162 / 2 99 39 62 - [info@sorglos-sauber24.de](mailto:info@sorglos-sauber24.de) - [www.sorglos-sauber24.de](http://www.sorglos-sauber24.de)

## Info-Tage: Lesen leicht gemacht

Mediothek und Lebenshilfe wollen mit zwei unterhaltensamen Nachmittagen das Thema „Leichte Sprache“ in die Öffentlichkeit tragen.

Von Ernst Müller

Krefeld. Zu zwei ungewöhnlichen Lesungen laden die Mediothek und die Lebenshilfe Krefeld gemeinsam ein:

Die Vorleser nämlich sind Menschen mit geistiger Behinderung. Und die Texte sind Übertragungen von originalen literarischen Erzählungen in sogenannte „leichte Sprache“.

Silvana Pasquavaglio ist eine der beiden Übersetzerinnen von Texten in „leichte Sprache“. Sie hat für den Mittwoch, 25. August, Heinrich Bölls Erzählung „Anekdote zur Senkung der Arbeitsmoral“ ausgesucht. Am Donnerstag, 26. August, wird die Erzählung „Unsichtbar“ von Diane Henschel gelesen. Beide Veranstaltungen finden in der Mediothek am Theaterplatz jeweils zweimal von 16 - 17 und 17-18 Uhr statt. Anmeldung unter [leichte-sprache@lebenshilfe-krefeld.de](mailto:leichte-sprache@lebenshilfe-krefeld.de)

Das Interesse daran ist groß. Die Autorin Diane Henschel schaltet sich am 25. August live zur Lesung dazu und beantwortet die Fragen der Gäste. Auch deren Verlegerin ist zugeschaltet, die Werke in leichter Sprache herausbringt. Bürgermeisterin Kerstin Jen-



Belesen: Sabine Simonsmeier (r.) von der Mediothek und Silvana Pasquavaglio vom Büro für leichte Sprache der Lebenshilfe präsentieren an den Veranstaltungstagen eine Fülle von Gebrauchs- und literarischen Texten, die auch von Menschen mit Beeinträchtigungen gut verstanden werden. Foto: Müller

sen wird am 25. August ebenfalls dabei sein, und für den 26. August hat sich sogar Oberbürgermeister Frank Meyer angekündigt.

Der Bedarf an „leichter Sprache“ nimmt in der Gesellschaft immer mehr zu. Das liegt daran, dass heutzutage Menschen mit Leseschwächen, unzureichender Bildung oder geistiger Behinderung viel stärker in die Gesellschaft inkludiert werden als früher. Aber auch der Anteil an Ausländern, die der deutschen Sprache nur unzureichend mächtig sind, hat erheblich zugenommen. Das „Büro für leichte Sprache“ der Krefelder Lebenshilfe „übersetzt“ für dieses Zielpublikum

Gebrauchstexte wie Behördenbriefe oder Betriebsanleitungen, aber auch literarische Texte. Selbst Goethe und Hölderlin werden in „leichte“ oder „einfache“ Sprache übertragen.

Die Mediothek hat schon 2008 unter der Rubrik „Lust am Lesen“ eine Wandnische mit Büchern in leichter Sprache eingerichtet. „Darunter finden sich Romane, aber auch Materialien für Alphabetisierungskurse“, erläutert Bibliothekarin Sabine Simonsmeier, die die Rubrik betreut. Seit der Flüchtlingskrise 2015 wird der Bestand, dessen Grundstock der Zonta-Club finanziert hat, auch deutlich häufiger genutzt.

Die Vorleser an den beiden Veranstaltungstagen sind übrigens sogenannte „Prüfer“. Dies sind Menschen mit Beeinträchtigungen, denen Silvana Pasquavaglio und ihre Kollegin vom Büro für leichte Sprache ihre Übertragungen vorlegen, um zu erkunden, ob sie für die Zielgruppe wirklich leicht verständlich sind. Erst wenn die Prüfer zustimmen, geht der übertragene Text in leichter Sprache an den Auftraggeber.

Über diese Arbeit informiert an beiden Veranstaltungstagen die Lebenshilfe mit einem eigenen Stand an der Pforte der Mediothek. Überdies gibt es Spiele und Bastelangebote für die kleinen Gäste.

ANZEIGE

Top-Trend

# Cannabis Öl aus der Apotheke

Rauschfreies Cannabis? Ja, das gibt es: als Cannabis Öl von der Qualitätsmarke Rubaxx (Rubaxx Cannabis Öl, Apotheke). Wir klären auf, was dahintersteckt.

Cannabis gilt als eine der ältesten traditionellen Pflanzen. Schon seit Tausenden von Jahren werden ihre Blüten vielseitig genutzt. Wissenschaftlern ist es gelungen, aus den Samen einer speziellen Cannabispflanze ein wertvolles Öl zu gewinnen (Rubaxx Cannabis Öl). Das Geniale: Cannabissamen haben keine berauschende Wirkung!

Mit Vitaminen für Muskeln und Immunsystem

Neben hochwertigem Cannabissamenöl enthält Rubaxx Cannabis Öl außerdem wertvolle Vitamine für Muskeln, Knochen und das Immunsystem. Vitamin D spielt eine essenzielle Rolle für den Erhalt einer normalen Muskelfunktion und normaler Knochen. Zusätzlich trägt es zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Ebenfalls in Rubaxx Cannabis Öl enthalten: Vitamin E. Es schützt die Zellen vor oxidativem Stress, d. h. es



wirkt als Radikalfänger der Schädigung von Körperzellen entgegen.

Höchste Qualität in Tropfenform

Rubaxx Cannabis Öl wurde speziell für den täglichen

Verzehr hergestellt. Sowohl die Herstellung als auch die Abfüllung finden nach strengsten deutschen Qualitätsstandards statt. Weiterer Pluspunkt: Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt.

- ✓ Mit wertvollen Vitaminen für Muskeln und Immunsystem\*
- ✓ Hergestellt in Deutschland
- ✓ Frei verkäuflich in der Apotheke

Für Ihre Apotheke:

**Rubaxx Cannabis Öl**  
(PZN 15617485)



[www.rubaxx-cannabis.de](http://www.rubaxx-cannabis.de)

Gesundheit

Thema Nervenschmerzen

## Rückenschmerzen?

Diese speziellen Schmerzmittel können wirksame Hilfe leisten

Viele, die unter wiederkehrenden Rücken- oder Nackenschmerzen leiden, greifen zu klassischen, entzündungshemmenden Schmerzmitteln wie z. B. Ibuprofen oder Diclofenac. Oft ohne Erfolg! Denn dahinter stecken meist keine Entzündungen, sondern gereizte oder geschädigte Nerven. Um diese sogenannten Nervenschmerzen bekämpfen zu können, haben Experten spezielle Schmerzmittel entwickelt: Restaxil (Apotheke, rezeptfrei).

Nervenschmerzen bekämpfen

In Restaxil Schmerzmitteln stecken fünf spezielle Wirkstoffe, die sich bei Nervenschmerzen bewährt haben. So setzt beispielsweise Gelsemium sempervirens laut Arzneimittelbild im zentralen Nervensystem an, also unter anderem im Rückenmark. Iris versicolor kommt hingegen bei ausstrahlenden Schmerzen wie einer Ischialgie und ziehenden, brennenden Schmerzen im Hüftnerve zum Ein-



Verspannte Muskeln können die Nerven quetschen und Schmerzen verursachen

Darauf setzt Deutschland bei Nervenschmerzen\*

Für Ihre Apotheke:  
**Restaxil**  
(PZN 12895108)



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

\*Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen, einer normalen Muskelfunktion und einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

\*Absatz nach Packungen, rezeptfreie Arzneimittel bei Nervenschmerzen; Quelle: Insight Health, MAT 05/2021 • Abbildung Betroffenen nachempfunden  
RESTAXIL, Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dtl. D2, Spigelia anthelmia Dtl. D2, Iris versicolor Dtl. D2, Cyclamen purpurascens Dtl. D3, Cimicifuga racemosa Dtl. D2, Homöopathisches Arzneimittel bei Neuralgien (Nervenschmerzen). [www.restaxil.de](http://www.restaxil.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • Restaxil GmbH, 82166 Gräfelfing