

ImageSprockhövel

+++ 4 MONATSMAGAZINE: GESAMTAUFLAGE CA. 90.000 EXEMPLARE +++ HAUSHALTSVERTEILUNG +++ ☎ 02302 9838980 +++ WWW.IMAGE-WITTEN.DE +++

**Image verlost
3 x 2 Freikarten
für „Shakys Elvis Show“!**
Lesen Sie dazu auf Seite 2.

Image neu bei Facebook
image-witten.de/fb



oder über die Webseite
www.image-witten.de



Herbstlandschaft zwischen Laaker Weg und Höhenweg, Kalender 2022 Elfringhauser Schweiz; Foto: Uli Auffermann



Winter



Dorfstraße 21
45527 Hattingen-Holthausen
Tel. 02324 / 935098
www.edeka-winter.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr: 7 - 19 Uhr,
Sa: 7 - 18 Uhr



**Weine direkt vom Winzer Rainer Heil,
Brauneberg an der Mosel.
Exklusiv bei Edeka Winter!**

Weingut
Rainer Heil
Brauneberg/Mosel
WINZER AUS LEIDENSCHAFT

- vegane Weine
- staminarme Weine



Liebe Leser,
 Hilfsbereitschaft hat in diesem Jahr noch einmal besonders an Bedeutung gewonnen. Gerade nach dem Starkregen waren Einsatzbereitschaft und Teamwork gefragt. Auch jetzt haben viele Menschen noch mit den Folgen zu kämpfen. Dessen ist sich auch das Team von der Rosen- und Friedrichapotheke bewusst. Es spendete nun für die Hilfe für Flutopfer – lesen Sie mehr auf Seite 6.
 Wichtig ist es nun, positiv in die Zukunft zu blicken und das Klima noch besser im Auge zu haben. Das denkt sich auch die Stadt Sprockhövel und veranstaltete mit dem Escapespiel „Klima Experts“ ein interaktives Kennenlernen von Klimaberufen für Kinder – schließlich werden sie in Zukunft diese besonders wichtigen Berufe besetzen.
 Apropos Kinder. Die Kinder der GGS Börgersbruch können sich seit neuestem über ihre neue Schulhofbemalung freuen. Bewegungsspiele auf dem Schulhof animieren die Kinder zu mehr Bewegung und sorgen für mehr Ausgeglichenheit. Aber während sich diese Kinder über Bildung und Spiele freuen können, gibt es immer noch genug Kinder, denen diese Freuden leider verwehrt bleiben. Gut, dass auch sie nicht in Vergessenheit geraten. Über wichtige Aktionen, wie die Unterstützung des Kinderhospizes Burgholz und die Aktion „Weihnachten im Schuhkarton“ lesen Sie ebenfalls in dieser Ausgabe. Außerdem interessant: Förderkreis vom Matthias-Claudius-Haus wird 25 Jahre alt und das EvK Hattingen hilft Parkinson-Patient mit einzigartigem Therapiekonzept.

Ihre Image-Redaktion

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 25.11.2021
 Anzeigenschluss: Mittwoch, 10.11.2021

LWL-Industriemuseum
 Westfälisches Landesmuseum für Industriekultur



Henrichshütte Hattingen

Ins Bild gesetzt
 Karl-Heinz Kämmer
 Werksfotograf der Henrichshütte

Ausstellung | Exhibition 1.10.2021 - 20.02.2022

henrichshuette-hattingen.lwl.org

LWL
 Für die Menschen.
 Für Westfalen-Lippe.

Image verlost
 3 x 2 Freikarten!



Shakys Elvis Show

Ab 20 Uhr wollen erstklassige Elvis-Tribute-Interpreten, Shaky Everett und Oliver Steinhoff, das Wittener Publikum begeistern. Shaky Everett gilt als Nummer eins in Deutschland, wenn es um Interpretationen von Songs des jungen Elvis geht. Oliver Steinhoff, Multiawarded Elvis Tribute Artist, der unzählige Preise als Elvis weltweit gewonnen hat und bisher der einzige deutschsprachige Elvis-Darsteller der beim Ultimate ETA Contest (Weltmeisterschaft) in Memphis Top 10 Finalist war.

Gewinnspiel

Das Image-Magazin verlost 3 x 2 Freikarten! Und so geht's: Schicken Sie das Stichwort „Shakys Elvis Show“ und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Wasserbank 9, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an **gewinnspiel@image-witten.de**. **Einsendeschluss** ist der 5.11.2021. Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des Image-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist immer ausgeschlossen. Die Gewinner der Freikarten werden per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt und können die Karten dann am Veranstaltungsabend an der Saalbaukasse abholen.



39. Komponistenporträt Franz Schubert (1797-1828)

Sa., 13. November, 17 Uhr
 „Zwiebelturmkirche“ Niedersprockhövel

„Klassiker der Romantik“ oder „Romantiker der Klassik“ Ein unvergleichlicher Liedvertoner

Catharina Jansen, Sopran; Dietmar Steegborn, Klavier
 Hattinger Vokalensemble
Leitung und Referentin: Lore Goes
Eintritt: 10 €, Schüler und Studenten 7 €
Vorverkaufsstellen:
 Hattinger Musikinstrumentenruhe,
 Emschestraße 44, Tel. 02324/27814
 Der Buchladen Sprockhövel, Hauptstraße 34, Tel. 02324/6866555
Info:
vhs Volkshochschule Hattingen
 Marktplatz 4, Tel. 02324/2043512
 und bei Lore Goes, Tel. 02324/31493
 goeslore@gmail.com

Weiterer Termin:
 Sa., 20. Nov., 17 Uhr
 Ev. Kirche Hattingen Winz-Baak,
 Schützenstraße



Ein Beatle in Sprockhövel

Hommage an John Lennon – in Wort und Ton

Freitag, 29.10., 19 Uhr
 Ev. Gemeindehaus am Perthes-Ring 18,
 Sprockhövel

Der Förderverein der Stadtbücherei Sprockhövel LeseZeichen! e.V. organisiert zusammen mit der Stadtbücherei Sprockhövel am Freitag, den 29.10.2021, den Auftritt des Autors, Schauspielers und Musikers Achim Amme zusammen mit dem Musiker und Sänger Volkwin Müller aus Hamburg. Das Programm: Hommage an „JOHN LENNON – All you need is Love“. „All You Need Is Love – Lenkons letzte Jahre“ ist ein bewegender, sehr persönlicher Rückblick auf die Pop-Ikone John Lennon, „ein Programm voller Intensität“ (Rhein Main Presse). Veranstaltungsort ist das Evangelische Gemeindehaus am Perthes-Ring 18 in Niedersprockhövel. Der Einlass startet um 17.30 Uhr, Beginn der Veranstaltung ist 19 Uhr. Es gilt die 3G-Regel (geimpft, genesen, getestet). Vor der Veranstaltung und während der Pause werden Getränke angeboten. Eintrittskarten sind über folgende Vorverkaufsstellen und an der Abendkasse zu beziehen:

- Stadtbücherei in Niedersprockhövel und Hasslinghausen
- Frisör und Bistro Metamorphose, Hauptstraße 2, Niedersprockhövel
- Heissmangel und Wäscherei Monika Brodersen, Hauptstraße 1, Niedersprockhövel
- Der Buchladen, Helga Schulz, Hauptstraße 34, Niedersprockhövel
- Gimbel Heimdekor, Mittelstraße 13, Hasslinghausen

Eintrittspreis: 10 Euro.

Pflege mit Gesicht:
 • freundlich
 • zuverlässig
 • gut beraten

Simone Boecker
 Pflege & Hilfe zu Hause

Bredenscheider Str. 139 • 45527 Hattingen

Ihr persönlicher Pflegedienst für Hattingen und Sprockhövel

- Hilfe bei Pflegebedürftigkeit
- Hilfe und Anleitung bei Demenz
- medizinische Pflege
- hauswirtschaftliche Pflege

Ihr Beratungstelefon: 023 24 / 9 02 35 23 (24 Std. erreichbar)

Weitere Informationen zu dieser und anderen Veranstaltungen erhalten Sie über die Stadtbücherei und den Förderverein LeseZeichen! direkt in den Filialen der Stadtbücherei Sprockhövel in Hasslinghausen und Niedersprockhövel sowie unter der Telefon-Nummer 0151 11868072 und per E-Mail: mk@klenestyle.de. Kontakt: Monika Klene.

Bei schönem Wetter heißen wir Sie auf unserer Außenterrasse herzlich willkommen!

D | K

Zum Dorferweg
 RESTAURANT

Wir begrüßen Sie in unserem traditionsreichen Haus!

Spezialitäten des Hauses:
 Saftige Steakgerichte,
 regionaler Genuss der liebsten Traditionsgerichte
 sowie internationaler Kreationen.

Hauptstraße 16 | 45549 Sprockhövel | ☎ 02324 501310
 Di.-Sa. 12.00-15.00 Uhr & 17.30-24.00 Uhr | So. 12.00-24.00 Uhr | Montag Ruhetag

KÜRBISSTUTEN
 AUS WITTENER KÜRBISSEN
 Von regionalen & Wittener Anbauflächen



Kürbisstuten
 Für unseren Kürbisstuten kommen nur die allerbesten Kürbisse aus regionalem Anbau zum Einsatz. Dabei arbeiten wir jedes Jahr mit über 20 Wittener Kleingärtnern zusammen. Somit entfallen lange Transportwege, dafür punkten die Gewächse umso mehr mit einem hohen Vitalstoff-, Nährstoff und Ballaststoffreichtum. Ein echtes Superfood – nicht nur in Form von Stuten!

Der Kürbis punktet mit:

- Vitamin A, C, E
- Magnesium, Kalium und Zink
- jeder Menge gesunder Ballaststoffe
- besonders aromatischem Geschmack

B
 BACKHAUS
 HEINRICH HELBERT

33. Plattdeutscher Abend

26. November,
19 bis 22.30 Uhr

Der Heimat- und Geschichtsverein e.V. veranstaltet endlich wieder seinen beliebten Plattdeutschen Abend mit Grünkohlessen. Das Team um Hans-Gert Burggräfe verteilt wieder Lustiges, Besinnliches und Musikalisches auf Plattdeutsch.

Da wir nur begrenzte Anzahl Gäste einlassen dürfen, bitten wir in diesem Jahr unbedingt um Anmeldung unter 02324/ 74028.

Wo: Forum der Grundschule Börgersbruch, Dresdnerstr. 43.

Kosten: 14 Euro inklusive Essen

Jahreshauptversammlung

Die Jahreshauptversammlung für 2019 und 2020 wurde zusammen abgehalten. Der formale Schwerpunkt der Jahreshauptversammlung war die Neuwahl des Vorstandes. Gewählt wurden: 1. Vorsitzender – Dr. Klaus Walterscheid; 2. Vorsitzender – Gerhard Koch; 1. Kassiererin – Christina Herrmann; 2. Kassierer – Sven Henkel; 1. Schriftführerin – Iris Zivcevic; 2. Schriftführer – Hartmut Kroll (siehe auch Foto).

Sprockhövel und die Schlacht bei Waterloo

Im Anschluss an die JHV hielt Dr. Dirk Ziesing einen spannenden historischen Vortrag: Von der Verbindung Sprockhövels mit der Schlacht bei Waterloo 1815 erzählt eine Gedenktafel, die früher in der Kirche und heute in der „Heimattube“ des „Heimat- und Geschichtsvereins Sprockhövel“ hängt. Gewidmet ist diese Tafel den Sprockhöveler Mitgliedern des 1. Westfälischen Landwehr-Infanterie-Regiments, das 1815 dabei war, als in der Schlacht bei Waterloo (Belgien) Napoleons Herrschaft in Europa beendet wurde. Dr. Dirk Ziesing verstand es, den Teilnehmern der Jahreshauptversammlung des „Heimat- und Geschichtsvereins“ das historische Geschehen



nahezubringen. Und er verstand es anhand der persönlichen Schicksale der auf der Gedenktafel genannten Personen und ihrer Familien die menschliche Seite der großen Geschichte zu beleuchten. An den Reaktionen der Versammlungsteilnehmer konnte man erkennen, dass viele der Familien heute noch in Sprockhövel bekannt sind. In der „Heimattube“ finden sich weitere Ausstellungsstücke, die interessante Sprockhöveler Geschichten zu erzählen haben. Deshalb freut sich der „Heimat- und Geschichtsverein“ auf Besuchergruppen, die den Wunsch haben, durch die „Heimattube“ geführt zu werden.

Information

Die Sprockhöveler [Extra] Zeit (21. Oktober 2021) entlang der gesamten Hauptstraße in Niedersprockhövel wurde kurzfristig aufgrund der Unwetterwarnungen abgesagt. Die Stadtverwaltung Sprockhövel bittet um Verständnis.

Elektroinstallation • Hausgeräte • Haushaltsartikel • Küchenmodernisierung
Kundendienst
ELEKTRO
SCHÖNEBORN
Hauptstr. 39, 45549 Sprockh.
Tel.: 023 24/9 1957-0, Fax: 023 24/9 1957-29

Der Schulhof erstrahlt in neuem Look!

Die Kinder der GGS Börgersbruch freuen sich über ihre neue Schulhofbemalung! Dank der großzügigen Spende der Sparkassenstiftung der Sparkasse Sprockhövel konnte der Förderverein unter der Leitung von Marcus Gergs dieses Projekt noch in diesem Jahr in die Tat umsetzen. Die neuen Bewegungsspiele werden auch bereits fleißig ge-

nutzt, sogar morgens vor Unterrichtsbeginn hüpfen die Kinder mal eben in die Hölle und in den Himmel oder liefern sich ein Duell beim bunten Europa-Parcours. Die Bewegungsspiele bestehen aus schadstofffreier Thermoplastik und wurden fachmännisch auf den Asphalt aufgebrannt, da dies besonders nachhaltig ist. Marcus Gergs



Feines zum Fest aus der Brennerei Habel

Genießen Sie Ihren Einkauf in historischer Brennerei-Atmosphäre!

Das denkmalgeschützte Kellergewölbe bietet Ihnen über 100 Produkte aus eigener Manufaktur, die vor dem Kauf probiert werden können. Jahrzehntelange Erfahrung, höchste Auszeichnungen und die Liebe zum Detail garantieren Ihnen beste Produkte; zum Verschenken oder für den eigenen Genuss. Ihr Brennerei-Team berät Sie gerne individuell und übernimmt auf Wunsch auch den Flaschenversand für Sie. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 8 – 18.30 Uhr
Sa. 10 – 13 Uhr
durchgehend
Advents-Samstage 10 – 14 Uhr

- Spirituosen
- Weinhandel
- Geschenkkartons
- Feinkost
- Events
- Whisky-Tastings
- Präsentkörbe
- Gutscheine
- Versandservice



Destillerie & Brennerei Heinrich Habel
Grevelsberger Str. 127 • 45549 Sprockhövel • Tel.: 02339 / 9 14 30



Termine

SPROCKIS HORROR RADTOUR
29.10.2021
GLÜCKAUF-TRASSE
VON HÄSSLINGHAUSEN NACH NIEDERSPROCKHÖVEL
TREFFPUNKT: 17:30 UHR
START: 18:00 UHR
ANMELDUNG UNTER: INFO@SYSPROCKHOEVEL.DE

> 29.10.2021: Sprockis Horror Radtour
Die traditionelle Fahrradtour zu Halloween des Stadtmarketing findet in diesem Jahr wieder statt und endet mit einer Open Air Party auf dem Schulhof der Grundschule Börgersbruch. In diesem Jahr freuen wir uns, mit der Unterstützung des Jugendzentrums der Stadt Sprockhövel, des Motorsportclubs Sprockhövel, der ZGS und vieler ehrenamtlicher Helfer wieder eine schöne Horror-Tour mit anschließendem „Horrorempfang“ organisieren zu können.

> 11.11.2021: Martinszug
Auch der Martinszug findet in diesem Jahr wieder statt. Wie früher: mit Musik, Sankt Martin und Pferd und am Baumhof erwartet die Teilnehmer die Martinsgeschichte am Lagerfeuer und etwas Heißes von der TSG. Die Kaufleute der WIS schenken jedem Kind einen Weckmann.

GROßER MARTINSUMZUG
DONNERSTAG, 11.11.2021
17:30 UHR TREFFPUNKT: BUSBAHNHOF NIEDERSPROCKHÖVEL
In diesem Jahr wieder mit Martinsfeuer und Martinsgeschichte.
Die Kaufleute der WIS schenken jedem Kind einen Stutenkerl!



Leben ...
... in den eigenen vier Wänden – bis ins hohe Alter!

Pflegedienst Dahlhaus
Die kompetente Hilfe!

- Wir stehen für:
 - ▶ Verlässliche Einsatzzeiten
 - ▶ Ausgebildete Mitarbeiter
 - ▶ Ausführliche Beratung

Über **25** Jahre
Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!

Hauptstraße 40 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 24/77 333 • www.pflegedienst-dahlhaus.de

Apothekenteam und Bürgerschaft runden auf für die Flutopfer Aktion der Rosen- und Friedrich-Apotheke bringt 1000 Euro für Caritas EN und Theatergruppe

Die Flutkatastrophe Mitte Juli hat auch in Sprockhövel und Hattingen Opfer hinterlassen. Menschen, die ihr Hab und Gut verloren haben oder die viele Zerstörungen liebgeordneter Dinge hinnehmen mussten. Die Rosen- und die Friedrich-Apotheke beschlossen zu helfen und stellten eine Spendenbüchse bereit unter dem Motto „Aufunden für die Flutopfer“. Viele Kunden nutzten diese Möglichkeit, manche gaben sogar zusätzliche Spenden und zum Ende der Aktion rundete Apotheker Michael Mahl, Eigentümer der Rosen- und Friedrich-Apotheke die Spenden auf eine glatte Summe auf.

Über 1000 Euro konnten sich jetzt die Caritas Ennepe-Ruhr und die Theatergruppe Schnick-Schnack freuen. Die Caritas erhielt 700 Euro, die Theatergruppe 300 Euro.

Caritas hilft Flutopfern

Caritasdirektor Dominik Spanke erzählt von den Hilfen für die Flutopfer im Ennepe-Ruhr-Kreis. Mitarbeiter der Caritas seien unterwegs gewesen und hätten viele bewegende Geschichten gehört. „Wir haben dann immer geschaut, wie wir helfen können, und haben bereits über 80.000 Euro an die Flutopfer verteilt.“ Auch die Spende der 700 Euro wird in diesen Hilfspfand gehen. „In der Regel haben wir geschaut, dass die Menschen je nach Bedürftigkeit zwischen 500 und 2000 Euro Soforthilfe erhalten haben. Im vom Hochwasser stark betroffenen Freizeitdomizil Ruhrtal in Hattingen mit Campingplatz und zahlreichen Bewohnern, die hier seit Jahren mit Erstwohnsitz leben, hilft die Caritas auch mit Beratung. Als weitere Hilfestellung unterstützt die Caritas Ennepe-Ruhr bei der Antragstellung Wiederaufbau Nordrhein-Westfalen. Die Beantragung ist ziemlich kompliziert und aufwändig. Speziell auf dem Cam-



Freuen sich über die gelungene Spendenaktion für Flutopfer in der Heimat (v.l.) hinten PTA Andrea Schwager, Rosen-Apotheke, und Dominik Spanke, Direktor der Caritas Ennepe-Ruhr, vorne Meikel Gerhartz von der Theatergruppe Schnick-Schnack mit Apothekerin Dr. Kirsten Lennecke, Rosen-Apotheke. Die Spendenaktion fand gemeinsam mit der Friedrich-Apotheke statt. Foto: Pielorz

pingplatz Freizeitdomizil Ruhrtal ist vom Fluthilfe-Team kurzfristig eine Infrastruktur aufgebaut worden. Hier bieten wir Hilfe und Beratung.“ Viele Menschen, so Spanke, seien verzweifelt und hätten das Bedürfnis zu reden. „Unsere Mitarbeiter haben ein offenes Ohr und bekommen wirklich viel zu hören.“

Verlust von Requisiten

Getroffen von der Flutkatastrophe auf eine ganz andere Art ist die Theatergruppe Schnick-Schnack, die seit vielen Jahren aus dem kulturellen Leben von Sprockhövel nicht wegzudenken ist. Meikel Gerhartz erzählt von der verhängnisvollen Nacht im Juli: „Wir hätten wie so viele andere auch niemals gedacht, dass es so schlimm kommen würde. Wir hatten Theaterrequisiten und Technik in einem Lager im Hammertal gelagert und Ute Dessel aus der Theatergruppe hatte so ein Gefühl, besser mal nachzusehen, weil der Pleßbach in unmittelbarer Nähe verläuft. So konnten wir zumindest die Technik noch retten, aber irgendwann mussten wir aufgeben. Kostüme und Bühnendekoration vieler Stücke sind einfach verloren gegangen. Sieben Container haben wir gefüllt und was noch gut erhalten ist, das lagert jetzt bei verschiedenen Theatermitgliedern. Ein neues Lager haben wir nicht und das alte ist nicht mehr zu gebrauchen. Deshalb freuen wir uns sehr über die Spende. Immerhin konnten wir im letzten Jahr aufgrund der Corona-Pandemie auch nicht auftreten und keine Einnahmen erzielen. Und dann jetzt noch die Flutkatastrophe! Ich will aber auch ausdrücklich sagen, dass viele Menschen natürlich noch viel mehr verloren haben als wir. Es ist einfach schlimm.“ Auf dem Kulturwochenende im Freibad habe man erstmals wieder gespielt und danach auch im Gemeindehaus. „Aber natürlich nicht vor einem vollen Saal. Wir setzen auf die 3G-Regel, merken aber auch, dass viele Menschen die früher gewohnte Enge in den Räumen nicht mehr mögen oder zumindest im Moment nicht leben wollen.“

Die Spende wird jedenfalls für Kostüme und Requisite genutzt. „Wir wollen im Januar mit dem Räuber Hotzenplotz eine Wiederaufnahme beginnen. Eine Neuinszenierung eines Stückes können wir uns einfach im Moment finanziell nicht leisten.“ anja

Helfer in der Not

Ergotherapie und Physiotherapie – Unterschiede und Gemeinsamkeiten



Meistens trifft es einen unvorbereitet – ein Schlaganfall, ein Unfall oder eine plötzliche neurologische Krankheit. Das Leben wird auf den Kopf gestellt. Doch um die verlorenen Fähigkeiten schnellstmöglich wiederzuerlangen oder die typischen Bewegungsabläufe des alltäglichen Lebens zu erhalten, gibt es verschiedene Therapieformen, die dabei helfen. Hier werden nun einmal die Unterschiede und Gemeinsamkeiten von Ergotherapie und Physiotherapie unter die

Lupe genommen. Grundsätzlich unterscheiden sich die beiden Therapieformen in der Herangehensweise und Zielsetzung. Beide Formen sollen dem Patienten dabei helfen den Alltag wieder besser bewältigen zu können. Die Anwendungsbereiche überschneiden sich dabei häufig. Dabei legt die Physiotherapie (Physio = natürlich) den Fokus auf die natürliche Funktionsfähigkeit des Körpers, die Ergotherapie (Ergo = Handlung) ist dabei eher handlungsorientiert.

Ergotherapie

Die Behandlungsmethoden der Ergotherapie sind so vielfältig und individuell wie ihre Patienten. Anwendung findet sie zum Beispiel in der Kinderheilkunde bei Entwicklungsstörungen, in der Neurologie, der Rheumatologie, zur Behandlung von alltagsbedingten Einschränkungen oder bei psychischen Erkrankungen. So beschäftigt sie sich ebenfalls mit psychischen und kognitiven Themen und bietet zum Beispiel Gedächtnis- und Konzentrationstraining. Betroffene lernen aber auch sich auf Ihre Emotionen einzulassen und soziale Fähigkeiten zu stärken. Ergotherapie soll die Lebensqualität des Betroffenen verbessern und ihm helfen ein selbständiges Leben führen zu können. Dabei wird sich auf konkrete Handlungsabläufe, wie das Waschen, Anziehen oder Kochen, konzentriert. Dem Patienten soll es ermöglicht werden wieder normal am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können.

Physiotherapie

Physiotherapie soll die natürlichen (Bewegungs-) Funktionen des Körpers wiederherstellen, verbessern oder erhalten. Die Mobilität des Körpers ist dabei ein wichtiger Aspekt. Neben der Krankengymnastik umfasst die Physiotherapie auch Massagen und natürliche physikalische Reize, wie Wärme, Kälte oder Druck. Dem Patienten soll ein schmerz-

Müttercafé Mbambini startet

Das Müttercafé Mbambini der Caritas Ennepe-Ruhr geht wieder an den Start. Interessierte Schwangere und Mütter mit Kindern im Alter bis zu zwei Jahren können sich jetzt bei Caritas-Mitarbeiterin Yvonne Hahn melden: Tel. 02324/5699050 oder per Mail kinderundjugendhilfe@caritas-en.de Im Müttercafé Mbambini können sich die Frauen beim Frühstück miteinander austauschen, während ihre Kinder in der gleichen Zeit miteinander spielen. Die Treffen sind jeden Mittwoch an der Bahnhofstraße 23 in Hattingen und jeden Freitag an der Von-Galen-Straße 7 in Niedersprockhövel. Neben dem Austausch untereinander können vor Ort Fragen zu Themen rund um Schwangerschaft, Stillen, Beikost, Kindersicherheit im Haushalt, etc. besprochen werden. Bei Bedarf kann das Caritas-Team Hebammen, Trageberaterin oder andere Fachkräfte zu den Frühstückstreffen einladen.

Physiotherapie Vanderborcht

Was ist Ihnen Ihre
Gesundheit wert?

Investieren Sie in Lebensqualität!

Als älteste und größte, unabhängige Praxis im Ennepe-ruhrkreis sind wir Ihr kompetenter Ansprechpartner für Physiotherapie, Prävention und Gesundheit.

Wir bieten alle Therapieformen wie z.B.

Manuelle Therapie
Bobath
Physiotherapie/Krankengymnastik
Gerätegestützte Krankengymnastik
Atemtherapie
PNF, CMD und viele mehr ...



Rufen Sie uns an und
informieren Sie sich!

Tel.: 02324/ 74351
www.vanderborcht.de
Alte Bergstr. 2 | 45549 Sprockhövel

freies Leben ermöglicht werden. Der Therapeut arbeitet dabei mit individuell auf den Patienten abgestimmten Übungen zur Stärkung und Belastbarkeit der betroffenen Regionen, sowie fürs Gleichgewicht und für die Körperwahrnehmung. Diese Übungen sollen auch zuhause von dem Patienten wiederholt werden.

Die Therapieformen haben häufig die gleichen Anwendungsbereiche. Dabei wird mit verschiedenen Herangehensweisen gearbeitet, außerdem ergänzen sich die Therapieansätze in manchen Behandlungskonzepten wie unter anderem der Bobath-Therapie. Diese spezielle Therapieform richtet sich an Patienten mit Schäden am Nervensystem, die zum Beispiel durch einen Schlaganfall, Multipler Sklerose oder eine Querschnittslähmung entstanden sind. Die Physiotherapie hilft zum Beispiel die Mobilität und das Gleichgewicht der Patienten wiederherzustellen, die Ergotherapie greift dies auf und hilft dem Patienten zu lernen, wie er diese Mobilität einsetzen kann. Natürliche Körperfunktionen werden so also wiederhergestellt, damit Alltagssituationen wieder bewältigt werden können. Auch weitere Therapieformen wie die Logopädie oder Neuropsychologie können zur Genesung beitragen.





Rosen Apotheke

Gesund in Sprockhövel

**Hauptstr. 37
45549 Sprockhövel
T. 02324 73021
F. 02324 77238
info@rosen-apotheke-sprockhoevel.de**

**Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 8.00 – 18.30 Uhr
Samstag 8.30 – 14.00 Uhr**

Friedrich Apotheke

Gesund in Sprockhövel

**Hattinger Str. 20 – 22
45549 Sprockhövel
T. 02324 97020
F. 02324 979220
info@friedrich-apotheke-sprockhoevel.de**

**Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 8.00 – 18.30 Uhr**

Inhaber
Apotheker M. Mahl e.K.

Förderkreis vom Matthias-Claudius-Haus wird 25 Jahre alt „Lebenswert in guten Händen“ - das ist der Leitspruch vom 1996 gegründeten Unterstützerverein

Damit hat 1996 wohl kaum jemand gerechnet, als der gemeinnützige Förderkreis zur Unterstützung verschiedenster Aktionen in der Senioren-Pflegeeinrichtung Matthias-Claudius-Haus (MCH) am Perthesring aus der Taufe gehoben wurde: 2021 schaut der Verein jetzt auf 25 Jahre im Dienst der guten Sache zurück – und hofft mehr denn je auf neue Mitstreiterinnen und Mitstreiter bei der Vorstandarbeit, damit es weitergehen kann! Ohne ihn gäbe es den Förderkreis wahrscheinlich nicht: Walter Feldmann hat damals die Vereinsgründung in die Wege geleitet und damit eine richtig kluge Entscheidung mit Blick in die Zukunft getroffen: Mit dem erklärten Ziel, als Förderkreis Aktionen und Neuanschaffungen zu finanzieren, die vom Evangelischen Pertheswerk als Träger der Einrichtung in Niedersprockhövel nicht übernommen werden können, hat der Verein im Laufe der Jahre viele Spender und Sponsoren für Projekte gewinnen können.

Wer will mitmachen?

Absolutes Highlight: Der Förderkreis hat durch das jahrelange Engagement seines aktuellen Vorstandes die Neuanschaffung eines neuen Heimbusses für rund 40.000 Euro ermöglicht – als Transporter ist er mit einer Rampe für Rollstühle ausgestattet. „Seit 2012 haben wir uns immer wieder für die Finanzierung des Fahrzeugs stark gemacht und dabei viele Spender und Sponsoren für uns gewinnen können“, erklärt Vorsitzende Rita Gehner, die gemeinsam mit Jochen Determann (Stellvertreter), Peter Rust (Kassierer) und Isa Zinkler (stellv. Kassierer) seinerzeit „diverse Türklinken geputzt hat“, um gerade auch bei Unternehmen vor Ort für die finanzielle Unterstützung zu werben. Unterstützt wird der aktuelle Vorstand in Schriftsachen und Öffentlichkeitsarbeit von dem Journalisten und Schriftsteller Stefan Melneczuk sowie Erika Schüler. Das wiederum sorgt auch im Rückblick für ein großes Dan-



Suchen neue und gerne jüngere Mitstreiter (v.l.) Isa Zinkler, stellv. Kassierer, Jochen Determann (stellv. Vorsitzender, Erika Schüler (stellv. Schriftführerin) und Vorsitzende Rita Gehner vor dem vom Förderkreis gestifteten Flügel. Foto: Pielorz

keschön von Andrea Flessa, die die 1983 gegründete Einrichtung heute leitet: „Die Arbeit des Förderkreises ist für uns bis heute überaus wertvoll. Wir hoffen natürlich auch, dass es nach der Pandemie so weitergehen und der Verein mit zusätzlichen Mitgliedern auch im Vorstand fortbestehen kann.“

Ob bei vielen Ausflügen mit den Seniorinnen und Senioren aus dem MCH in die Region, bei der Unterstützung des beliebten Sommerfests oder auch bei der regelmäßigen Durchführung des „Kulturherbstes“ mit Lesungen, Konzerten und Aufführungen: Finanzielle Unterstützung hat der Förderkreis im Laufe seiner 25 Jahre immer wieder bekommen. Die Sparkassen-Stiftung, die Mitgliederstiftung Volksbank, die Dr. Albrecht Gräfer-Stiftung, der Lionsclub Herbede-Sprockhövel, FORD Garz, AVU, Rosenapotheke und auch die Perthes-Stiftung in Münster sowie Wicke aus Bochum leisteten immer wieder wertvolle Hilfe.

Ein Highlight jüngster Zeit ist die Anschaffung eines neuen Schimmel-Flügels. Der alte, der noch im Haus benutzt wurde, stammte aus dem Jahre 1976. Dieser gebrauchte, neue Flügel für 12.000 Euro wurde im Januar 2020 angeliefert. Eine feierliche Übergabe konnte leider aufgrund der Corona-Pandemie nicht durch-

geführt werden. „Das wollen wir aber nachholen“, sagt Rita Gehner. Zum letzten Weihnachtsfest schenkte der Förderkreis allen Mitarbeitenden des Hauses ein personalisiertes Buntes Verdienstkreuz für ihre besonderen Verdienste in Coronazeiten. Es waren über 70 Verdienstkreuze, die als Zeichen der Anerkennung vergeben wurden.

Jetzt stand im Oktober das Projekt Mobile Werkzeugkiste im Matthias-Claudius-Haus an. Bewohner und Bewohnerinnen haben im Februar 2020 einen Holzkalender und eine Buchstütze

mit dem Schreinermeister Tobias Marquardt gezimmert. Nun geht das Projekt in die nächste Runde. Eine finanzielle Unterstützung gibt es dabei von der Mitgliederstiftung der Volksbank sowie aus den Mitgliedsbeiträgen des Förderkreises, der aktuell aus 47 Mitgliedern besteht. Die Anzahl darf sich gerne erhöhen. Genauso wichtig ist es aber, den Vorstand zu verjüngen und neue Gesichter mit kreativen Ideen zu gewinnen.

Wer mitmachen will: Kontakt per Mail unter rita.gehner@t-online.de anja



Tobias Marquardt (rechts im Bild) erklärt einem Bewohner der Altenhilfeeinrichtung und Volksbank-Marketingchef Thomas Alexander, wie an der Mobilien Werkbank gearbeitet wird. Die Volksbank unterstützt das Projekt. Der gelernte Schreinermeister Tobias Marquardt bietet die „Mobile Werkbank“ in verschiedenen Einrichtungen an, weil das Konzept gut ankommt. Im letzten Jahr bremste die Corona-Pandemie die schon vereinbarten Termine leider aus, doch jetzt soll es weitergehen. Foto: Pielorz

Wandkalender mit Zwiebelturmkirchenmotiven Gereinigte Original-Dachschindeln mit Zertifikat



Kalender Motiv Mai

Die Sanierung der denkmalgeschützten Zwiebelturmkirche bleibt Aufgabe und Sorgenkind der Evangelischen Kirchengemeinde Bredenscheid-Sprockhövel. Der Kirchturm wurde bereits restauriert und neu verschiefert, im Jahr 2022 folgt das Kirchenschiff mit Dach und Dachstuhl. Diese beiden Maßnahmen kosten bereits über 1,2 Millionen Euro.

Danach steht die Sanierung der Außenfassade an: Diese muss komplett verfugt und bröckelnde Steine ausgebessert oder ersetzt werden. So lange bleibt ein Bauzaun am Kirchturm, um die Verkehrssicherheit zu wahren. Und schließlich erfolgt die Innen-sanierung. Die Fassadensanierung und die Innensanierung sind jedoch erst möglich, wenn der Kirchengemeinde genug Geld zur Verfügung steht; trotz eines erfreulich

hohen Spendenaufkommens von über 400.000 Euro fehlen immer noch ca. 1 Million Euro. Der Fundraisingausschuss der Kirchengemeinde entwickelt daher ständig neue Ideen, um die Bedeutung der Kirche als Wahrzeichen Sprockhövels und Gottesdienststätte ins Bewusstsein zu rücken und weitere Einnahmen zu erzielen. In diesem Zusammenhang stehen die beiden folgenden Angebote.

Wandkalender 2022

In der 1. Novemberwoche erscheint ein großformatiger Wandkalender für 2022 mit den schönsten Motiven von der Kirche und Kirchturmsanierung. Damit beauftragt wurde der Graphiker Ralph Tews, der auch das Logo der Kirchengemeinde entwickelt hat. Der Kalender ist über das Gemeindebüro Perthes-Ring 18, die

Buchhandlung Schulz, die Kreativothek und den Heimat- und Geschichtsverein erhältlich. Mit Kosten von 29 Euro je Kalender kann er auch preislich mit gängigen Wandkalendern verschiedener Verlage konkurrieren, jedoch mit Lokalkolorit und für einen guten Zweck. Das ideale Weihnachtsgeschenk!

Dachschindel mit Zertifikat

Ebenfalls ein besonders Geschenk sind alte gereinigte Dachschindeln vom Zwiebelturm mit Echtheitszertifikat, die sich je nach Größe sogar als Frühstücksbrettchen eignen. Diese können für je 15 Euro über das Gemeindebüro oder die Kreativothek bezogen werden. Die Kreativothek bietet außerdem gegen Aufpreis eine individuelle Gravur an. Wie wäre es etwa mit dem Taufvers oder Konfirmationspruch des oder der Beschenkten?



Kalender Motiv April



Kalender Motiv Januar



Kalender Motiv März



Kalender Motiv Titelblatt



Dachschindel mit Zertifikat

Die Zwiebelturmkirche

wurde **1785** auf den Fundamenten der alten und baufälligen Kirche St. Januarius, die auf das **elfte Jahrhundert** zurückgeht, gebaut. Erforderlich wurde dazu ein Darlehen bei den Gemeindegliedern und ein Spendengesuch bei Friedrich dem Großen, und zunächst wurde der Turm mit einem flachen Pyramidendach abgedeckt. Der Zwiebelturm konnte erst gut **100 Jahre später**

verwirklicht werden. In den Eingangsbereich der Zwiebelturmkirche eingemauert sind die fast **1000 Jahre** alten Schlusssteine der früheren Kirche St. Januarius, die der benachbarten katholischen Kirchengemeinde ihren Namen gegeben hat. Das zweitälteste Geschichtsdokument der Stadt, die Glocke "Romanus" von **1527**, ist im Kirchenschiff aufgestellt. Mit den beiden Emporen und dem großen Kirchenschiff, von dem aus der Blick auf den Altar, die Kanzel und das

Orgelwerk mit ihren **1646 Pfeifen** gerichtet ist, bietet die Zwiebelturmkirche Platz für ca. 600 Menschen.

Wer die Zwiebelturmkirche besichtigen möchte, hat dazu in der Regel am Wochenende Gelegenheit: jeden Freitagnachmittag von 15.00 bis 17.00 Uhr und Samstagmorgen von 10.00 bis 13.00 Uhr, einmal monatlich verbunden mit dem Angebot der Kirchturmführung.

SommerLeseClub 2021



(v.l.): Anna Sichelschmidt, Jasmin Arnold, Gabriele Kumpmann (Stadtbücherei Sprockhövel)
Foto: Stadt Sprockhövel

„Wir lesen und feiern Geschichten trotzdem!“ – gemäß diesem Motto fand trotz der Corona-Pandemie wieder der Sommerleseclub in der Stadtbücherei Sprockhövel statt.

Mit einem Anmelderekord von knapp 60 Kindern ging es in den Sommerferien darum, mindestens drei Bücher zu lesen oder Geschichten zu hören, dies im Lese-Logbuch zu notieren und dafür einen Stempel zu erhalten. Das Gelesene und Gehörte konnte darüber hinaus künstlerisch umgesetzt werden: Das Team der Bücherei bekam bunte Bilder, selbst erstellte Kreuzworträtsel, eigene Rezensionen, Fotos aus dem (Lese)Urlaub und vieles mehr. Aufgrund der Pandemiesituation wurde dieses Jahr auf eine Abschlussveranstaltung verzichtet. Stattdessen wurde für alle Teilnehmenden der rote Teppich ausgerollt – an dessen Ende wartete eine Urkunde für die tolle Leseleistung in einer prall gefüllten und individuell zusammengestellten Überraschungstüte. An dieser Stelle bedankt sich die Stadtbücherei herzlich bei den Sponsoren der KUHBAR Sprockhövel und Rewe Lenk. Gefördert und unterstützt wurde der Sommerleseclub 2021 zudem wieder vom Kulturreferat NRW Gütersloh und dem Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes NRW, der Volksbank Sprockhövel und dem Förderverein der Stadtbücherei LeseZeichen! e.V.

Insgesamt lasen die Teilnehmenden 355 Bücher mit stolzen 52.378 Seiten und hörten 67 Geschichten von insgesamt 8007 Minuten Länge – dies entspricht fast 133,5 Stunden.

5. November
16.30 Uhr
Sporthalle

Zu Gast in Sri Lanka / Tamil Eelam

„Die Farben meiner Heimat“

Mit der Veranstaltungsreihe „Die Farben meiner Heimat...“ stellt die Stadt regelmäßig ausgewählte Länder vor. Dabei geht es um landesspezifische bzw. kulturspezifische Informationen und Besonderheiten, wie beispielsweise Literatur, Kunst, Musik aber auch kulinarische Spezialitäten. Die Reihe wird gemeinsam mit Geflüchteten und Migrantinnen und Migranten aus den jeweils präsentierten Ländern organisiert, die in Sprockhövel und Umgebung leben. Seit 2016 waren zahlreiche Sprockhövelerinnen und Sprockhöveler bereits „zu Gast in“ den Länderabenden zu Afghanistan, Iran, Ghana, Eritrea und der Mongolei.

Am Freitag, den 5. November 2021 ist es wieder soweit: Ein neuer Länderkulturband findet statt. Sprockhövel zu Gast in Sri Lanka / Tamil Eelam“ findet in Kooperation mit „Tamilalayam Hasslinghausen e. V.“ um 16.30 Uhr in Haßlinghausen, im Vorraum der Sporthalle, Geschwister-Scholl-Str. 12 statt. Um die bestmögliche Sicherheit aller Teilnehmenden garantieren zu können, werden bei der Durchführung der Veranstaltungen die Hygieneanforderungen der aktuellen Corona-Schutzverordnung eingehalten. Jeder ist herzlich willkommen. Die Veranstaltung ist kostenlos.

Kinder- und Jugendparlament



Foto: Bigstock

Die Einrichtung eines Kinder- und Jugendparlaments wurde vom Rat der Stadt beschlossen. Im Rahmen des Ausbaus der Bürgerbeteiligung sollen insbesondere Kinder und Jugendliche die Möglichkeit bekommen, aktiv an der kind- und jugendgerechten Entwicklung Sprockhövels mitzuwirken.

Dieses soll Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ermöglichen, ihre Belange und Anliegen gezielt einzubringen und die Auswirkungen ihres Engagements zu erleben.

„An der zukunftsfähigen Gestaltung unserer Stadt können künftig somit auch die Kinder und Jugendlichen mitwirken. Kinder und Jugendliche bekommen damit eine Stimme. Ich bin schon sehr gespannt und freue mich auf die dort entwickelten Ideen und Vorschläge“, so Bürgermeisterin Sabine Noll.

Kinder und Jugendliche sollen künftig mitreden!

Das Parlament wird aus 16 Kindern und Jugendlichen im Alter von 11 bis 18 Jahren bestehen. Das aktive und passive Wahlrecht besitzen alle Kinder und Jugendlichen, die mit rechtmäßigem Wohnsitz in Sprockhövel gemeldet sind oder eine Sprockhöveler Schule besuchen. Näheres regelt die Wahlordnung. Kinder und Jugendliche, die Interesse an einer Mitarbeit haben oder sich einfach einmal informieren möchten, können sich bei Corinne Romahn melden, Tel. 02339/917-241, E-Mail: romahn@sprockhoevel.de.

Songwriting-Online-Workshop

Die Musikschule bietet einen Songwriting-Online-Workshop für Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren im Rahmen des Kulturrucksacks 2021 an. Anmeldungen sind ab sofort möglich.

Das Projekt wird durch das Land Nordrhein-Westfalen finanziell gefördert. Die Teilnahme ist kostenfrei. In diesem Workshop entwickeln die Teilnehmenden anhand eigener Ideen ein Lied: Die Kinder schreiben Texte und erfinden eigene Melodien. Somit erleben sie sich selbst als Schöpferinnen und Schöpfer von etwas Neuem. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Der Dozent ist der Sänger, Drummer, Komponist und Produzent Martell Beigang. Er hat schon mit vielen Workshops Kinder und Jugendliche begeistert.

Wo kann ich mich anmelden?

Anmeldungen sind online über die Website der Stadt Sprockhövel möglich. Anmeldeformulare sind auch im Büro der Musikschulverwaltung in der Gevelsberger Str. 13, 45549 Sprockhövel erhältlich. Rückfragen an Tel. 02339/917-153 oder via E-Mail an: musikschule@sprockhoevel.de.

Freitag 12. Nov.
alternativ
Donnerstag 18. Nov.
jeweils 16 bis 18 Uhr

Haßlinghauser Adventszeit

26. November
entlang der
Mittelstraße

Am Freitag, den 26. November 2021 findet die Haßlinghauser Adventszeit entlang der gesamten Mittelstraße statt.

Die Aktion wurde von der Wirtschaftsförderung der Stadt Sprockhövel ins Leben gerufen, um den lokalen Einzelhandel und die Gastronomie in Haßlinghausen zu unterstützen. Insgesamt 22 Akteurinnen und Akteure sind dabei und haben verschiedenste Aktionen geplant. Auch Marktstände stehen entlang der gesamten Mittelstraße: Es gibt Weihnachtsgebäck, Glühwein, Flammkuchen, Suppen uvm. Der Shanty Chor tritt auf und sorgt für die musikalische Unterstützung. Die Haßlinghauser Adventszeit endet um 21 Uhr.



Escapespiel „Klima Experts“

Klimaschutzmaßnahmen wie der Bau einer Photovoltaik- oder Windkraftanlage sollen in der Bundesrepublik massiv ausgebaut werden, um die gesetzten Klimaziele zu erreichen. Für die Errichtung solcher Anlagen bedarf es einer Reihe interessanter Berufe, die in Zukunft zu besetzen sind. Um Jugendlichen diese näherzubringen, hat die Stadt Sprockhövel im Jugendzentrum Haßlinghausen gemeinsam mit der Energie Agentur NRW ein Escapespiel mit vielen spannenden und interaktiven Rätselspielen angeboten.

Im Jugendzentrum haben sich elf Jugendliche im Alter von elf und zwölf Jahren eingefunden, um mehr über Klimaberufe zu erfahren. Dies geschah aber nicht nur in einem Vortrag, sondern war interaktiv mit vielen Rätseln in einer Art „Escapespiel“ verbunden. Die Referentin Frau Hildegard Boisserée-Frühbuss von Energie Job NRW der Energie Agentur NRW ist mit großen Koffern voller Rätseln angereist. Die Jugendlichen haben in einer kurzen Einführung durch Frau Boisserée ihr Wissen bereits gezeigt. Danach ging es in Kleingruppen darum, die einzelnen Rätsel zu lösen und das nächste Schloss zu knacken.

Die Jugendlichen hatten insgesamt sieben verschlossene Säcke, mit verschiedenen Berufen. Von einem Solarinstallateur bis zum Dachdecker war alles vertreten. In einem Rätsel mussten beispielsweise geeignete Häuser für Solaranlagen auf einer Karte gefunden werden. Dabei fiel einem Jungen auf, „auch auf Parkplätzen können Solaranlagen gebaut werden“ und zeigte stolz auf die Fläche. Am Ende jedes Rätsels sollte ein Zahlencode den nächsten Sack öffnen. Zum Schluss der Veranstaltung meldeten die Jugendlichen, dass die „Zeit schnell vergangen sei“ und „dass es Spaß gemacht hat.“

Die Klimaschutzmanagerin Ioanna Ioannidou freut sich über das positive Feedback der Teilnehmenden: „Dass sich elf Jugendliche in ihren Ferien freiwillig zu dieser Veranstaltung angemeldet haben, finde ich toll und hoffe, dass es nicht das letzte Mal sein wird.“

Vitamin D – Wissenswertes

Vitamin D zählt zu den fettlöslichen Vitaminen und kann im Körper mithilfe von Sonnenlicht zu einem großen Teil selbst aufgebaut werden.

Die bekannteste Funktion von Vitamin D ist die Beteiligung am Knochenstoffwechsel. So fördert Vitamin D unter anderem die Aufnahme von Calcium aus dem Darm, sowie den Einbau in die Knochen. Auch beim Muskelstoffwechsel und der Infektabwehr ist Vitamin D mit eingebunden.

Möchten Sie weitere Informationen zu Vitamin D?

Das freundliche und kompetente Team der Glückauf Apotheke berät Sie gerne.

Genießen Sie die Vielfalt an frischen Braten.



Damian Sociera

Rathausplatz 10
45549 Sprockhövel

REWE
Lenk
Besser einkaufen. Seit 1960



Hildegard Boisserée-Frühbuss von Energie Job NRW mit zwei Teilnehmenden des Escapespiels.
Foto: Stadt Sprockhövel

 **GLÜCKAUF APOTHEKE**

Malte Kehrmann

Mittelstraße 11

45549 Sprockhövel

Tel.: 0 23 39/23 29

Vitamin D-Messung
vom 08.11. bis 13.11.2021
in der Glückauf Apotheke.

Vereinbaren Sie einen Termin!
Die Messung kostet 10 Euro
inkl. einer umfangreichen Beratung.





Scheffler Mobilität
 Individuelle Fahrzeugoptimierung für Menschen mit Beeinträchtigung.
 Kreisstr. 23
 45525 Hattingen
 Tel.: 02324 904470
 info@scheffler-mobilitaet.de
 www.scheffler-mobilitaet.de

Weihnachten im Schuhkarton

Jedes Kind zählt. Jedes Kind ist geliebt.
 Jedes Kind verdient Wertschätzung.

Die Geschenkaktion „Weihnachten im Schuhkarton 2021“ ist in die aktuelle Saison gestartet: Wir laden Sie ein, machen Sie mit, Geschenkpakete zu füllen mit neuen Geschenken für Kinder in den Altersgruppen zwei bis vier, fünf bis neun oder zehn bis 14. Empfohlen wird eine Mischung aus Kleidung, Spielsachen, Schulmaterialien, Hygieneartikeln und Süßigkeiten. Wer keinen Schuhkarton zur Hand hat, kann den vorgefertigte Geschenkbox, die box to go, bei uns abholen.



Radfahrer zu Gast auf dem Gehweg

Neue Verkehrszeichen an der Mittel- und der Hauptstraße

Neue Beschilderungen für die Gehwege sind angebracht. Der Fachbereich Sicherheit und Ordnung informiert darüber, dass sich daraus keine Benutzungspflicht für den Radfahrer ergibt.

Fußgänger haben absoluten Vorrang vor dem Radverkehr – heißt: Radfahrer haben auf die Fußgänger Rücksicht zu nehmen und dürfen diese weder gefährden noch behindern. Im Bedarfsfall muss der Radfahrer warten und er darf nur mit Schrittgeschwindigkeit (bis circa 7 km/h) fahren. Dass man sich auf dem Rad nicht fordernd den Verkehrsraum freiklingelt, sondern als rücksichtsvoller Gast bei Bedarf freundlich um Durchlass bittet, sollte damit eine Selbstverständlichkeit sein.

Die gemeinsame Nutzung der Bürgersteige ist ein Kompromiss, da kein baulich abgetrennter Radweg in der derzeitigen Ausgestaltung der Hauptverkehrsstraßen angelegt werden kann.

Während in Haßlinghausen die Freigabe des nördlichen Gehwegs für Radfahrer zur Erprobung für ein Jahr angeordnet wurde, gilt das für Niedersprockhövel nicht. Dort existiert in der Hauptstraße auf den Gehwegen bereits seit Jahren ein angelegter Radweg in der Pflasterung. Dieser hat allerdings keine rechtliche Bedeutung und entspricht nicht mehr dem heutigen Standard. Um die Rechtslage eindeutig zu gestalten, hat die Straßenverkehrsbehörde der Stadt die Beschilderung „Gehweg mit Radverkehr frei“ angeordnet. Damit gilt auch hier: Fußgänger haben Vorrang vor dem Radverkehr.

Auch auf gemeinsamen Geh- und Radwegen ist ein rücksichtsvolles und vorsichtiges Miteinander notwendig, um Konflikte und Gefährdungen zu vermeiden.

Die fertig gefüllten Pakete können dann vom 8. bis 15. November bei Scheffler Mobilität abgegeben werden. „Jedes Päckchen und jede Geldspende sind eine Investition in das Leben von Kindern“, sagt Samaritan's Purse-Vorstand Sylke Busenbender.

Es kommt auf jeden Beitrag an.

Mit dem diesjährigen Motto wollen die Initiatoren deutlich machen, dass es auf jeden einzelnen Beitrag ankommt. „Jedes Päckchen kann eine ganz besondere Geschichte im Leben eines Kindes schreiben“, sagt Sylke Busenbender.

So wie bei Juri, den Mitarbeiter von Samaritan's Purse bei einer Verteilung in Weißrussland kennenlernten. Als Sozialarbeiter den Fünfjährigen in seinem zu Hause fanden, sahen sie, wie er Zigarettenstummel aß. Er hatte nichts Anderes zum Essen gefunden. Er kam zu einer Pflegemutter, die ihm ein liebevolles Heim und warme Mahlzeiten bot.

Schließlich erhielt er zu Weihnachten einen Schuhkarton voller Geschenke. Das Geschenk verdeutlichte ihm Gottes Liebe und erinnerte ihn daran, dass er nicht vergessen ist.

www.weihnachten-im-schuhkarton.org



Apocalypse Now

Die Johannesapokalypse in Wort und Klang

Neu übersetzt von Stefan Alkier und Thomas Paulsen (Frankfurter Neues Testament) vorgetragen von Peter Schröder (Schauspiel Frankfurt) und begleitet von Stefan Alkier (Gitarre)

Apocalypse now: Jetzt mit den Augen des Johannes zuversichtlich sehen, was war und was ist und was sein wird. „Die Johannesapokalypse ist ein Text, den wir alle zu kennen glauben. Die Neuübersetzung von Stefan Alkier und Thomas Paulsen zeigt, wie falsch diese Annahme ist: Durch ihre ganz nah am griechischen Text orientierte, bewusst nicht glättende, sondern herausfordernde und bisweilen verstörende Sprache lädt sie uns ein, einen sperrigen und provozierenden Text neu wahrzunehmen.“ (Dr. Thomas Schmitz, Professor für Gräzistik an der Rheinischen Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn)

Peter Schröder vom Schauspiel Frankfurt verleiht den zum zuversichtlichen Umdenken bewegenden Enthüllungen des Johannes seine Stimme und malt dessen kraftvolle Visionen eindrücklich vor Augen. Stefan Alkier eröffnet Klangräume, die den Stimmungen der gelesenen Texte nachspüren und nachhallen lassen.

14. November,
 17 bis 19 Uhr

Informationen

Es gelten die aktuellen Coronaschutzverordnungen zum Zeitpunkt der Veranstaltung. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

Tickets:

Blumenhaus Frenzel, Egen 27, Sprockhövel
 Wein Noll, Elberfelder Str. 138, Sprockhövel
 Gemeindebüro Haßlinghausen, Gevelsberger Str. 1, Sprockhövel
 Der Buchladen, Hauptstraße 34, Sprockhövel

Veranstaltungsort:

Evangelische Kirche Herzkamp, Elberfelder Str./Barmer Str., Sprockhövel, Kontakt 0202 - 52 88 096; ev.kirche.herzkamp@gmx.de
 Veranstalter Ev. Kirchengemeinde Herzkamp Ansprechpartner/-in: Pfr. Orwin Pfläging, Adresse: Zum Sportplatz 14, 45549 Sprockhövel



Das A und O für einen gesunden Büroalltag ist ein optimierter Arbeitsplatz

Licht: Tageslicht ist das beste Licht, die Sonne darf den Bildschirmnutzer aber nicht blenden. Deckenleuchten strahlen über dem Schreibtisch. Arbeitsplatzleuchten befinden sich seitlich versetzt zum Bildschirm, dürfen sich nicht darin spiegeln und auch keine Lichtflecken werfen.

Monitor: Der Monitor steht schräg oder im rechten Winkel zum Fenster und 50 bis maximal 100 Zentimeter vom Computerarbeiter ent-

fernt. Die Bildschirmoberkante befindet sich in Augenhöhe oder leicht darunter.

Stuhl, Tisch, Tastatur, Maus: Alles muss ergonomisch auf den Menschen angepasst sein. Der Stuhl unterstützt den Rücken, der Tisch ist bestenfalls höhenverstellbar, sodass die Arbeit abwechselnd im Sitzen und im Stehen möglich ist. Tastatur und Maus werden ohne Anspannung bedient und unterstützen so die natürliche Haltung.

Sind Kontaktlinsen für einen Computerarbeitsplatz geeignet?

Kein Brillenrahmen stört, das Blickfeld ist uneingeschränkt und unverzerrt, aber irgendwann werden die Augen müde, trocken, sie brennen, jucken und sind gerötet – mit Kontaktlinsen eher als mit Brille. Auf Kontaktlinsen müssen Fehlsichtige dennoch nicht verzichten. Welche Linsen für die Computerarbeit geeignet sind, wissen Augenoptiker/Optomtristen und Augenärzte. Viele Optiker bieten auch kostenlose „Sehanalysen“ hinsichtlich dem Bedarf einer Arbeitsbrille.

Formstabile Kontaktlinsen mit ihrer hohen Sauerstoffdurchlässigkeit eignen sich für das Sehen auf Bildschirme und Displays. Sie bedecken nicht die komplette Hornhaut und gleiten mit jedem Lidschlag von oben nach unten. So wird der Tränenfilm ständig ausgetauscht, die Hornhaut mit frischem Sauerstoff und Nährstoffen versorgt.

Bei den weichen Kontaktlinsen überzeugen solche aus Silikon-Hydrogel? Kontaktlinsen für die Computerarbeit sind Maßarbeit. Entscheidend ist der Sehkomfort in den nahen und mittleren Distanzen: auf

Tastatur und Manuskript (30 bis 40 Zentimeter), auf den Monitor (0,5 bis ein Meter) und auf den Gesprächspartner (zwei bis drei Meter). Einstärkenlinsen sowie bi- und multifokale Linsen müssen auf diese Entfernungen angepasst werden. Alternativ ist auch die Kombination Kontaktlinsen für die Ferne und eine Bildschirmarbeitsplatzbrille möglich.

Das Problem der Bildschirmarbeit: Beim konzentrierten Sehen auf den Computer blinzeln wir weniger. Die üblichen bis zu 20 Lidschläge pro Minute reduzieren sich auf ein bis zwei. Das hat zur Folge, dass weniger Tränenflüssigkeit über dem Auge verteilt wird. Diese aber schützt das Auge vor Infektionen, versorgt es mit Sauerstoff und Nährstoffen und spült kleine Fremdkörper weg. Ist die optimale Benetzung der Hornhaut nun nicht mehr gegeben, sinkt der Tragekomfort der Linsen, die Augen werden müde, gereizt und trocken.



DUO
Optik & Akustik
 Das Hattinger Haus für Sehen und Hören



GUTSCHEIN
 für eine kostenlose Sehanalyse
 „Arbeitsplatzbrille“

Sonnenbrillen • Brillen • Kontaktlinsen • Hörgeräte

Untermarkt 4-8 (Neben dem Alten Rathaus) · 45525 Hattingen · Telefon: 0 23 24 - 92 08 0 · www.duo-optik-akustik.de



Depression – mehr als ein „November-Blues“

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. Auch in diesem Jahr greift IMAGE gemeinsam mit Dr. med. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie (Tiefenpsychologie) in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen auf und stellt verblüffende Antworten aus der Psychologie vor.

„Die dunkle Jahreszeit steht vor der Tür und die Corona-Pandemie scheint noch nicht überwunden. Viele Menschen fühlen sich jetzt besonders hoffnungslos. Wird aus dieser Beeinträchtigung der Stimmung, dem Verlust von Freude, der Antriebslosigkeit und den damit oft verbundenen körperlichen Beschwerden ein länger andauernder Zustand, sprechen wir von Symptomen einer Depression. Durch Studien wissen wir, dass Frauen Depression anders erleben als Männer. Außerdem hat sich der Erkrankungsgipfel verjüngt. Lag er früher zwischen dem 30. und 40. Lebensjahr, so ist er jetzt auf das 18.-25. Lebensjahr vorverlagert“, so Dr. Willi Martmöller. Das Risiko, an einer Depression zu erkranken, ist aber in jedem



mit Dr. med. Willi Martmöller

Symptome für eine Depression

Geringe Energie, Erschöpfung, Hoffnungslosigkeit, Schwierigkeiten in der Konzentration oder beim Treffen von Entscheidungen, geringes Selbstbewusstsein, aber auch schlechter Appetit oder Überessen – das sind Symptome einer Depression. Depressive Menschen erleben, dass Gefühle wie Freude oder Begeisterung abnehmen. Dauert der Zustand mindestens zwei Jahre an und liegt der Zeitraum der Symptomfreiheit unter zwei Monaten, spricht man von einer chronisch-rezidivierend depressiven Störung. Dennoch sind viele Betroffene gut in der Lage, zumindest am Anfang ihrer Erkrankung den Alltag aus dem Blickwinkel von Außenstehenden zu meistern. Fast immer werden Depressionen deshalb verspätet erkannt. Zur Behandlung gehören neben verschiedenen psychotherapeutischen Ansätzen auch eine medikamentöse Unterstützung durch Antidepressiva. Hier gilt es, im Einzelfall den Nutzen und das Risiko von Nebenwirkungen zu berücksichtigen.

Alter möglich und wird durch verschiedene Faktoren beeinflusst. „Die Ursachen für die Erkrankung sind vielschichtig und setzen sich aus biologischen und sozialen Aspekten zusammen. Wo enge Bezugspersonen in stabilen Beziehungen vorhanden sind, sinkt das Risiko für eine psychische Erkrankung. In diesem Zusammenhang erweisen sich die Kontaktarmut in der Corona-Pandemie und die damit oft verbundene Vereinsamung als problematisch. Auch Naturkatastrophen wie die Flut im Sommer dieses Jahres und der Verlust von Menschen, Eigentum, Arbeitsplatz und persönlichen Erinnerungen können Auslöser einer Antriebs- und Hoffnungslosigkeit sein, die in eine Depression münden kann. In den letzten Jahren wird auch in der Neurobiologie nach Ursachen für eine depressive Erkrankung geforscht. Negativer Stress und die erhöhte Freisetzung von Kortisol oder ein relativer Mangel an Monoaminen (Noradrenalin und Serotonin) gelten dabei als mögliche Erklärungsansätze.“

Was kann der Betroffene tun? „Wer es nicht schafft, sich eine Struktur zu geben und eine schwierige Lebensphase zu überwinden, sollte professionelle Hilfe in persönlichen Gesprächen suchen. Trotz der Möglichkeiten von E-Mental Health und Online-Therapie kann der Computer den Menschen an dieser Stelle nicht ersetzen. An Depression erkrankte Menschen können ihre Verlorenheit gegenüber dem Selbst nur in einer räumlichen und körperlichen Begegnung mit und der Spiegelung durch den Therapeuten in der Therapie überwinden. Digitale Ansätze sind hier nur ein Benefit zur Überbrückung oder zur tagesaktuellen Beobachtung.“ *anja*
Einen Serienteil verpasst? Lesen Sie online: www.image-witten.de oder www.martmoeller.de

Notruf-App: „nora“

Einfachere Hilferufe und lautlos möglich

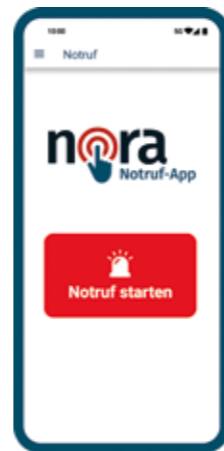
Wer in eine Notsituation gerät oder sie beobachtet, kann auch per App, völlig lautlos und ohne zu sprechen Feuerwehr, Rettungsdienst oder Polizei um Hilfe rufen. Die App „nora“ wurde am 28. September offiziell vorgestellt, die Leitstellen im Schwelmer Kreishaus, also die Leitstelle für Feuerwehr und Rettungsdienst sowie die der Kreispolizeibehörde, sind auf ihren Einsatz vorbereitet.

Notruf-App für viele große Erleichterung in Notfallsituation

„Für Menschen mit Sprach- oder Hörbehinderung waren die bisherigen Möglichkeiten einen Notruf abzusetzen unzureichend und nicht mehr zeitgemäß. Die offizielle Notruf-App der Bundesländer ist daher für viele eine große Erleichterung und eine ebenso sinnvolle wie zeitgemäße Ergänzung. Wie die Notrufnummern 110 und 112 funktioniert sie bundesweit, im Gegensatz zu ihnen aber deutlich barrierefreier“, zeigt sich Rolf-Erich Rehm, Leiter Bevölkerungsschutz der Kreisverwaltung, zufrieden. Im Schwelmer Kreishaus ersetzt die neue Technik den bisher üblichen lautlosen Ruf um Hilfe, das Notruf-Fax. Als Zielgruppe hat die App zwar vor allem Menschen mit Sprach- oder Hörbehinderungen im Blick, profitieren können von ihr aber auch alle anderen, die einen Notruf lautlos absetzen wollen oder – beispielsweise in einer Bedrohungslage – sogar absetzen müssen. „Eine Chance, Polizei oder Feuerwehr zu rufen, die es so vorher nie gegeben hat“, unterstreicht Rehm. Sein Rat ist daher eindeutig: „nora“ möglichst umgehend downloaden.“

Wird ein Hilferuf über nora gestartet, so ermittelt die App über das Smartphone automatisch den Notfallort und sorgt für eine Verbindung zur örtlich zuständigen Leitstelle. Die weiteren Informationen zur konkreten Situation werden über den Bildschirm laut- und textlos abgefragt. Dabei helfen Symbole, Texte in leichter Sprache und die sich quasi selbsterklärende Nutzerführung. „Sind alle Fragen beantwortet, können die Disponenten der Leitstelle die notwendigen Einsatzkräfte auf den Weg schicken. Zusätzlich ist es ihnen über eine Chatfunktion aber auch noch möglich, sprachlos weitere Informationen abzufragen und auszutauschen. Auch das ein klarer Pluspunkt, insbesondere für Personen mit Hör- und Sprachbehinderung“, so Rehm.

Wer möchte, kann in der App persönliche Daten wie Alter, Geschlecht, Vorerkrankungen und Behinderungen hinterlegen. Übermittelt werden sie an die Leitstelle nur im Fall eines Notrufs. Die Leitstelle für Feuerwehr und Rettungsdienst hat sich in den vergangenen Monaten auf den Start von „nora“ vorbereitet. Die digitalen Notrufe laufen jetzt dort über ein Webportal ein. Alle Arbeitsplätze der Disponenten wurden dafür mit zusätzlichen Bildschirmen ausgestattet, die Mitarbeiter selbst im Umgang mit „nora“ geschult. Die Einführung einer bundesweit einheitlichen Notruf-App war 2019 von der Innenministerkonferenz beschlossen worden. Danach hatte das Innenministerium in Nordrhein-Westfalen das Projekt federführend übernommen. Jetzt ist „nora“ in den Appstores von Google und Apple in den Sprachversionen deutsch und englisch kostenlos verfügbar und kann auch im Ennepe-Ruhr-Kreis genutzt werden. *pen*



Informationen

Nur zwei Tage, nachdem die Notruf-App Nora online ging, musste das Land den Download vorübergehend wegen Serverüberlastung abstellen. Offensichtlich hatte man nicht mit einer so hohen Nachfrage gerechnet. Für die Hauptzielgruppe von „Nora“, Menschen mit Sprech- und Hörbehinderungen, sei bereits ein alternativer Zugang zum Download und zur Registrierung der App geschaffen, so die Info aus dem Innenministerium. Die Betroffenen könnten sich unter www.nora-notruf.de/hilfe melden und ihren Zugang zur App anfordern. Mit der App reicht ein Klick, um automatisch den Standort des Handys zu erkennen, der dann an die nächste Leitstelle übermittelt wird.



Ina Schröter und Anette Metzler unterstützen das Kinderhospiz Burgholz. Auch Kinder aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis werden hier umsorgt. Foto: Pielorz

Hilfe für Kinderhospiz Burgholz

Wer ein Kind bekommt, hat Träume, Erwartungen und Hoffnungen. Im Mittelpunkt der Überlegungen steht der Gedanke an das Aufwachsen des Kindes, an die Erlebnisse, die man gemeinsam haben wird. Man malt sich die Zukunft aus und freut sich darauf zu sehen, wie das Kind erwachsen wird. Doch für manche Eltern wird all das zunichte gemacht mit der Diagnose einer unheilbaren Krankheit, die Lebenszeitverkürzung bedeutet und in der Regel das Erwachsenwerden ihres Kindes nicht erlebbar macht. Eine Hilfe ist bereits zum Zeitpunkt der Diagnose das Bergische Kinder- und Jugendhospiz Burgholz in Wuppertal. Die Einrichtung kümmert sich auch um betroffene Kinder in Hattingen und Sprockhövel. 2018 haben Dr.med. Daniel Metzler und seine Frau Anette, Praxis für Strahlentherapie in Hattingen, einen Freundeskreis ins Leben gerufen, um noch mehr Menschen von der Arbeit des Hospizes zu überzeugen. Dazu gehört auch Ina Schröter, vom Fass Hattingen. Sie ist Mitglied im Business Network International (BNI) und sorgte dafür, dass die Unternehmereinrichtung im Ennepe-Ruhr-Kreis 2000 Euro spendete.

Ins Kinderhospiz Burgholz gehen Familien für einige Tage im Jahr. Die meisten von ihnen kommen aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis sowie einem Umkreis von 150 Kilometern, denn es gibt in ganz NRW nur vier Kinderhospize in Düsseldorf, Bielefeld, Olpe und eben Burgholz im Bergischen Land. Mit der Hattingerin Anette Metzler hat die Einrichtung eine Unterstützerin gefunden, die gemeinsam mit ihrem Mann auf unterschiedliche Art hilft. So stand die Diplom-Pädagogin und Psychoonkologin in der Weihnachtszeit in der Sparkassen-Ehrenamtshütte auf dem Hattinger Weihnachtsmarkt zugunsten des Kinderhospiz Burgholz, kümmert sich aber auch um Veranstaltungen und den von ihr 2018 gegründeten Freundeskreis der Einrichtung, in dem unterschiedliche Netzwerker zusammenarbeiten. „Ich bin ein sehr sozialer Mensch und engagiere mich vielfältig. Ich habe das Glück, mit meinem Mann drei gesunde Kinder zu haben und ich möchte gern von unserem Glück und Wohlergehen auch etwas weitergeben“, sagt sie und hofft darauf, in diesem Jahr beim Weihnachtsmarkt wieder in einer Hütte stehen zu können. „Wir, der Freundeskreis des Bergischen Kinder- und Jugendhospiz Burgholz, haben es uns zur Aufgabe gemacht, das Bergische Kinder- und Jugendhospiz dauerhaft zu unterstützen.“

Das Haus bietet Plätze für Kinder und Jugendliche im Alter von 0 bis 27 Jahren. Lebenszeitverkürzt erkrankte Kinder und Jugendliche finden hier gemeinsam mit ihren Familien einen Platz zur Erholung auf Zeit. Das Haus wird nur zu einem kleinen Teil durch Gelder der Kranken- und Pflegekassen finanziert. Der größte Teil der Kosten muss über Spenden finanziert werden.

Bei der Spendenübergabe im Hospiz waren Ina Schröter (2.v.r.) und Anette Metzler (rechts) natürlich ebenfalls dabei. Foto: privat



Damit der laufende Betrieb auch langfristig sichergestellt ist, braucht das Haus regelmäßige Unterstützer. Als ein solcher Unterstützer sieht sich der Freundeskreis des Bergischen Kinder- und Jugendhospizes Burgholz. Der Freundeskreis legt dabei sein Augenmerk auf die Eltern und Geschwister der erkrankten Kinder. Dabei geht es darum finanzielle Mittel zu beschaffen, damit Eltern und Geschwister auch die Unterstützung bekommen können, die sie brauchen. Diese Arbeit ist zentral in der Kinderhospizarbeit und wird nicht durch einen Kostenträger abgedeckt“, erklärt Anette Metzler. Durch die Corona-Pandemie ist die Arbeit noch schwieriger geworden – im Hospiz selbst und im Hinblick auf die Unterstützung. „Es gab keine Veranstaltungen und das Hospiz konnte auch keine Offenen Tage durchführen“, so Metzler.

Durch Anette Metzler hat auch die Sprockhövelerin Ina Schröter die Arbeit vom Kinderhospiz kennengelernt. „Ich bin Mitglied beim Unternehmensnetzwerk Business Network International BNI. Wir unterstützen regelmäßig verschiedene soziale Projekte. Im letzten Jahr haben wir im Sommer ein Meet & Eat durchgeführt. Bei der Veranstaltung, die wir aufgrund der Corona-Pandemie nur in einem kleinen Rahmen durchführen konnten, kamen insgesamt Spenden von 2000 Euro für das Kinderhospiz zusammen, die wir jetzt übergeben konnten.“

Vorher war eine Kontaktaufnahme aufgrund der Pandemie nicht möglich“, erzählt Ina Schröter. Beeindruckt sei sie gewesen von der Arbeit und dem Haus selbst. Neben vielen ehrenamtlichen helfenden Händen gibt es im Hospiz einen Pool fester Mitarbeiter. Es gibt eine medizinische und sozialpflegerische Betreuung, eine Palliativpflege und eine Trauerbegleitung. Auch Seelsorger stehen zur Verfügung. Die Einrichtung wird als Stiftung vom Caritasverband Wuppertal/Solingen, der Diakonie Wuppertal und der Bethe Stiftung getragen. Bewegende Momente gibt es viele. Anette Metzler und Ina Schröter haben viele Geschichten gehört. „Ein Kind ist hier bei uns sehr jung am 23. Dezember verstorben. Ihre Mutter kommt jedes Jahr, um diesen Tag mit uns zu begehen. Sie sagt, wir gehören zu denjenigen, die sich an ihr Kind noch erinnern können, weil wir es noch kennenlernen durften. Das berührt jedes Mal unser Herz.“ Ansprechpartnerin in Hattingen für das Kinderhospiz: Anette Metzler, Praxis für Strahlentherapie, August-Bebel-Straße 8-10, 45525 Hattingen; Telefon 02324/594480-0; E-Mail a.metzler@strahlentherapie-hattingen.de.



Dr. med. Daniel Metzler, Facharzt für Strahlentherapie, patientennah und patientenorientiert



Neuer Linearbeschleuniger der modernsten Technik

„Die Herausforderung bei der Strahlentherapie ist es, die zu behandelnde Körperregion möglichst genau zu treffen und dabei die umliegenden gesunden Organe und Gewebe zu schützen.“ *Dr. Daniel Metzler*

- Intensitätsmodulierte Bestrahlung (IMRT) einschl. Rapid Arc (schnelles IMRT durch Rotationsbestrahlung)
- OBI-System (bildgestützte Strahlentherapie mit besonders genauer Positionierung des Patienten)
- Atemgetriggerte Bestrahlung bei Bedarf (zur besseren Herzschonung)
- 3D-Bestrahlungsplanungssystem incl. vollständiger digitaler Erfassung



Praxis für Strahlentherapie Hattingen
Dr. med. Daniel Metzler
August-Bebel-Str. 8-10
45525 Hattingen | Telefon 02324 - 59 44 80-0
www.strahlentherapie-hattingen.de



Frau Dr. Szymanski bei einer Übung zur Diagnostik mit Patient Martin K. und Dr. Gopal.
Foto: EvK Hattingen / Augusta Kliniken

Ayurveda statt OP:

EvK Hattingen der Augusta Kliniken hilft Parkinson-Patient mit einzigartigem Therapiekonzept

„Vor zwei Jahren habe ich gedacht: nichts geht mehr. Ich konnte mich nicht mehr allein an- und ausziehen, mich im Bett nicht mehr drehen. Als letzte Möglichkeit wurde mir eine Operation genannt“, erzählt der seit vielen Jahren an Parkinson erkrankte Martin K. Der heute 54-jährige bekommt 2008 seine Diagnose. Die Erkrankung wird durch seine Rückenschmerzen festgestellt, die ihn bereits sieben Jahre quälen. 2019 steht er vor einer Operation am Gehirn als letzter Möglichkeit, bis er schließlich von der Parkinson-Spezialklinik der Augusta Kliniken im Evangelischen Krankenhaus Hattingen erfährt. Die Besonderheit der Klinik: die schulmedizinische, medikamentöse Therapie wird von einem Ayurveda-Konzept begleitet. Für Patient Martin K. der Start in ein neues Leben.

Die sogenannte Komplextherapie ist vor allem für Patienten geeignet, bei denen die Erkrankung bereits fortgeschritten ist. Je nach Schwere der Erkrankung kann bereits eine optimierte Einstellung der Medikation helfen. „Als zertifizierte Parkinsonklinik haben wir auch bei der klassischen Parkinsonbehandlung viel Erfahrung. Uns geht es jedoch nicht nur um die Behandlung von Symptomen, wie etwa dem Tremor, sondern um eine nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität unserer Patienten“, erklärt Dr. Szymanski. Für Martin K. war die ergänzende Behandlung mit Ayurveda-Methode die Lösung. „Peinlich genau“ hält er sich an die Ernährung, hört viel bewusster auf das, was sein Körper ihm sagt: „Den Zustand, den ich jetzt habe, habe ich nicht mehr für erreichbar gehalten.“

Vorbereitung für den traditionellen Stirnölguss („Shirodhara“) als Teil der Ayurveda-Therapie.
Foto: EvK Hattingen / Augusta Kliniken

Der ganzheitliche Ansatz der Spezialklinik mit Ayurveda-Behandlungen ist deutschlandweit einmalig. Die klassische medikamentöse Parkinson-Therapie wird mit dem traditionsreichen Ayurveda-Konzept vereint. „Die Komplementärmedizin, die wir hier anwenden, ersetzt die normale Diagnostik und Therapie nicht, sondern ergänzt sie. Genau in diesem Zusammenspiel sehen wir die großen Erfolge bei vielen unserer Patienten“, erklärt Dr. Sandra Szymanski, Leitende Ärztin der Abteilung Neurologie und Komplementärmedizin, die zur Klinik für Neurologie (Leitung: Prof. Dr. Min-Suk Yoon) gehört. Die Parkinson-Patienten werden langfristig und ganzheitlich behandelt: Angefangen bei ayurvedischer Ernährung geht es über traditionelle Ayurveda-Therapien, wie dem Stirnölguss, bis hin zu schulmedizinischen therapeutischen Maßnahmen. Dazu zählen auch die psychosoziale Beratung sowie Physiotherapie, Ergotherapie und Logopädie, welche besonders bei motorischen Einschränkungen wichtige Bestandteile der Therapie bilden.

Die Einbeziehung der 5000 Jahre alten indischen Ayurveda-Medizin bringt für die meisten Patienten einen vollständigen Wechsel des Lebensstils mit sich. Skepsis vor der unbekanntenen Kultur ist oft die erste Reaktion – so auch beim 54-jährigen Martin. Neben den erfahrenen und spezialisierten Schulmedizinern erfolgt die Behandlung auch durch indische Ayurveda-Ärzte, die die Patienten umfassend aufklären. Die Wirkung des Zusammenspiels aus Schulmedizin und Ayurveda-Methode wird nach wenigen Tagen bis hin zu mehreren Monaten erwartet. „Der Arzt sagte mir: ‚In sechs Monaten werden Sie die nachhaltigen Veränderungen spüren.‘ Genau so war es auch. Ich hatte wieder eine Energie, die ich auch zehn Jahre vorher nicht mehr hatte“, erzählt Martin K.



PARKINSON-SPEZIALKLINIK

im Ev. Krankenhaus Hattingen



Deutschlandweit einmaliges Konzept mit Ayurveda-Therapie

Die Abteilung für Neurologie und Komplementärmedizin des Ev. Krankenhauses Hattingen, Teil der Augusta Kliniken Bochum Hattingen, bietet ein deutschlandweit einzigartiges Konzept zur Parkinson-Behandlung: ergänzend zur medikamentösen Behandlung werden therapeutische Maßnahmen nach traditionellem Ayurveda angewandt. Das große Team, bestehend aus erfahrenen Neurologen, traditionellen Ayurveda-Ärzten, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden sowie psycho-sozialen Beratern, betreut die Patientinnen und Patienten ganzheitlich. Der Fokus der zertifizierten Parkinson-Spezialklinik liegt auf einer nachhaltigen Behandlung der Erkrankung und Verbesserung der Lebensqualität.

KONTAKT

Klinik für Neurologie
Chefarzt: Prof. Dr. Min-Suk Yoon

Abt. für Neurologie und Komplementärmedizin
Leitende Ärztin Dr. Sandra Szymanski

Telefon 02324 502-5947
Telefax 02324 502-5946
nrk-hattingen@augusta-kliniken.de

Sekretariat Frau Hammacher
Mo. - Do. 08.00 - 15.30 Uhr
Freitag 08.00 - 14.00 Uhr

Weitere Informationen via QR-Code
oder unter:

www.augusta-kliniken.de



Der traditionelle Stirnölguss (Shirodhara) ist eine Maßnahme einer medizinischen Ayurveda-Therapie.



Wir für Sie vor Ort...

Lösen Sie das Sudoku und gewinnen Sie 30 Euro!

Wenn Sie das Sudoku richtig auflösen, ergeben sich aus den farbig markierten und mit kleinen Buchstaben versehenen Feldern unsere drei Gewinnzahlen. Notieren Sie diese mit den dazugehörigen Buchstaben und Ihrem Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) und schicken Sie die Lösung per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Wasserbank 9, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an gewinnspiel@image-witten.de mit dem **Stichwort „Sudoku Image“**. Einsendeschluss ist der 15.11.2021.

Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des Image-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Der Gewinner des

30-Euro-Preises wird per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt.

Gewinnspiel „Sudoku“ Oktober 2021

Die Gewinner von jeweils 30 Euro sind: Annika Schöning, 45525 Hattingen; Angelika Sauter, 45549 Sprockhövel; Ella Schauer, 58453 Witten. Image sagt herzlichen Glückwunsch.

Wir lieben Lebensmittel.

EDEKA Markt
Familie Grütter und Team
 Wittener Str. 12 · 58456 Witten · ☎ 02302/972026
 Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7 bis 21 Uhr

lebeleichter

In 12 Wochen genial normal zum Wunschgewicht!

Neue Kurstermine in Witten ab **Mittwoch, 19. Januar 2022**

Alle Infos und Anmeldung unter:
 lebeleichter.saatkorn.net
 Tel.: 02302-1782608
 Ansprechpartner Annette Grabosch
 Ich freue mich auf Sie!

KATHAGEN
 media+kommunikation

Autobeschriftung & Folien

☎ **02302 9838980**
 info@kamk.de · Thiestraße 7 · 58456 Witten

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

- Fenster- und Türsicherung
- Einbruchmeldeanlagen Funk & Draht
- Brandmeldeanlagen Funk & Draht
- Schließanlagen / Zutrittskontrolle
- Elektroarbeiten

NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich

für Privat und Gewerbe

Bebelstr. 19 · 58453 Witten
 Tel. (02302) 2781177
 me-sicherheit.de

WIR LIEBEN DEN *Genuss!*

Spirituosen
 Feinkost
 Weinhandel
 Craftbier
 Präsente
 Restaurant
 Events

www.sonnenscheiner.de

Facebook Instagram

SONNEN SCHEIN



0,7 l Flasche
23,99 €
 (34,27 €/l)

Blended Whiskey aus Nord-Irland.

Geschmack: Kombination aus getrockneten Früchten und Zitrone.

Im Nachklang anhaltender, karamelliger Unterton.

Sonnenschein GmbH · Alter Fährweg 8 · 58456 Witten/Ruhr · Telefon: 02302-56006

SONNENSCHNEIN-Weinempfehlung des Monats:

Rocca delle Macie „Sasyr“ Toscana IGT 0,75 ltr.

Die Italo-Western mit Bud Spencer und Terence Hill habe ich als Kind immer wahnsinnig gerne geguckt. Am liebsten Sonntag nachmittags, wenn draußen das Wetter einfach nur bescheiden war. Dazu dann frisch gebackene Waffeln von Mama. Der Produzent eben dieser unterhaltsamen Filme, Italo Zingarelli, kaufte 1973 im Herzen des Chianti Classicos das Weingut Rocca delle Macie. Heute zählt das Weingut zu den größten und den besten Produzenten der Toscana. Der Sasyr, eine Rotweincuvée aus den Rebsorten Sangiovese und Syrah, ist die vinifizierte Variante von „4 Fäuste für ein Halleluja“. Ein nicht

zu kräftiger Rotwein mit sehr intensiven Fruchtaromen nach Brombeere, schwarzer Johannisbeere und Kirschen. Am Gaumen präsentiert sich der Wein angenehm rund und unterhaltsam. Das samtig-weiche Finale, unterstreicht wunderbar die saftige Lebendigkeit des Weins. Vielleicht sollte ich mal wieder einen Film mit Bud Spencer und Terence Hill gucken. Dann nicht mit Waffeln, sondern einem Glas Sasyr und etwas italienischer Salami.

Ihr Sebastian Banhold

Preis pro Flasche
€ 9,99
 (6 Flaschen kaufen, 5 bezahlen!)



gardinen kyfeger
 wohnen ist mehr...

- Fensterdekorationen
- Sonnenschutz
- Insektenschutz
- Gardinenreinigung
- Wohnaccessoires
- Geschenkartikel

Obermarkt 8 • 45525 Hattingen
 Tel. 02324/22675 Fax 02324/900706

Annelie Matejek
 Mobile medizinische Fußpflege

Hiddinghauser Str. 15
 45549 Sprockhövel
 diemattis@t-online.de

- ◆ Pediküre
- ◆ Rundum-Pflege
- ◆ Wellness für die Füße

Termine und Fragen:
 Montag bis Freitag von 15 bis 18 Uhr
Telefon 0160 99 53 53 71

Ihr **NEUER WEG** zu uns:
www.renault-kost.de
 EU-Neuwagen / Werkstatt
 Service / Gebrauchtwagen

Wir sind nur eines zufrieden wenn Sie begeistert sind!

AUTOHAUS KOST
 Hufeisenstr. 9 • 45525 Hattingen
 Telefon 02324 - 27001-3
www.renault-kost.de

WOHNMOBIL-CENTER
 Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

☎ 03944-36160
www.wm-aw.de

JUWELIER LÜTTGEN
 UHREN & SCHMUCK
 SEIT 1980

Goldankauf

Heggerstraße 11 45525 Hattingen
 TEL 02324-24453 FAX 02324-593281
 mail@juwelier-luettgen.de
www.juwelier-luettgen.de

			1	B			
	6	5	2			1	
	2	4			3	9	
4		9	7				2
A	5		8			7	
7		4		3		C	8
	9	5			7	2	
	4		2		1		8
			9				

Image auch bei Facebook [image-witten.de/fb](https://www.facebook.com/image-witten.de/fb) oder über die Webseite www.image-witten.de

3	9	2	4	5	7	8	6	1
7	1	8	3	6	9	4	5	2
6	5	4	8	1	2	7	9	3
1	8	6	5	7	3	9	2	4
2	4	3	6	9	8	1	7	5
5	7	9	1	2	4	6	3	8
8	3	7	9	4	5	2	1	6
9	6	5	2	8	1	3	4	7
4	2	1	7	3	6	5	8	9

DUO
 Optik & Akustik
 Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

Untermarkt 4-8 (Neben dem Alten Rathaus)
 45525 Hattingen · Tel.: 0 23 24 - 92 08 0
www.duo-optik-akustik.de

Auflösung in der nächsten Ausgabe Auflösung aus der Oktober-Ausgabe

WIR KAUFEN IHREN GEBRAUCHTEN

AUTO ANKAUF

Feix
 ZUM FAIREN PREIS

auto-Feix.de
einfach besser

Bochum: Tel. 0234-307080
 Witten: Tel. 02302-202020
 info@auto-feix.de

BO-Zentrum:
 Oskar-Hoffmann-Str. 63-69

BO-Stadion:
 Castroper Str. 180-188

Witten:
 Dortmunder Str. 56



Egbert Kogelheide (Mi.), Chef des Unternehmens EK-Fahrzeugtechnik, mit seiner Frau Dorothea Lauster-Noe und Sohn Maximilian Kogelheide. Die Familie und das gesamte Team freuen sich auf die Arbeit am neuen Standort. Der Standort Herbede an der Wittener Straße wird nach den Unwetterschäden komplett saniert und bleibt zusammen mit dem Bosch-Car-Service erhalten. Foto: Bastian Haumann

Highlight für Hattingen: Modernstes Karosserie- und Lackierzentrum nimmt zum 1. November Betrieb auf

Bearbeitung aller Automarken und Fahrzeugtypen – seit 2017 auch für TESLA zertifiziert

Geschafft! Der Neubau in der Henrich-Allee ist fertig, der komplette Fahrzeugservice rund um die Automobilität startet am 2. November.

Baubeginn im Oktober 2020

Die Bauherren Egbert Kogelheide und Dorothea Lauster-Noe freuen sich über eine perfekte und termingerechte Baubegleitung durch den Generalunternehmer Borgers. Die neue Firmenzentrale entspricht dem neuesten Stand der Gebäudetechnik bezogen auf Nachhaltigkeit, Energieeffizienz, Mitarbeiterschutz und Logistik. Die Gebäude außen sind mit Thermoplan nach

den aktuellen Vorschriften gebaut, die ISO-Wände sind 10 cm dick, hitzeabweisend, isoliert nach KfW 55 Effizienz. Das Dach besteht aus einem Trapezblech mit Dämmung und einer 2-fach-Folie mit Schalldämmung, die Höhe der Halle beträgt 6 m.

Natürlich trifft das auch auf die hochtechnisierten Arbeitsbereiche Lackiertechnik, Schleifarbeiten, Hebebühnen zu, die mit dem neuesten Maschinenpark ausgestattet wurden.



Die EK Fahrzeugtechnik betreut deutschlandweit viele Fuhrparks. Viele private Besitzer, auch von Nobelkarossen, zählen neben den Firmenkunden zu den Stammkunden. Neben der qualifizierten Unfallreparaturen werden natürlich auch hochwertigste und ungewöhnliche Lackierarbeiten ausgeführt. Dies gilt natürlich auch für PKWs, Nutzfahrzeuge und Wohnmobile.

Digitalisierung wird weiterhin angepasst

Die Digitalisierung ist durch den Neubau sicherlich up to date, aber hier wird auch in Zukunft weiter investiert. Während WELAN und schnelles Internet für das EK Karosserie- und Lackierzentrum selbstverständlich sind, ist es sicherlich für die Kunden wissenswert, dass ihr Fahrzeug vor der Einfahrt in das Gebäude automatisch mit einer 360-Grad-Kamera gescannt und die Daten zur Dialogannahme übertragen werden. Hier können dann bei der Auftragserfassung alle Schäden direkt besprochen werden. Danach erfolgt die Kalkulation.

Videoüberwachung selbstverständlich

Der komplette Neubau verfügt über eine 24-stündige Videoüberwachung sowie die neue Halle über eine eigene 10-kV-Station sowie eine Photovoltaikanlage für den Eigenverbrauch. Die Waschstraße wird mit einer biologischen Wasseraufbereitung betrieben.

Nach Neubau noch leistungsorientierter

Durch den Neubau in Hattingen stellt sich EK Fahrzeugtechnik noch leistungsorientierter auf und investiert in die Zukunft des Unternehmens. Im vorderen Teil des Gebäudes befinden sich die Empfangsräume sowie in der 1. Etage die Büros der Geschäftsleitung und die Verwaltung.

Im hinteren Teil der Halle befindet sich auf 2 Etagen das Lager, die Autoteile werden nachts angeliefert, hier gelangt der Fahrer mit einem Code in das Nachtlager, wo die Teile bis zum nächsten Morgen gelagert werden und von dort dann zur Weiterverarbeitung gelangen.

Reparatur von Aluminiumkarosserien

Im modernen und hochwertigen Fahrzeugen wird vielfach Aluminium verbaut, zum Teil werden auch komplette Karosserien aus Aluminium gefertigt. Um Aluminium zu bearbeiten sind andere Verfahrensweisen notwendig, eine Reparatur dieser Teile nach einem Unfallschaden mit herkömmlichen Systemen ist nicht erlaubt. Die EK Fahrzeugtechnik ist gerade auch darauf spezialisiert und ausgestattet.

Das gut ausgebildete Team ist hoch motiviert

Die Firma EK Fahrzeugtechnik ist seit fast 40 Jahren mit ihrem Betrieb in Witten-Herbede ansässig und hat sich weit über NRW hinaus einen sehr guten Namen gemacht.

Zurzeit beschäftigt das Unternehmen 46 Mitarbeiter, wovon viele Mitarbeiter schon sehr lange im Betrieb tätig sind. Auch die Ausbildung wird hier großgeschrieben.

Neben einem geräumigen Sanitärbereich stehen den Mitarbeitern auch großzügige Aufenthaltsräume und eine Außenterrasse zur Verfügung.

Im Außenbereich sind 90 Parkplätze entstanden.



Nasse Wände? Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Bobach
Lagerstr. 4, 45549 Sprockhövel
☎ 0 23 39 - 92 90 20

www.isotec-sprockhoevel.de



ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken

HKüchen

Ihr Küchenteam mit Leidenschaft

Bei uns bekommen Sie eine fachkundige Beratung, Aufmaß, Lieferung und eine 1A-Montage aus einer Hand.

WIR SIND FÜR SIE DA!
Vereinbaren Sie gerne einen Beratungstermin telefonisch oder per E-Mail.

PLANUNG VERKAUF MONTAGE & MODERNISIERUNG KÜCHENUMZÜGE

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73 + 75!

Harke Küchen T +49 (0)2324 78580 kuechen-harke@gmx.de
Hauptstraße 71 F +49 (0)2324 71464 www.kuechen-harke.de
45549 Sprockhövel

Öffnungszeiten: Mo., Di., Do. Fr. 10.00 – 18.30 Uhr, Mi. 10.00 – 20.00 Uhr
und nach Vereinbarung, Samstag Ruhetag

Festpreis-Vertrag als Alternative AVU muss Grundversorgung erhöhen

Die Preise für Energie steigen weltweit. Auch die Kunden der AVU mit dem Tarif „comfortgas“ (die sogenannte Grundversorgung) bekommen in diesen Tagen Post: Die AVU erhöht die Preise für Erdgas zum 1. Dezember 2021 – beim Arbeitspreis um 0,56 Cent brutto pro Kilowattstunde (kWh) und beim Grundpreis um 2,76 Euro brutto pro Monat. Ein Haushalt mit zum Beispiel 10.000 kWh Jahresverbrauch zahlt hierdurch monatlich etwa 7 Euro oder ca. 10 Prozent mehr. Das gilt für Haushalte mit Erdgas und Gewerbekunden bis zu einem Jahresverbrauch von 10.000 kWh.

Massiv gestiegene Großhandelspreise

„Wir beobachten die derzeitige Entwicklung aufmerksam und auch ein wenig mit Sorge“, erklärt AVU-Vorstand Uwe Träris. „Teilweise können wir die steigenden Handelspreise durch unsere langfristige Beschaffung abfangen und geben sie deshalb nicht in voller Höhe weiter. Diese zuverlässige und risikoarme Vorgehensweise ist in den aktuell sehr turbulenten Zeiten ein echter Vorteil für unsere Kunden. Aber sowohl politische Entscheidungen einer neuen Bundesregierung als auch der weltweite Energiehunger erschweren die Preiskalkulation“, macht Träris den Zusammenhang klar.

„fixgas 2022“ ist Alternative

Die AVU bietet ihren Kunden Beratung zum bestmöglichen Tarif an. „Unsere Empfehlung ist der ‚fixgas 2022‘-Vertrag mit einer Preisgarantie bis 31.12.2022“, sagt AVU-Vertriebsleiter Benjamin Kreikebaum. „Wir haben eine Extra-Service Nummer geschaltet (02332 73-174) und auch unser Personal in den AVU-Treffpunkten verstärkt“, beschreibt Kreikebaum die Beratungsangebote. Und natürlich gibt es auch Informationen im Internet unter www.avu.de und im Online-Treffpunkt (<https://portal.avu.de>). Auch auf Industriekunden mit individuellen Lieferverträgen wirkt sich die aktuelle Preisentwicklung aus – hier empfiehlt Kreikebaum: „Sprechen Sie Ihren persönlichen Kundenberater an, damit wir gemeinsam die bestmögliche Lösung finden.“

Austausch lohnt sich



Foto: Bigstock

Der Austausch der alten Heiztechnik gegen eine neue Heizung lohnt sich, denn sie birgt ein enormes Sparpotenzial. Moderne Heizkessel passen ihre Leistung dem Wärmebedarf an und verbrauchen nur noch halb so viel Energie.

Moderne Heizkessel nutzen den Brennstoff effektiver

Im Schnitt sind alte Heizungen in Deutschland mehr als 20 Jahre alt. Da ist jedem klar, dass der Heizkessel in so einem Alter weder energieeffizient noch zuverlässig arbeitet. Deshalb raten Experten zu einer neuen Heizung, wenn der Heizkessel schon länger als 15 Jahre in Betrieb ist. Das lohnt sich nicht nur, weil weniger Reparaturen anfallen, sondern spart auch Heizkosten. Denn ein moderner Heizkessel nutzt den Brennstoff effektiver.

Bei einer Erneuerung der Heizung haben Hausbesitzer die Qual der Wahl. Sie können mit der neuen Heizung bei ihrem gewohnten Brennstoff bleiben und die Gasheizung oder Ölheizung auf neueste Technik umrüsten, oder auf erneuerbare Energien setzen wie bei Pelletheizung, Scheitholzheizung, Hackschnitzelheizung und Wärmepumpe. Besonders das Heizen mit Holz ist für viele Hausbesitzer in den vergangenen Jahren wieder attraktiv geworden. Ein Überblick über die Vor- und Nachteile der verschiedenen Energieträger hilft bei der Entscheidungsfindung. Besonders schwer haben es Hausbesitzer mit Nachtspeicherheizung. Sie kämpfen mit hohen Stromkosten, aber auch der Umstieg auf ein anderes Heizsystem ist aufwändig und teuer.

Zukunftsfähig heizen

Bei der Auswahl der neuen Heizung sollten Eigentümer erneuerbaren Energien den Vorzug geben! Mit der zukunftsfähigen Heiztechnik heizen sie klimaschonend und kostensparend. Die Ölheizung wird dagegen auf lange Sicht unwirtschaftlich werden, auch die Gasheizung ist nicht mehr so attraktiv – dafür sorgt der CO₂-Preis für fossile Brennstoffe.

Nicht immer muss es eine „alles-oder-nichts-Lösung“ sein

Hybridheizung bringt fossile Brennstoffe und erneuerbare Energien unter einen Hut. Denn fossile Brennstoffe und erneuerbare Energien lassen sich bei der Heizungsmodernisierung perfekt kombinieren. Der Klassiker ist zum Beispiel eine Gasheizung oder Ölheizung mit Solarthermie-Anlage zur Warmwasserbereitung und Heizungsunterstützung. Experten sprechen dann von einer Hybridheizung. Das heißt nichts anderes, als dass das Heizungssystem mehrere Wärmequellen nutzt. Warum also nicht Gasheizung mit Solarthermie und Kaminofen kombinieren oder Ölheizung mit Pelletofen? Genauso ist eine Luft-/Wasser-Wärmepumpe plus Gasheizung möglich. Das interessante an der Hybridheizung für Hausbesitzer: Das ganze Heizungssystem kann nach und nach aufgebaut werden. Grundlage ist nur eine vorausschauende Planung. Denn Herzstück der Hybridheizung ist ein Pufferspeicher, an den alle

Heizungsbestandteile Wärme abgeben. Und damit sie das auch können, müssen ausreichend Anschlüsse am Speicher eingeplant werden. Wenn im Haus also ausreichend Platz für den Pufferspeicher da ist (ein 750-Liter-Speicher ist mannshoch und benötigt ungefähr einen Quadratmeter Fläche) kann es direkt losgehen mit dem Konzept Hybridheizung.

Digitale Heizung ist Lösung der Zukunft

Digitale Technik hält auch im Heizungskeller Einzug. Über WLAN lassen sich alle Komponenten im Haus, die Energie erzeugen oder verbrauchen, miteinander vernetzen – von der Wärmepumpe samt Photovoltaik-Anlage über die Waschmaschine bis hin zum Elektroauto. Ein Energiemanager – auch Home Energy Management System (HEMS) genannt – regelt das Zusammenspiel. Ist zum Beispiel gerade viel Solarstrom vorhanden, wird die Wärmepumpe mit Strom aus der Solaranlage betrieben. Besteht aktuell kein Bedarf für Heizung oder Warmwasser, kann der Strom auf Vorrat gespeichert werden. Auf diese Weise können Hausbesitzer kostensparend und umweltfreundlich Energie erzeugen und sich zugleich unabhängiger von Strom- oder Brennstofflieferanten machen. Heizungsoptimierung ist kleine Lösung zum Heizkosten sparen. Wenn der Heizkessel erst einige Jahre auf dem Buckel hat, lohnt es sich, das Heizungssystem optimieren zu lassen. So sorgt ein hydraulischer Abgleich der Heizung für eine optimale Wärmeverteilung und eingesparte Heizkosten. Unbedingt zu empfehlen ist der hydraulische Abgleich nach der fachgerechten Dämmung von Dach, Fassade und Kellerdecke. Dann nämlich wird die Heizung auf die neue Situation im Haus eingestellt, so dass die Heizkostensparnis wirklich realisiert werden kann. Die Kosten für einen hydraulischen Abgleich liegen bei einem Einfamilienhaus bei rund 500 Euro.

Neue Heizungspumpe erhöht Effizienz und spart Strom

Und auch einem großen Stromfresser können Hausbesitzer bei dieser Gelegenheit zu Leibe rücken: Alte Heizungspumpen können nämlich ziemlich unbemerkt die Stromkosten in die Höhe treiben, wenn sie in der Heizperiode rund um die Uhr laufen. Eine neue Hocheffizienzpumpe passt dagegen ihre Stromleistungsaufnahme den wechselnden Druckverhältnissen im Rohrnetz an. Werden die Thermostatventile zuge dreht, sinkt die Leistung der Pumpe und damit der Stromverbrauch. Kommt dann noch eine Optimierung der Heizungsregelung dazu, läuft der Heizkessel wieder rund. Schon diese preiswerten Maßnahmen können zehn Prozent der Heizkosten einsparen. Sie machen sich in der Regel nach drei bis vier Jahren bezahlt.

Kosten und Förderung für die neue Heizung

Die Kosten für eine neue Heizung sind sehr unterschiedlich und hängen unter anderem davon ab, für welche Heiztechnik sich Hausbesitzer entscheiden und wie die baulichen Gegebenheiten sind. Die Investitionskosten für die Erneuerung der Heizung müssen Hausbesitzer aber nicht allein stemmen. KfW, BAFA, Kommunen und auch Energieversorger vergeben nämlich Förderung für die neue Heizung in Form von Zuschüssen und zinsgünstigen Darlehen.

Wer die Kosten für die Heizungserneuerung nicht aufbringen kann, aber trotzdem von moderner Technik profitieren möchte, kann auch über Contracting nachdenken – die Heizung also mieten.

Quelle: energie-fachberater.de



Foto: Bigstock



rittermeier GmbH
Heizung- + Sanitärfachbetrieb
info@rittermeiergmbh.de · Tel. 02324 / 4 06 82

CERAPUR-ECO
Das Brennwert-Einstiegsmodell mit vielen Pluspunkten

- ⇒ ZSB 14-5 C mit 14 kW (22 kW gleicher Preis)
- ⇒ Witterungsgeführte Regelung CW 100
- ⇒ Serviceset ⇒ Montageplatte Heizleistung in kW 14 (24)
- ⇒ Energiesparpumpe Effizienzklasse A
- ⇒ Kaminsanierung bis 10 m Länge

Aktionspaket 1* bei uns nur:
3.999,- € inkl. MwSt und Montage!

*gültig bis 31.12.2021, Irrtümer und technische Änderungen vorbehalten.

Wir stellen aus
11. – 14.11.
Mode Heim Handwerk
Essen
Stand 7A24

Sie sind auf der Suche nach einer neuen Herausforderung?
Wir suchen ständig **Anlagenmechaniker SHK** sowie aktuell einen **Elektriker**

Berkermann Bauelemente GmbH

Kirchweg 8
45549 Sprockhövel
02324-971885
02324-971886
info@berkermann-bauelemente.de
www.berkermann-bauelemente.de

Unsere Leistungen:

- > Weru Fenster und Türen
- > Abus Sicherheit
- > Neher Insektenschutz
- > Warema Markisen
- > Renz Briefkästen
- > Hörmann Produkte
- > Bauschlosserei

Image

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 25.11.2021
Anzeigenschluss:
Mittwoch, 10.11.2021



Eine moderne Wärmepumpe lässt sich für Heizung, Warmwasser und sogar für die Lüftung und Kühlung des Hauses nutzen.
Foto: August Brötje GmbH

- ☑ Verkauf
- ☑ Vermietung
- ☑ Verwaltung



Rund um die Immobilie sind wir für Sie da!

BRÜCKNER
IMMOBILIEN

VERWALTUNG · VERMITTLUNG · VERKAUF

Tel.: 02324/53767
Bruchstr. 45 · 45525 Hattingen

Neue Einrichtungskollektion „SANSIBAR LIVING“

OSTERMANN-Möbelkollektion bringt Inselfeeling zu Ihnen nach Hause

Als ganz besonderes Highlight möchten wir Ihnen die neue Einrichtungskollektion „SANSIBAR LIVING“ vorstellen. Die Möbel dieser Wohncollection sind so einzigartig wie ein Urlaub auf Sylt und bringen das Inselfeeling zu Ihnen nach Hause.



SANSIBAR
LIVING

SANSIBAR Möbel stehen für das Sylter Lebensgefühl. Für Freiheit und Weitblick, Ruhe und Erholung. Mit **SANSIBAR** Möbeln schaffen Sie in Ihren Räumen eine Atmosphäre der Entschleunigung und Zuflucht. Ein friedliches Refugium.

Ihre eigene Insel für Zuhause.

DIE NEUE EINRICHTUNGSMARKE NUR BEI
OSTERMANN
Einrichtungshaus Ostermann GmbH & Co. KG • Firmensitz: Fredi-Ostermann-Str. 1-3, D-58454 Witten
OSTERMANN.DE/SANSIBAR-LIVING



„Wunderschönes Hügelland!“

Der Bürger-, Heimat- und Verkehrsverein Elfringhausen präsentiert aktuell Uli Auffermanns Fotoausstellung „Wunderschönes Hügelland!“ und lädt damit Wanderer und Spaziergänger zu einem besonderen Zwischenstopp in der Elfringhauser Schweiz ein, denn: Herbstzeit ist bekanntlich vor allem Wanderzeit und der Gang durch die herrliche Landschaft des Hügellandes lässt sich bestens mit der als Freiluftausstellung konzipierten Fotoausstellung verbinden. So verteilen sich nun über 40 Fotos des Autors und Fotografen im Grü-

Fotograf stärkt „Wir-Gefühl“!

Uli Auffermann verschenkt Kalender an den BHV

Längst hat Uli Auffermann die Elfringhauser Schweiz zu seiner erweiterten Heimat erkoren. Jahr für Jahr zieht er durchs Hügelland. Auch nach mittlerweile weit mehr als zehn Auflagen seines Kalenders kann Auffermann sich an der Landschaft gar nicht sattsehen.

„Seit vielen Jahren ist mir die Elfringhauser Schweiz eine Wahlheimat, insbesondere wegen der eindrucksvollen Schönheit der Landschaft und den überaus bodenständigen Menschen! Trotz der Nähe zu den Ballungszentren findet sich hier noch ein Miteinander, geprägt von bäuerlichem Erbe und traditioneller Verpflichtung. Für mich ist die Elfringhauser Schweiz ein Ort zum Wohlfühlen und Genießen“, schwärmt der Autor und Fotograf.

Grund genug also für Auffermann, den dort seit über 25 Jahren Mitwirkenden des Bürger-, Heimat- und Verkehrsvereins Elfringhausen eine Freude zu machen und zahlreiche Exemplare seines neuen Jahresbegleiters „Elfringhauser Schweiz“ an den Vorstand des Vereins zu übergeben. Auffermann: „Ein Heimatverein ist ungemein wichtig für den Zusammenhalt der Dorfgemeinschaft. Vor allem, wenn es sich wie bei Elfringhausen um eine Streusiedlung handelt. Mit meinen Kalendern, die ich dem Verein übergeben habe, möchte ich einen kleinen Beitrag zur Stärkung des ‚Wir-Gefühls‘ leisten. Gerade jetzt, nach dem plötzlichen Tod des langjährigen Ersten Vorsitzenden, Volker Schlickum, muss sich der Verein im Grunde erst wieder finden. Fotos können dabei helfen, sich stark mit der Heimat zu identifizieren.“

Auch der neu formierte Vorstand des BHV, vertreten durch Dirk Bärwinkel (2. Vorsitzender) und Volker Merten (Kassierer), freut sich über die Kalender und hat sich sofort bereit erklärt, die Verteilung an die Mitglieder zu übernehmen.

Ohnehin ist 2021 für den BHV ein besonderes Jahr: Im Mai 1996 gegründet, feierte das Bandwebereimuseum Elfringhausen in diesem Jahr sein 25-jähriges Bestehen, wenn auch das Jubiläum coronabedingt nur im kleinen Kreise begangen werden konnte.

Autor und Fotograf Uli Auffermann mit Dirk Bärwinkel und Volker Merten vom BHV Elfringhausen (v.l.n.r.). Foto: www.dashuegelland.de



nen hinter dem Gemeindezentrum Elfringhausen, dort, wo der BHV Elfringhausen mit dem Bandwebereimuseum beheimatet ist, und zeigen die Elfringhauser Schweiz und Umgebung – das wunderschöne Hügelland zwischen Hattingen, Sprockhövel, Velbert und Wuppertal – zu allen Jahreszeiten.

Der BHV Elfringhausen und Uli Auffermann freuen sich über die Kooperation und über den passenden Standort, auf dem die Fotos jetzt ihren Platz gefunden haben. Und dank der großartigen Unterstützung von Vorstandsmitglied Volker Merten war alles schnell organisiert. Für Auffermann ist es nun, nach der Outdoor-Fotoausstellung „Baumsichten“ auf dem Hortberg in Velbert-Langenberg im vergangenen Jahr, eine weitere Ausstellung, mit der er vor allem zeigen will, dass es sich stets lohnt, die Umgebung vor der eigenen Haustüre zu entdecken, und eines weiß er ganz sicher: das Hügelland ist wunderbar wanderbar!

Die Fotoausstellung wird den Herbst über in der Elfringhauser Schweiz zu sehen sein und so können die Besucher die farbenprächtige Jahreszeit im Hügelland bei einem Besuch der Ausstellung, beim Wandern und Einkehren in vollen Zügen genießen!

Adresse: Felderbachstraße 59, 45529 Hattingen. Die Fotoausstellung befindet sich hinter dem Gebäude des Gemeindezentrums Elfringhausen.



Der Jahreskalender 2022 „Elfringhauser Schweiz“

von Uli Auffermann – ab sofort erhältlich

Das wunderschöne Hügelland zwischen Hattingen, Sprockhövel, Velbert und Wuppertal – eine Landschaft zum Verlieben! In schöner Tradition und nach weit mehr als zehn Auflagen ist es dem bekannten Autor und Fotografen Uli Auffermann auch für 2022 gelungen, mit diesem Kalender die ganz besondere Anmut und Schönheit dieses idyllischen Kleinods zu jeder Jahreszeit in stimmungsvollen Fotos festzuhalten. Ein ideales Geschenk für alle – für Kenner wie für Entdecker dieser reizvollen Landschaft!

Fakten: 14-seitiger DIN A3-Jahreskalender 2022 mit Farbfotos aus der Elfringhauser Schweiz, Preis: 14,90 Euro, ISBN: 978-3-946862-25-3, Bestellung unter: Semann Verlag, Telefon/Fax: 0234 / 324 371 95, e-Mail: semann-verlag@web.de – im Buchhandel erhältlich.

Weitere Informationen auch unter: www.semann-verlag.de



Letzter Halt: Ein kleiner Friedhof im grünen Hügelland

Die Ruhestätte in der Elfringhauser Schweiz ist jetzt 125 Jahre alt - ein Verein kümmert sich

Blickt man auf den Friedhof von der Felderbachstraße hinunter, zeigt sich ein harmonisches Bild auf 4540 Quadratmetern: Gepflegte Gräber, dahinter Wiese und Wald und ein blauer Himmel. Kühe grasen friedlich und über dem Waldrücken wölbt sich ein Windrad. Ein idyllisches Fleckchen Erde zum Ausruhen - nach einem Spaziergang im Hügelland, aber auch für immer. Der private Friedhofsverein, dem dieses Stückchen Erde gehört, wurde unter dem Namen „Elfringhauser Sparverein“ 1896 gegründet und ist im Vereinsregister der Stadt Hattingen die Nummer eins. In diesem Jahr wird der Verein 125 Jahre alt. Doch: Sparverein? Was hat ein Friedhof denn mit Sparen zu tun?

„Eigentlich geht es hier gar nicht um Geld, obwohl es doch eine Rolle spielt“, lacht Friedhelm Pöthmann, seit 2005 Vorsitzender des ungewöhnlichen Vereines. „Bevor wir hier in Elfringhausen einen Friedhof hatten, mussten die Elfringhauser mit dem Leichnam immer zur Bestattung nach Hattingen. Das ging dann mit Pferd und Wagen für den Leichnam und zu Fuß für den Leichenzug und war sehr mühselig. Oft war man mehr als zwei Stunden unterwegs. Auf dem Rückweg kamen die Elfringhauser an so manchen Kneipen vorbei und das gab dann oft einen Schnaps. War das Ziel wieder erreicht, so hatten so manche Begleiter des letzten Weges dem

Verstorbenen mehr als genug Ehre erwiesen und etliche Schnäpse getrunken. Diese unhaltbaren Zustände wurden den Behörden bekannt und so kam es, dass wir in Elfringhausen einen privaten Friedhof bekamen und eben mit damals 18 Mitgliedern den Verein gründeten. Da konnten wir uns den Weg nach Hattingen sparen – und daher kommt auch der Name ‚Elfringhauser Sparverein‘. Mit Geld hat das insoweit zu tun, dass der private Friedhof bis heute wesentlich kostengünstiger ist als ein städtischer oder kirchlicher Friedhof.“

Neben der traditionellen Erdbestattung im Sarg gibt es hier auch die Möglichkeit der Feuerbestattung. Die Urne kommt allerdings



Friedhelm Pöthmann auf dem Elfringhauser Friedhof. Auch seine Familie hat hier selbstverständlich Grabstätten. Foto: Pielorz



Idylle pur: die will der Verein unbedingt erhalten. Foto: Pielorz

ebenfalls in die Erde, ein Kolumbarium gibt es nicht. Bestattet werden kann man auch unter einem der dreißig Bäume - ein beliebter Trend der letzten Jahre.

Der kleine Verein hat 18 Mitglieder und alle sind mit Elfringhausen fest verwurzelt. Sie kümmern sich um die Instandhaltung des kleinen Friedhofs, mähen Rasen, pflegen die Wege und sitzen gern mal auf einer Bank und genießen den Blick in die Natur. 15 Beerdigungen gab es im letzten Jahr und in diesem Jahr auch schon wieder zehn. Mit Thomas Schultz als Stellvertreter von Friedhelm Pöthmann wurde auch ein jüngeres Vorstandsmitglied gefunden. Der Schreinermeister aus Elfringhausen kam durch seine Familie zum Verein. Und Pöthmann weiß: „Auch wer woanders gelebt hat... Viele, die hier geboren wurden, wollen die letzte Ruhe in ihrer Heimat finden.“ *anja*

Der kleine Friedhof in Elfringhausen

Rund neunzig Grabstellen gibt es auf diesem Fleckchen Erde. Fast alle, die hier beerdigt werden, haben in Elfringhausen gelebt. Oder sie sind weggezogen und hatten den Wunsch, hier die letzte Ruhe zu finden. „Wir haben auch Auswärtige. Darunter sind Wanderer, die viele Jahre in der Elfringhauser Schweiz gewandert sind und es hier so schön finden, dass sie auf diesem Friedhof beerdigt werden möchten. Die Konfession spielt dabei keine Rolle, hier darf jeder seine Ruhe finden, der einen Bezug zu Elfringhausen hat.“ Die Kosten für ein Regelgrab liegen im dreistelligen Bereich, ein Baum ist etwas teurer. Man kann sich auch einen Platz unter dem Baum reservieren lassen. In die nächste Generation kann das Grab vererbt werden. Mit sechs Euro im Jahr Instandhaltungskosten lässt sich auch leben. „Das ist für Rasenmähen“, so Pöthmann. Wer sich für den Verein, der immer Unterstützer sucht, oder für eine Grabstelle interessiert, kann Friedhelm Pöthmann kontaktieren: Telefon 02052/6815.



Gerade in den letzten sechs Jahren haben viele Menschen den Wunsch, unter einem Baum bestattet zu werden. Auf dem Elfringhauser Friedhof gibt es für Urnenbestattungen diese Möglichkeit - in der Regel drei Urnen pro Baum. Foto: Pielorz

Gartentipps für den nahen Winter

Sommer adé – die 2021 nicht ganz so warme Jahreszeit hat sich am 23. September von der Nordhalbkugel verabschiedet und dem Herbst seinen Platz bis zum 21. Dezember eingeräumt. Der Garten sollte jetzt winterfest gemacht und gleichzeitig die Weiche für das nächste Jahr gestellt werden.

Zeit und Gelegenheit für Veränderungen

Viele Hobbygärtner haben sich sicher im Laufe des Jahres Gedanken gemacht, ob die Bepflanzung mit Bäumen und Hecken noch ihren Vorstellungen entspricht. Jetzt sind wieder Neu- oder Umpflanzungen und größere Rückschnitte von Hecken und Gehölzen möglich sind. Bei Planungen sind primär die Standortbedingungen zu berücksichtigen.

Neue Heckenpflanzen und Gehölze jetzt pflanzen

Die Herbstzeit ist sogar besonders günstig, um geeignete Gehölze im Garten neu in den Boden zu bringen. Bevor der Frost Einzug hält, können sich Garten- und Heckenpflanzen noch gut an den neuen Standort anpassen. Neben der „Freiland-“ oder auch „Ballenware“ im Angebot immergrüner Heckenpflanzen sind bereits ab Mitte Oktober die „wurzelackte Ware“ oder einfach „Wurzelware“. Hainbuche, Linguster und Rotbuche zählen zu den laubabwerfenden Heckenpflanzen und stellen als Wurzelware gerade bei großen Aufforstungen eine preiswerte Alternative zu normaler Ballen- oder Containerware dar. Günstig ist die Zeit auch für die allermeisten frostunempfindlichen Laub- und



Foto: Peggyhoucair – Pixabay

Danke-Aktion zur Biotonne

Erfolgreiches Bioabfall-Recycling: Sprockhövel beteiligt sich an bundesweiter DANKE-Aktion. Deutschlandweit sammeln Bürgerinnen und Bürger heute in Millionen von Biotonnen doppelt so viele Bioabfälle wie vor 25 Jahren. Rund 1.200 Kompostier- und Biogasanlagen in Deutschland stellen aus den Abfällen der Biotonnen rund 2,5 Millionen Tonnen Kompost her. Als Dankeschön verschenkt die Stadt Sprockhövel auch etwas an die Bürgerinnen und Bürger: 100 Design-Vorsortierbehälter für kompostierbare Küchenabfälle. Diese erhalten all diejenigen, die eine neue Biotonne bestellen oder ihre Biotonne vergrößern – solange der Vorrat reicht. Den sogenannten „BiOTONI“ gibt es in vier verschiedenen Farbkombinationen: senfgrün mit weißem Deckel, die Kombinationen weiß - himbeer, grey stone - powder pink oder türkis - weiß.

Bei telefonischen Rückfragen zur Aktion können sich Bürgerinnen und Bürger an Miriam Weinbrenner, Tel. 02339 917-267, Mail: weinbrenner@sprockhoevel.de wenden. Die Anmeldung und Abmeldung von Abfallbehältern zur Vergrößerung oder Bestellung einer Biotonne ist über ein Formular der Internetseite der Stadt Sprockhövel möglich.

„Mit dieser Aktion möchten wir uns herzlich bei allen Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürgern für das engagierte Getrenntsameln von Bioabfällen bedanken, die mit ihren Bioabfällen in der Biotonne einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten“, so Bürgermeisterin

Obstgehölze. Auch die „Königin der Blumen“, die Rose, kann wurzelackte gekauft und bei milder Witterung gepflanzt werden, damit sie sich noch gut „einwurzelt“. Wenn auch Stauden wie Asters und Farne gepflanzt werden sollten. Gartencenter und Baumschulen halten regelmäßig ein großes Angebot vor.

Kübelpflanzen und Rasen winterfest machen

Besonders auf dem Balkon oder der Terrasse kann es für Kübelpflanzen bald empfindlich kalt werden. Der Gartenfreund sollte daher erste Wintervorbereitungen treffen, damit seine Pflanzen nicht im wahrsten Sinne des Wortes „eiskalt“ erwischt werden. Eine Abdeckung mit Stroh- oder Zweigen auf der Erde oder ein Untersatz aus Styropor oder Holz halten die Kälte bereits spürbar ab. Ein windgeschützter Standort sollte möglichst in der Nähe einer Wand gewählt werden. Noppenfolie hat sich ebenfalls als Kälteschutz bewährt, auch, um ein Gewächshaus zusätzlich als Überwinterungsort für immergrüne Pflanzen zu isolieren. Exotische Pflanzen oder beispielsweise mediterrane Gehölze sollten dagegen die kalte Jahreszeit am besten in Keller oder Garage verbringen.

Der Rasen schließlich freut sich, wenn er zum einen vor der kalten dunklen Jahreszeit noch einmal vertikutiert wird. Zum anderen sollte die grüne Fläche stets frei von Laub gehalten werden, um Fäulnis zu vermeiden. Die oft großen Mengen von eher nährstoffarmen Herbstlaub können kompostiert werden, um später als Gartenerde in den Garten zurück zu kehren. Sinnvoll ist es, andere Gartenabfälle unter das Laub zu mischen, um den Nährstoffgehalt an Stickstoff zu steigern. Stickstoff zählt für das Pflanzenwachstum zu den Basisnährstoffen.

Gartengeräte vor Kälte schützen

Der Mähroboter, der den ganzen Sommer über für eine gepflegte Halmhöhe gesorgt hat, kann nun langsam seinen Winterurlaub antreten. Vergessen Sie nicht, die Wasserleitung zum Garten-Wasserhahn von innen abzusperren und den Hahn zu öffnen. Ihre Regentonnen sollte geleert und Förder- und Teichpumpen sowie Gießkannen können am besten im Haus den Winter abwarten. Ebenfalls angebracht ist es, das Gartenmobilien einen Platz im Keller oder der Garage einzuräumen oder zumindest mit einer speziellen Schutzfolie abzudecken. Und schließlich sollten Spaten, Harke und Co. gründlich gereinigt und mit einem biologisch abbaubaren Öl, wie Leinöl, eingerieben werden – sie haben es sich verdient. dx

Sabine Noll. „Und natürlich möchten wir auch all diejenigen motivieren, die bisher noch keine Biotonne besitzen oder Bioabfall trennen, dies künftig anzugehen.“ „Wichtig ist uns auch die Aufklärung zum Bioabfall“, ergänzt Susanne Görner, Leiterin des Fachbereichs Planen/Umwelt/Bauen/Wohnen. „Bioabfälle werden bereits in großen Mengen getrennt erfasst und verwertet, aber es gibt hier immer noch Entwicklungspotenzial. Denn viele kompostierbare Küchenabfälle landen in der Restmülltonne, und deren Inhalt wird verbrannt. Landen die Bioabfälle dagegen in der Biotonne, wird daraus Biogas und Kompost hergestellt. Das wiederum liefert Öko-Strom und natürlichen Dünger für die Landwirtschaft“, erklärt Susanne Görner.



(v.l.): Bürgermeisterin Sabine Noll, Miriam Weinbrenner (Sachgebiet IV.1.2 Bauen und Wohnen der Stadt Sprockhövel), Susanne Görner (Leiterin des Fachbereichs Planen/Umwelt/Bauen/Wohnen)

Totengedenken im November

Im Herbst fallen die Blätter, ein Zeichen für Vergänglichkeit. In keinem anderen Monat denken wir so oft an unsere Verstorbenen. Allerheiligen, Volkstrauertag und der Ewigkeitssonntag (Totensonntag) reihen sich aneinander.

Oft schieben Menschen den Gedanken an ihre Sterblichkeit beiseite. Viele sind aber auch überzeugt, dass es für uns gut sein kann, wenn wir unsere Sterblichkeit nicht verdrängen, sondern wenn wir uns damit auseinandersetzen. Da lädt der November mit seinen stillen Feiertagen zu einer solchen Auseinandersetzung ein.

Viele Menschen wollen ihrem liebevollen Gedenken an die Verstorbenen Ausdruck verleihen, indem sie deren Gräber mit besonderen Gestecken und Pflanzungen schmücken.

Licht ist Zeichen der Hoffnung und Verbundenheit

Besonders zu Allerheiligen und Allerseelen spielt das Licht als Zeichen der Hoffnung und Verbundenheit eine wichtige Rolle. Mit der Segnung der Gräber am Nachmittag des 1. Novembers ist der Brauch verbunden, diese mit Lichtern besonders zu schmücken.

Ganz unabhängig von Glaube oder Nichtglaube kann der Totensonntag ein Augenblick des Einhaltens und der Erinnerung an Verstorbene sein und uns den Wert des Lebens vor Augen führen. Gerade in dieser unruhigen, schnellebigen Zeit ist Stille und Erinnerung mehr denn je ein wichtiger Moment der Besinnung.

Viele Weihnachtsmärkte entzünden gerade aus Rücksicht auf den Totensonntag erst nach diesem Tag ihre Lichter.



Blumen als Symbol der Trauer. Saisonal bedingt wird zu Allerheiligen, zum Volkstrauertag und Totensonntag Florales oft mit Tanne, Zapfen und Trockenblumen gestaltet. Auf diese Weise können zugleich Gräber abgedeckt und über die Wintermonate geschützt werden. Welche Formen und Farben man auch immer wählt – auf jeden Fall sind Trauer und das Gedenken an geliebte Menschen eng mit Blumen verbunden.

📍 Allerheiligen, Volkstrauertag, Totensonntag

Allerheiligen: Papst Gregor III. war es, der den 1. November als Gedenktag für alle Heiligen festlegte. Dieser Gedenktag wird bis heute in der katholischen Kirche gefeiert.

Volkstrauertag: Der Volkstrauertag ist bei uns ein staatlicher Gedenktag, der 1925 das erste Mal begangen wurde. Damals allerdings noch am fünften Sonntag vor Ostern. Er diente dem stillen Gedenken der Gefallenen des Ersten Weltkrieges. Während der NS-Zeit mutierte der Volkstrauertag zum faschistischen „Heldengedenktag“. Heute gedenken wir der Opfer von Krieg und Gewalt aller Nationen.

Totensonntag: Der Totensonntag wurde vom Preussischen König Friedrich Wilhelm III quasi „ins Leben“ gerufen. Mit einer Verordnung aus dem Jahre 1816 galt er für die evangelische Kirche in den preussischen Gebieten. Der letzte Sonntag vor dem ersten Advent ist seitdem Totensonntag.

„Meine Bestattung. Reicht da kein Sparbuch?“

Im Pflegefall verlangt das Sozialamt, dass Ihr Sparkonto aufgelöst wird.

Schützen Sie Ihr Geld mit einer Bestattungsvorsorge.



Wir sind zertifizierte Bestatter. Lassen Sie sich von uns beraten.

Bestattungen Hilgenstock, Inh. Heinz-Günter Sirrenberg e.K. Telefon 0 23 24 / 73 489
Hattinger Straße 24, 45549 Sprockhövel | info@bestattungen-hilgenstock.de | www.bestattungen-hilgenstock.de

TIERFRIEDHOF WOLKENREISE

Fam. Stefan Hassel
Kreftingstraße 1
45549 Sprockhövel
Tel. 02324-594764, Fax 594762
www.tierfriedhof-wolkenreise.de

DER TOD IST DIE GRENZE DES LEBENS, ABER NICHT DER LIEBE.

Unbekannter Autor

Gefühle überdauern die Zeit.
Wir sind immer für Sie da.

Auf dem Haidchen 42
45527 Hattingen-Welper

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

Tel. 0 23 24 - 64 95

BESTATTUNGEN
Triestram

www.triestram-bestattungen.de

Muss man einen Grabstein haben?

Nein, jeder kann es nach eigenen Wünschen entscheiden. Es gibt keine generelle Verpflichtung für einen Grabstein auf einem Grab. Mit einem schönen Naturstein, gegebenenfalls mit einem besonderen Bezug zum Verstorbenen, oder einem schlichten Holzkreuz mit Namen und Daten des Verstorbenen, kann man auch einen Ort schaffen, um an die verstorbenen Angehörigen oder Freunde zu denken.

Natürlich gilt es auch den zu Lebzeiten geäußerten Wunsch des Dahingegangenen zu respektieren. Ob einfache Marmorplatte, Grabstein, eine Grabplatte, ein Grabmal mit lebensgroßen Darstellungen – das Grabmal ist quasi das letzte Zeichen eines Menschen auf Erden, solange sein Grab existiert. Daher sollten sich die Hinterbliebenen auch Gedanken darüber machen, dass das, was sie auf das Grab setzen möchten, auch dem Verstorbenen gerecht wird.



Fotos: Christian Waschke

Valentin auf dem Treppchen



Bei den Deutschen Halbmarathon Meisterschaften in Hamburg-Wandsbek lief der Sprockhöveler David Valentin (LT Haspa Marathon Hamburg) zu einer neuen persönlichen Bestzeit. In seiner neuen Wahlheimat ließ es der Bundeswehrangehörige mit seiner Endzeit von 1:07:24 Stunden richtig krachen. Der 24-Jährige verbesserte seine bisherige Bestzeit aus vor Coronazeiten um 75 Sekunden. Bei hanseatischen Schmuddelwetter mit Temperaturen um die 10° Grad und leichtem Nieselregen setzte der Zeitsoldat von Anfang an auf die Tempokarte. Die 10-km-Marke wurde dabei in flotten 31:24 Minuten durchlaufen. Mit einem Kilometerschnitt von 3:11 Minuten oder anders formuliert von 19 km/h rannte der frühere deutsche Jugend- und Juniorenmeister über 10.000 m auf einen Platz unter den Besten und damit gleichzeitig zu seiner ersten Hamburger Meisterschaft im Halbmarathon. Nach 8:39 Minuten über 3.000

m auf der Bahn überzeugte der frühere Bundeskaderathlet nun auch über 21,1 km auf der Straße.

Erstmalig ein „Baby-Café“

Die Stadt Sprockhövel bietet im November und Dezember dieses Jahres erstmalig in drei Sprockhöveler Kindertageseinrichtungen gemeinsam mit Familienhebamme Adina Stracke sowie einer pädagogischen Fachkraft aus den Kindertageseinrichtungen ein „Baby-Café“ zu verschiedenen Themen an. Das Angebot findet an sechs verschiedenen Terminen statt und richtet sich an Eltern mit ihrem Baby im Alter von 0 bis 12 Monaten, die neue Anregungen bekommen möchten – auch konkrete Fragen können gestellt werden.

„Im Laufe des ersten Lebensjahres von Neugeborenen müssen sich Eltern in ihrer Elternrolle häufig erst zurechtfinden, und lernen auf die Bedürfnisse des Babys einzugehen. Hierbei möchten wir unterstützen und vor allem den Eltern auch die Möglichkeit bieten, sich untereinander auszutauschen“, so Heike Hundt, Sachgebietsleitung der Kindertagesbetreuung der Stadt Sprockhövel.

Jahreshauptversammlung TuS Hiddinghausen 1945 e.V.

35 Mitglieder des TuS kamen zur diesjährigen Jahreshauptversammlung in das Restaurant Am Schlagbaum. Die 1. Vorsitzende Sonja Duggan samt Vorstand berichteten über das vergangene Sportjahr, welches durch Corona teilweise zum Erliegen kam. Der Kassenbericht sowie die Mitgliederentwicklung wurde mittels Projektor den Mitgliedern erklärt. Alle Tagesordnungspunkte wurden einstimmig von der Versammlung angenommen.

Bei der anstehenden Neuwahl wurde Sonja Duggan wieder einstimmig zur 1. Vorsitzenden und Daniela Mosler zur 1. Kassiererin gewählt. Erika Höhner wechselte nach jahrelanger Tätigkeit als 1. Kassiererin auf die 2. Position und wird Daniela Mosler bei der Einarbeitung unterstützen. Der restliche Vorstand wurde durch die Mitglieder bestätigt. Wir hoffen, dass wir in 2022 wieder Feste und Veranstaltungen unter den Covid-Bestimmungen für unsere Mitglieder stattfinden lassen können. In Würdigung und Anerkennung der langjährigen Vereinstreue wurden Marlis Vogel für 25 Jahre, Karin und Heinz Schulze für 40 Jahre Vereinsmitgliedschaft geehrt. Zu Ehrenmitgliedern ernannte der Verein Lotti Ernst, Hilde Rauschdorf und Gustav Stock. Nach der offiziellen Versammlung war Zeit für Gedankenaustausch und gemeinsames Abendessen. Der Sportbetrieb läuft unter den aktuellen Coronavorschriften weiter. Info: www.tus-hiddinghausen.de sowie über facebook: [tus.hiddinghausen](https://www.facebook.com/tus.hiddinghausen).



v.l. Sonja Duggan und Erika Höhner



Marlis Vogel, Sonja Duggan, Gustav Stock, Hilde Rauschdorf, Lotti Ernst.

An folgenden Terminen und Orten wird das „Baby-Café“ angeboten: Am 3. November und 17. November 2021 im AWO Familienzentrum Blumenhaus, Am Blumenhaus 64, 45549 Sprockhövel. Thema: Baby-Yoga. Am 10. November und 1. Dezember 2021 in der Evangelischen Kindertageseinrichtung Perthes Ring, Perthes Ring 23, 45549 Sprockhövel. Thema: Baby-Bewegungsbaustelle.

Am 24. November und 15. Dezember 2021 im Städtischen Familienzentrum KiFaZ-Miteinander, Hauptstraße 8, 45549 Sprockhövel. Thema: Wahrnehmung und Bewegung.

Alle Angebote finden in der Zeit von 9.30 bis 11.30 Uhr statt und sind kostenlos. Da die Teilnehmendenzahl begrenzt ist, wird um vorherige Anmeldung gebeten bei: Heidrun Müller, Tel. 02339/917-333, Mail: h.mueller@sprockhoevel.de oder Heike Hundt, Tel. 02339/917-254, Mail: hundt@sprockhoevel.de.



Die Community der Intercoiffure Deutschland traf sich vom 25.-27. September unter Einhaltung aller Coronaregeln mit tollem Programm und vielen Business-Inputs im Porsche-Zentrum in Leipzig!

Gemeinschaft und Wir-Gefühl im New Normal

Unter dem Motto „Gemeinschaft erleben“ traf sich die Intercoiffure-Gemeinschaft endlich wieder im wahren Leben und zelebrierte ihr jährliches Festival mit allem, was die Intercoiffure ausmacht, begeistert und vorantreibt: Businessvorträge, Diskussionsrunden, Trendshows und Networking.

Die neuen Herbst- und Wintertrends wurden ausprobiert und in einer lockeren Show die Frisuren und Kollektionen der Teilnehmer vorgeführt.



Auszeichnung mit Diplom zum Intercoiffure

5-Sterne-Siegel für Haar & Beauty Zauber Hattingen, zum Top Salon. Ute Berg konnte in einer feierlichen Diplomübergabe, beim Intercoiffure Festival in Leipzig, im September, die Auszeichnung entgegennehmen.

SCHENKEN GEHT DAS GANZE JAHR

HAAR & BEAUTY ZAUBER

Zum Ludwigstal 31-33 · 45527 Hattingen · ☎ 02302/687908 · www.haar-beauty.de

Damit ist der Salon einer der wenigen Salons in der Umgebung mit dieser Auszeichnung, die für einen besonders hohen Standard in Schnitt, Farbe und Beratung steht.

Großen Wert legt das Team im Haar & Beauty Salon auf die besondere Atmosphäre, in der sich die Kunden wohlfühlen und den Termin als Auszeit zum anstrengenden Alltag erleben sollen.

Die Kunden genießen in angenehmer ruhiger Atmosphäre die Möglichkeit, Haarstyling & Beautybehandlungen mit ausgiebiger Entspannung zu kombinieren. Eine individuelle und kompetente Beratung ist bei Ute Berg eine Selbstverständlichkeit. Gute Haarschnitte, perfekte Strähnen und modernste Farbtechniken gehören in geschulte Hände.

Entdecken Sie eine ganz neue Ausstrahlung und ein neues Selbstbewusstsein mit Haar & Beauty Zauber Hattingen.

Überzeugen Sie sich selbst – denn:

Wer den Vergleich erlebt hat, wird die Einzigartigkeit bestätigen! Die Geschenkgutscheine gehen das ganze Jahr und das Team würde sich freuen Sie bald begrüßen zu dürfen!



Image-Leser sind immer informiert

Monatsmagazine für Hattingen, Sprockhövel & Witten

Gesamtauflage ca. 90.000 Exemplare

lokale Neuigkeiten & informative Rubriken

Briefkastenverteilung



Image

Aktuelle Termine finden Sie unter www.image-witten.de

☎ 02302 9838980

Impressum

Titelbild: Herbstlandschaft zwischen Laaker Weg und Höhenweg, Kalender 2022 Elfringhauser Schweiz; Foto: Uli Auffermann

Herausgeber: Monika Kathagen
Wasserbank 9, 58456 Witten
☎ 02302/9838980

Verlag und Redaktion: Kathagen-media press
E-Mail: info@image-witten.de
www.image-witten.de

Anzeigen und Redaktion: Barbara Böhner-Danz, Matthias Dix, Cornelia Hamacher, Monika Kathagen, Jessica Meckler, Tilsa Mustafi, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

Druck: BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

Erscheinungsweise und Auflage: Monatlich, kostenlos, Auflage 23.500 Exemplare. Haushaltsverteilung u. a. in Zentrum, Welper, Blankenstein, Holthausen, Winz-Baak, Niederwienigern, Niederborsfeld und z. T. Bredeisdorf.

Es gilt die Preisliste Nr. 6 ab Ausgabe 5/2020. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 25.11.2021
Anzeigenschluss: Mittwoch, 10.11.2021

An Eurer Seite!



*Mit viel Herz
für unsere
Heimat!*



Exklusiv für EN!
avu.de/heimat

AVU...