

ImageSprockhövel

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



**Image verlost
60 Schlemmerblöcke!**

Außerdem: Image Magazin-Leser erhalten den Schlemmerblock jetzt exklusiv für **21,90 €** statt 39,90 €. Lesen Sie dazu auf S. 33.



Gewinnen Sie Ihren Weihnachtsbaum, s. Seite 37!

Kalendermotiv Dezember aus dem Wandkalender 2022 mit Motiven der Zwiebelturmkirche, Foto: Karsten Wenke, Diplom Designer



Leben ...

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



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

Über
25
Jahre
Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!

Salon Thomas Martin
Bodenborn 75
58452 Witten

Öffnungszeiten:
Dienstag - Freitag 9 - 13 und 15 - 18.30
Samstag von 8.30 - 14.00

Telefon 02302 - 3898

125 Jahre Familientradition



v.l.n.r.: Sarah Martin mit ihren Eltern Jutta und Thomas Martin.

Der Friseursalon Thomas Martin feiert in diesem Jahr sein 125-jähriges Jubiläum und ist somit der älteste Salon in Witten.

Ab Dezember hält mit Tochter Sarah Martin die fünfte Generation der Martins Einzug in das Familienunternehmen.

„Wir freuen uns unsere Tochter und angehende Friseurmeisterin Sarah Martin in unserem Friseursalon begrüßen zu dürfen“, erzählen die Eltern und Inhaber des Friseursalons Jutta und Thomas Martin stolz.

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 24/902 3523 (24 Std. erreichbar)

Dieser Image-Ausgabe ist ein Flyer der Stadt Sprockhövel beigelegt. Wir bitten um Beachtung.

Liebe Leser,
einmal kurz nicht aufgepasst – und schwups ist das Jahr schon wieder fast vorbei. Und was steht natürlich vor der Tür? Genau, Weihnachten! Während viele noch hoffen, dass das Weihnachtsshoppen in diesem Jahr wieder halbwegs normal möglich sein wird, haben wir in dieser Ausgabe das Thema Schenken für Sie, liebe Leser, schon einmal etwas genauer unter die Lupe genommen. Los geht es mit Tipps und Ideen zum Geschenkekauf – natürlich am besten lokal. Die Adventszeit, der Weihnachtsmarkt oder die EXTRAZeit bieten dafür die perfekten Möglichkeiten. Von Selbstgebastelten Dingen über Freizeitaktivitäten und Gutscheine bis hin zur Mütze aus der Lieblingsboutique – diese Ausgabe bietet Ihnen viele Inspirationen. Aber auch das Thema Schenkungen im rechtlichen Sinne wird von Fachanwalt Ronald Mayer genau erklärt. Doch egal ob groß oder klein, teuer oder günstig, am wichtigsten ist doch, dass das Geschenk von Herzen kommt. Die Freude der Lieben und die strahlenden Kinderaugen sind die Mühe auf jeden Fall wert. Nicht nur Kinderaugen lässt übrigens der magische Lichterpark Lumagica auf der Henrichshütte in Hattingen erstrahlen. Mehr dazu erfahren Sie auf Seite 29. Und was darf Weihnachten außer Geschenken nicht fehlen? Der Baum! Deshalb verlosen wir auch in diesem Jahr wieder zusammen mit Lennart Nüfer zehn Weihnachtsbäume. Viel Glück und eine schöne Vorweihnachtszeit wünscht:
Ihre Image-Redaktion

Ganz lokal: Weihnachtsgeschenke in der Heimat shoppen

Beim Adventszauber, auf dem Weihnachtsmarkt oder der EXTRAZeit in Sprockhövel

Der Einzelhandel leistet mehr als nur die reine Versorgung der Bevölkerung mit Gütern und Dienstleistungen. Er sichert Arbeits- und Ausbildungsplätze. Daneben trägt das vielseitige gesellschaftliche Engagement örtlicher Händler, Dienstleister und Gastronomen zur Belebung unserer Städte bei. Präsenz zeigen und Kunden gewinnen oder erhalten – das steht vor allem in der Vorweihnachtszeit ganz groß auf dem Programm. Die Werbegemeinschaften und die Wirtschaftsförderung planen deshalb auch besondere Events.

Dazu gehört beispielsweise der traditionelle Adventskalender in den Fenstern der Sparkasse Sprockhövel. Seit vielen Jahren zeigen bunte Kinderbilder eine lebendige Vielfalt und laden zum Staunen und Hingucken ein. Stadtmarketing und Wirtschaftliche Interessengemeinschaft (WIS) sind hier seit vielen Jahren Hand in Hand in der Planung. Das ist aber nicht alles. „Einen kleinen Weihnachtsmarkt soll es in diesem Jahr auch geben. Stattfinden wird er auf dem alten Schulhof vor dem Bürgerhaus am Busbahnhof in Niedersprockhövel. Am Programm wird derzeit noch eifrig gebastelt. Termin soll das dritte Adventswochenende vom **10. bis 12. Dezember** sein“, sagt Lutz Heuser vom Vorstand der WIS, zugleich auch Vorsitzender vom Stadtmarketing.

Die Wirtschaftsförderung der Stadt Sprockhövel arbeitet auch wieder an der EXTRAZeit. Am **Donnerstag, 16. Dezember**, gibt es für den verlängerten Einkauf in den Abendstunden, ergänzt durch kleine Buden entlang der Hauptstraße, einen Termin im Advent. Die Sprockhöveler können die Geschenke für ihre Lieben zur Weihnachtszeit ganz entspannt in der Heimat shoppen.

Auch in Haßlinghausen hat die Wirtschaftsförderung unter dem Motto „Adventszeit“ am **Freitag, 26. November, 18 bis 21 Uhr**, vor dem 1. Advent eine Aktion geplant. Auftreten wird dabei auch der Shanty-Chor, der sich nach der langen Zeit der fehlenden Auftrittsmöglichkeiten mangels Veranstaltungen riesig freut wieder dabei zu sein. „Musik werden wir in Niedersprockhövel haben. Und im Dezember wird es weihnachtlich zugehen“, ist sich Maren Schlichtholz von der Wirtschaftsförderung sicher.

Adventskalender der städtischen Musikschule

Die Musikschule der Stadt Sprockhövel hat sich in diesem Jahr etwas ganz Besonderes zur Advents- und Weihnachtszeit ausgedacht. Im Internetauftritt der Stadt Sprockhövel wird es einen Adventskalender geben, in dem sich jeden Tag ein Törchen mit einer Überraschung öffnet. Dort spielen die Lehrkräfte der Musikschule und einige Ensembles bekannte Weihnachtslieder, die Kinder der Musikalischen Früherziehung singen, aber es werden auch Geschichten vorgetragen. Mehr wird erst einmal nicht verraten. Die Törchen öffnen muss schon jeder und jede selbst. Möglich wurde dies durch die Einrichtung des neuen Musik- und Videostudios der Musikschule im Bürgerhaus Anfang 2021. Hier werden unter professionellen Bedingungen Aufnahmen gemacht. So können nun alle Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger in den Genuss dieses Studios kommen. Die Musikschule wünscht viel Freude beim Ausprobieren des Kalenders. Nähere Informationen unter www.sprockhoevel.de.

www.image-witten.de
Regelmäßige Aktualisierung von Meldungen und Terminen
– natürlich auch nach Redaktionsschluss der Printausgabe!
topaktuell – kostenlos



Bunte Bilder von Sprockhöveler Kindern schmücken im Advent die Fenster der Sparkasse. In vielen Jahren gab es an manchen Tagen auch ein kleines Bühnenprogramm auf dem Vorplatz, organisiert vom Stadtmarketing Sprockhövel. Foto: Archiv Pielorz



Hier auf dem Vorplatz vom Bürgerbüro in Niedersprockhövel soll der Markt für vorweihnachtliche Stimmung sorgen. Foto: Pielorz

volksbank-sprockhoevel.de

Jetzt Mitglied werden und profitieren.

Das Fundament unserer Bank: unsere Mitglieder.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Gemeinsam stärker.
Unsere Mitglieder sind Teilhaber unserer Bank, bestimmen gemeinsam über die Zukunft mit und erhalten viele attraktive Vorteile.

Volksbank Sprockhövel eG

Nächster Erscheinungstermin:
Image Montag, 20.12.2021
Anzeigenschluss: Montag, 6.12.2021

M.D. Edelmetalle
An- und verkauf
Markus Drein

5% Rabatt bei Vorlage der Anzeige

Ruhrstraße 25 • 58452 Witten
☎ 02302/91 2211
☎ Fax: 02302/2027370

ZEIT FÜR GESCHENKE

Erfreuen Sie Ihre Lieben mit einem Geschenkgutschein von uns.

Beim Kauf eines Gutscheines ab 50 € und Vorlage dieses Coupons erhalten Sie im Wert von 20 € ein Geschenk von uns dazu.

HAAR & BEAUTY ZAUBER

Zum Ludwigstal 31-33
45527 Hattingen

02324 687908
www.haar-beauty.de

Einen Einkaufsbummel zur Advents- und Weihnachtszeit

Ein Abend im Lieblingslokal, etwas Persönliches schenken und die Zeit genießen



Die Coronazeit war für alle fordernd. Viele wären gern gelassener. Aber wie kann das gelingen? Jetzt darf man sich wieder auf „richtige“ Weihnachtsmärkte freuen und auch Freunde und Familien dürfen sich außerhalb der eigenen vier Wände treffen.

Gans wie früher?

Vorfreude aufs weihnachtliche Lieblingsessen? In der Gastronomie kann nach einem Jahr Pause wieder die Weihnachtsgans mit Rotkohl und Klößen kredenzt werden. Aber es können natürlich auch die mediterrane Küche oder regionale Köstlichkeiten im Lieblingslokal sein. Süße Leckereien dürfen in der Adventszeit nicht fehlen. Es muss nicht der Lichterglanz in Köln, Lebkuchen in Nürnberg oder Glühwein vor dem Stephansdom in Wien sein, auch hier im Pott finden Sie in diesem Jahr wieder überall attraktive Einkaufsmeilen, Weihnachtsmärkte zum Verweilen, Geschäfte zum Stöbern oder gemütliche oder trendige Lokalitäten.

Zu Hause weihnachtlich dekorieren

Lichterglanz und Tannenduft verbreiten sich im ganzen Haus. Jetzt finden Sie stilvolle Wohnaccessoires, festliche Arrangements in liebevoll dekorierten Fachgeschäften und Blumengestecke, Adventkränze bei diversen Weihnachtsausstellungen. Genießen Sie die Vorfreude stimmungsvoll bei Kerzenschein, Glühwein oder alkoholfreien Spezialitäten.

Glück verschenken

Geschenke müssen von Herzen kommen – dann erfreuen Sie den Beschenkten und machen einfach glücklich. Auch Postkarten können kleine Kunstwerke sein, die Freude bereiten. Gerade in Zeiten der elektronischen Kommunikation ist die traditionelle Weihnachtspost wieder etwas ganz Besonderes. Apropos Glück: Weihnachten ist die Zeit, auch mal innezuhalten. Denn Schenken macht glücklich!

Mehr Kultur entdecken

Das Kulturangebot ist vielfältig. Konzerte, Theatermomente, Kleinkunst, Museen bieten unvergessliche Erlebnisse. Veranstaltungen für jeden Geschmack, da fällt die Auswahl schwer.

Weihnachtszeit ist Shoppingzeit

Vom kuscheligen Pullover über die altbewährten, aber momentan sehr trendigen Socken. Die Modegeschäfte der Städte haben oft ein liebevoll ausgewähltes Sortiment, mit dem man seinen Lieben eine Freude machen kann. Eine fachliche Beratung vor Ort ist dabei natürlich selbstverständlich. Wer es etwas exklusiver mag: trendiger Silberschmuck, klassischer Goldschmuck oder schicke Armbanduhren – alle diese schönen Dinge sind Erinnerungen für die Ewigkeit.

Den Start des Weihnachtszaubers in der Hattinger Innenstadt wird garantiert niemand vergessen: Dann nämlich zieht der Duft von Glühwein und gebrannten Mandeln durch die Straßen und tausende Lichter funkeln. Liebevoll dekorierte Läden verleihen der Stadt einen vorweihnachtlichen Zauber. Ein breites Sortiment an Kunsthandwerk und kulinarischen Köstlichkeiten erwartet die Besucher beim Flanieren durch die Altstadt.

BEI UNS ERHÄLTlich

STRAFFERE HAUT. VERBESSERTE ELASTIZITÄT. **SYSTEM ABSOLUTE**

Beratungstag am 6.12.2021
10% auf die Produkte

SYSTEM ANTI-AGING

Ihre Systempflegeserie bei anspruchsvoller Haut wirkt gegen Zeichen der Hautalterung. Wählen Sie nach Hautbedürfnis bei der Tages- und Nachtpflege zwischen einer leichten und einer reichhaltigen Textur. Anti-Aging-Pflege für einen sichtbar strafferen, glatten Teint. www.boerlind.com

MADE IN THE BLACK FOREST EST. 1959

ANNEMARIE BÖRLIND
NATURAL BEAUTY

Reformhaus B. Stöcker

Welpenstr. 2 • 45525 Hattingen • Tel. 02324 - 24979
Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 9.00 - 18.30 Uhr • Sa. 9.00 - 13.30 Uhr
E-Mail: info@reformhaus-stoecker.de
www.reformhaus-stoecker.de

Auszeiten verschenken

Der Alltag ist meist schon stressig genug und kommt dann noch der Weihnachtsstress dazu – hier bieten sich perfekt kleine Wohlfühlmomente als Geschenkidee an. Pflegeprodukte oder Gutscheine für Wellness, Friseur oder Massage sorgen für eine schöne Auszeit und vielleicht auch schöne gemeinsame Erinnerungen. Auch ein leckeres Essen im Lieblingslokal kann für eine kleine Auszeit aus dem Alltag sorgen und eignet sich perfekt auch als Weihnachtsgeschenk. Denn gemeinsame Zeit ist ja, wie allseits bekannt, unbezahlbar.

STEAKHOUSE ROSE

Bitte reservieren Sie rechtzeitig!

Heiligabend geschlossen

1.+2. Weihnachtstag durchgehend geöffnet:
Reservieren Sie Ihren Tisch um 11.30, 14.00, 17.00 oder um 20.00 Uhr

Silvester: Tischreservierungen möglich um 17.30 oder 20.00 Uhr

An allen Feiertagen speisen Sie à la carte.

Hauptstraße 79 • 45549 Sprockhövel • Telefon: (023 24) 97 16 13
Öffnungszeiten: Dienstag – Sonntag: 11.30 – 14.30 Uhr u. 17.30 – 23.00 Uhr
Montag: Ruhetag

Bäckerei • Konditorei • Café

Stolte

Torten mit Weihnachtsmotiven – Vorbestellungen erbeten!

Viele Gebäcksorten – eigene Herstellung!

Geschenkgutscheine erhältlich!

Wittener Straße 161 • 45549 Sprockhövel • Tel. & Fax: 02339/121345
Di.-Sa. 6-18 Uhr durchgehend • So. 12-18 Uhr • Montag Ruhetag
Heiligabend von 6 bis 13 Uhr geöffnet!

Genuss verschenken

Mit einem Gutschein vom Lieblingsrestaurant einfach mal zum Schlemmen verführen.

Wir wünschen allen harmonische Weihnachten!

Confiserie Harmonie

In liebevoller Handarbeit
Törtchen, Pralinen, Teegebäck, Stollen und vieles mehr

Sankt Georg Straße 10 • 45525 Hattingen • Tel. 02324-9215155 • www.confiserie-harmonie.de

gardinen kriegler
wohnen ist mehr...

Wir wünschen unseren Kunden frohe Weihnachten und ein gutes neues Jahr!

Geschenke von Formano

Obermarkt 8 • 45525 Hattingen
02324/22675

Aufgeblüht

Wenn es draußen ungemütlich wird, setzen Wohnaccessoires trendige kuschelige Akzente.

Märchenhaft

Einfach mal wieder ein Märchenbuch zum Vorlesen oder selber lesen verschenken, oder ein Buch aussuchen: „Ein gutes Buch geht immer.“

Foto: Bigstock

sukhothai

Danke für alles und eine schöne Adventszeit!

Geschenketip von uns:
Gutschein über unseren Thai Cuisine Kochkurs

02324/702009

Bochumer Str.15 Sprockhövel

www.sukhothai-sprockhoevel.de
info@sukhothai-sprockhoevel.de

Am alten Bethaus schmieden sich die Schüler ein Herz

Heimat- und Geschichtsverein Sprockhövel und die Schüler gewannen den Heimatpreis der Stadt

2020 hat die Stadt Sprockhövel erstmalig den Heimat-Preis an ehrenamtlich engagierte Bürgerinnen und Bürger vergeben, die sich um Tradition und Brauchtum verdient gemacht haben. Aus den zahlreichen Vorschlägen gab eine Jury, bestehend aus Vertreterinnen und Vertretern aus Politik und Verwaltung, eine Empfehlung an den Stadtrat ab. Der entschied sich beim ersten Preis für die Kooperation zwischen dem Heimat- und Geschichtsverein und der Wilhelm-Kraft-Gesamtschule.

„Die damalige 7c, heute die 8c, und wir als Heimatverein haben kurz vor Ausbruch der Corona-Pandemie eine Aktion mit unseren historischen Küchen- und Werkzeugen gemacht. Gemeinsam haben wir geschaut,



Die Schüler und Schülerinnen der Klasse 8c der Wilhelm-Kraft-Gesamtschule mit Mitgliedern des Heimatvereines Sprockhövel und den helfenden Händen an der Schmiede am Bethaus. Foto: Pielorz

mit welchen Geräten sich heute im Alltag noch etwas anfangen lässt und wie sie funktionieren“, erzählt Christina Herrmann vom Heimat- und Geschichtsverein Sprockhövel. An etwa zehn Stationen konnten die jungen Menschen mit Unterstützung des Heimatvereines beispielsweise Wiegen, eine alte Brotschneidemaschine ausprobieren, Ähren rösten oder mit der flotten Lotte

Apfelmus herstellen. Zum Abschluss des Projektes trafen sich jetzt die jungen und älteren Akteure im Bethaus der Bergleute im Wittener Mutental.

Historische Sehenswürdigkeiten

In der historischen Sehenswürdigkeit mit Zechenschmiede legten die Jugendlichen selbst Hand an und schmiedeten sich zur Erinnerung ein Herz. „Wir finden, es ist ein tolles Projekt zwischen Alt und Jung. Uns ist der Kontakt gerade zu jungen Leuten besonders wichtig, um ihnen einen Einblick in die Geschichte ihrer Heimat zu vermitteln.“ Für die Jugendlichen ein ganz besonderer Schultag bei herrlichstem Herbstwetter. *anja*



Die meisten Jugendlichen wollten ein Herz schmieden. Foto: Pielorz

Veranstaltungswochenende
in der Zwiebelturmkirche,
Samstag und Sonntag, 4. + 5. Dezember

Man lässt keine Menschen ertrinken - Punkt

Diese Aussage der Pastorin Sandra Bills auf dem Kirchentag in Dortmund steht als Motto über dem Veranstaltungswochenende. Dazu die Sprockhöveler Pfarrerin Heike Riemann: „Solange tagtäglich Menschen im Mittelmeer sterben, müssen Zivilgesellschaft und Kirchen das Versagen der europäischen Staaten anklagen und so viele Geflüchtete wie möglich aus dem Mittelmeer retten.“

Für die Aufnahme Geflüchteter vor allem aus dem Mittelmeer setzen sich das Café MITeinander, die Evangelische Kirchengemeinde Bredenscheid-Sprockhövel und die Flüchtlingshilfe Sprockhövel ein. Kunstaktionen, eine Ausstellung und Gottesdienste vor und in der Niedersprockhöveler Zwiebelturmkirche sollen auf das Schicksal der im Mittelmeer vom Ertrinken bedrohten Menschen aufmerksam machen.

Das Programm beginnt am Samstag um 16 Uhr vor der Zwiebelturmkirche mit dem interaktiven Kunstprojekt „Brückenbau“.

Um 16.30 Uhr wird in der Kirche das Wochenende eröffnet mit einer Performance, gestaltet von Ingrid Leukers-Bölicke und Ulrike Hedwig mit Christoph Gerhard (Gesang und Gitarre).

Von 17 bis 18 Uhr folgt ein Rundgang durch die Ausstellung. Dazu gehören eine Installation von rund 3.000 von Ehrenamtlichen gefalteten Papierschiffen, ein Kunstobjekt von Birgit Feike, Exponate von Hanna Ludwig-Schmidhuber, die Videopräsentation „Lass sie rein“ von STOPPOK, eine Mitmachaktion „Schiffe falten“ und ein Innehalten im Gedenken an alle im Mittelmeer Ertrunkenen.

Am Sonntag beschäftigt sich um 11 Uhr ein Gottesdienst mit dem Thema Flucht, die Ausstellung ist von 12 bis 13 Uhr und von 15 bis 17 Uhr geöffnet.

Eine Andacht mit Pfarrerin Heike Riemann beschließt das Programm um 17 Uhr.

Während des gesamten Wochenendes werden Spenden gesammelt

Fashion Store

Inhaberin: M. Obermann



Auf in
die kalten
Tage!

Street One CECIL s.Oliver

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 10.00 – 18.30 Uhr · Sa. 10.00 – 14.00 Uhr
Hauptstraße 19 · 45549 Sprockhövel · ☎ 02324/6866392

für die Seenotrettung Gemeinsam Retten e. V. „United for Rescue“ ist ein deutscher Verein zur Rettung von Menschen im Mittelmeer, der sich auf dem Kirchentag in Dortmund gegründet hat.

Die Evangelische Kirche in Deutschland unterstützt den Verein, der die beiden Rettungsschiffe Sea-Watch 4 und Sea-Eye 4 ins Mittelmeer entsandt hat.





Gesundheits- und FitnessTREFF

**Krafftfitness • Bewegungskurse
Rehabilitation • Prävention
Entspannung • Ernährung**

Freie Plätze in
Herzsport- und Rehakursen!

Im Baumhof 15 + Hauptstraße 19,
45549 Sprockhövel
Tel. 0 23 24 / 74 774
www.gufit.de

Tornisterkauf: Natürlich bei Geller

Beim Kauf
eines Schulranzens
erhalten Sie
einen Gutschein
im Wert von
25 €

**Jetzt neu
bei uns:**



**Ganz individuell –
ganz du selbst!**

**In unserer Filiale:
Gutenbergstraße 2
in Niedersprockhövel**



**Gutenbergstraße 2
45549 Sprockhövel**



Schuhmode GELLER

☎ 0 23 24 / 68 67 90
www.schuhmodegeller.de



© Image-Magazin

Jedes Ohr ist individuell



Ohren verwandeln gemeinsam mit dem Gehirn Töne in Sprache, warnen vor Gefahren und sorgen für das Gleichgewicht und sind so individuell wie ein Fingerabdruck. Zum räumlichen Hören benötigen wir zwei Ohren, nur so erkennt man, woher die Geräusche kommen, was mitunter lebenswichtig ist, dies ist auch der Grund für die beidohrige Versorgung bei einem Hörschaden oder Hörverlust. Bei Dunkelheit und in der jetzt anbrechenden Jahreszeit vertrauen wir wegen der schlechten Sicht oft unbewusst auf unser Gehör, den wer gut hört, kann eine nahende Gefahr hören und lokalisieren. Das menschliche Gehör ist sehr leistungsfähig. Es kann Töne von ca. 20 Herz bis 20.000 Herz wahrnehmen. Tiefe und hohe Frequenzen wie z.B. Schiffsirenen, Donnerrollen oder das Zirpen von Grillen, es verarbeitet unterschiedlichste Klangfarben und Lautstärken. Wir verdanken dem Gehör die Fähigkeit mit anderen Menschen zu kommunizieren.

Der Hörsinn warnt und alarmiert

Viele Warnungen erreichen uns über das Gehör, egal ob als Zuruf, Klingelzeichen oder akustisches Signal und erfordern so unsere Aufmerksamkeit. Das Gehör unterstützt die Orientierung im Raum. Bei geschlossenen Augen hören wir, ob wir uns in einem großen oder einem kleinen Zimmer befinden. Wir nehmen auch Tonhöhen oder die Sprachmelodien wahr und können so Stimmungen und Gefühle des Gegenübers deuten.

Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt!



Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

- Unverbindliche und individuelle Beratung
- kostenloses Probetragen verschiedener Hörsysteme
- Kostenlose Überprüfung Ihrer Hörsysteme
- Hörtraining
- Tinnitus-Therapie



Hörgeräte Vogel
Robert-Brauner-Platz 1
44623 Herne
Tel. 0 23 23 – 5 23 27

Hörgeräte Vogel
Hauptstraße 73
45549 Sprockhövel
Tel. 0 23 24 – 91 93 709

Das Gehör macht auch im Schlaf keine Pause

In unserer Entwicklungsgeschichte war es überlebenswichtig gefährliche Tiere frühzeitig zu hören. Auch heute ist diese Warnfunktion des Gehörs von großer Bedeutung. So werden Mütter vom kleinsten Geräusch ihrer Säuglinge wach und man registriert z.B. Fahrzeuge oder Alarmanlagen. Heute hat unser Ohr aber viel mehr Geräusche zu verarbeiten, als zum Warnen oder Orientieren notwendig wären. Die Belastung von Alltagsgeräuschen – ob Baulärm, Musikberieselung oder Straßenlärm vor der Haustür – stört und schadet zunehmend. Schallwellen werden von der Hörmuschel wie ein Trichter aufgefangen und dringen durch den Gehörgang zum Trommelfell vor. Schallwellen sind Druckwellen und bringen so das Trommelfell zum Schwingen. Da die sogenannten Gehörknöchelchen, Hammer, Amboss und Steigbügel, direkt mit dem Trommelfell verbunden sind, nehmen sie die Schwingungen auf, komprimieren den Druck und geben die Schwingungen weiter in das mit Flüssigkeit gefüllte Innenohr. Über die Wellen der Flüssigkeit gelangen die noch mechanischen Impulse an die Haarsinneszellen, die in der Hörschnecke sitzen. Sie wandeln die mechanischen Impulse in elektrische und geben sie an den Hörnerv ab. Erst im Gehirn werden aus den Impulsen Gespräche, Musik, Glocken oder Lärm.

Bereits im Mutterleib hört der Mensch und kann Stimmen erkennen und unterscheiden. Wir reagieren auf Musik und Lärm. Experten raten, den Ohren immer mal wieder eine Pause zu gönnen. Mit den Ohren gönnen wir gleichzeitig dem Gehirn etwas Ruhe, denn das eigentliche Hören, das Verstehen, findet dort im Hörzentrum statt. Hier werden die Töne und Geräusche erkannt und interpretiert.

Im Alter lässt das Gehör ganz natürlich nach. Eine Hörminderung ist bei jedem Menschen ganz individuell. Die meisten Menschen haben dann Schwierigkeiten, hochfrequente Sprachlaute zu verstehen, einige verstehen eher die Sprachlaute in tiefen Frequenzen schlechter. Je nachdem, in welchem Frequenzbereich der Verlust auftritt und wie stark er ausgeprägt ist, können einzelne Buchstaben gar nicht mehr gehört werden. Der Betroffene hört dann beispielsweise anstatt „Eis“ nur „Ei“. Da er nicht mehr alles hört, versteht er den Zusammenhang nur mit zusätzlicher Anstrengung oder muss beim Gesprächspartner nachfragen.

Bei einer Hörminderung frühestmöglich Experten fragen

Man stellt die Lautstärke am Fernseher höher oder fragt bei einer Unterhaltung öfter mal nach? Jetzt ist es dringend Zeit, einen Experten zu fragen. Hörakustiker bitten Sie zumeist kostenfrei zu einem Hörtest. Dieser bringt ersten Aufschluss zu Ihrer Hörfähigkeit. HNO-Arzt und Hörakustiker können feststellen, wo Ihr Problem liegt. Zerstörte oder umgeknickte Haarsinneszellen sind oft der Auslöser für eine Hörminderung. Dann kann der Verlust mit Hörsystemen ausgeglichen werden. Auch die Übertragung vom Mittel- ins Innenohr kann aus unterschiedlichen Gründen gestört sein. Ist eine Übertragung in das Innenohr nicht mehr herzustellen, kann ein Cochlea Implantat die richtige Versorgung sein. Mittels eines Implantats werden elektrische Impulse direkt in die Cochlea, die Hörschnecke, geleitet und gelangen so ins Hörzentrum des Gehirns. Auf diese Weise können selbst vollständig erlaubte Menschen wieder hören.

Es ist wichtig, unser Sinnesorgan sorgsam zu pflegen und Hörschäden möglichst vorzubeugen. Insbesondere Lärm schadet dem Hörvermögen. Für jeden Hörschaden bieten Hörakustiker Hörtests und bei Bedarf modernste Hörsysteme sowie weitere Hilfen, um Hörprobleme bestmöglich auszugleichen.

Granel's Schlesische Weiße

hergestellt aus feinstem Kalbfleisch

100 g nur **1,89 €**

1A Schnitzel

aus der Oberschale

100 g nur **0,99 €**

Roastbeef Braten-aufschnitt

zart rosa gebraten

100 g nur **3,99 €**

Ihr Fleischerfachgeschäft in Sprockhövel



Hauptstraße 28
45549 Sprockhövel
☎ 02324 73210
www.fleischerei-granel.de

Täglich kleine **Leckereien** aus der warmen Theke!
Donnerstag und Freitag **ständig wechselndes Mittags-Menü** zum Mitnehmen!

Festtags-Angebot für Dezember:

Zarte Delikatess Frankfurter Mettwürstchen täglich rauchfrisch

5 St. nur

Weihnachts-Spezial:
Wir kochen Ihr Weihnachtsmenü, Rinderrouladen, Sauerbraten, ganze Gänse oder Wild – fix und fertig zubereitet mit Sauce und Beilage. Lassen Sie sich gerne beraten!

Wir nehmen Ihre Weihnachtsbestellungen gerne bis zum 18.12.2021 entgegen!

Wild & Geflügel

von regionalen Betrieben
Fleischerei Granel – Mit Sicherheit ein Genuss!

5,50 €

Schließung Heimatstube

Alle Veranstaltungen, die wir noch bis Ende des Jahres vorhatten, sagen wir hiermit ab:

- Der Plattdeutsche Abend am 26. November ist abgesagt.
- Alle Mittwochs- und Freitagstermine zur geöffneten Heimatstube sind ab Ende dieser Woche bis mindestens 10. Januar 2022 abgesagt.

Wir wünschen Ihnen eine frohe und besinnliche Vorweihnachtszeit, Gesundheit und dass wir uns wohlbehalten im nächsten Jahr wieder sehen.

Aufholen nach Corona

Die Stadt Sprockhövel erhält aus dem „Aktionsprogramm Aufholen nach Corona für Kinder und Jugendliche“ Landesmittel in Höhe von insg. 71.647,00 €.

Freibad-Förderverein aktuell

Der Freibad-Förderverein begrüßte am 10. November 30 Teilnehmer zur jährlichen Mitgliederversammlung im Ev. Gemeindehaus Niedersprockhövel.



Foto: Der neue Vorstand – obere Reihe: M. Beckers, B. Brasse-Beermann, untere Reihe: T. Eilers, I. Leukers-Bölicke, B. Niederhoff.

Im Jahresbericht wurde die endgültige Fertigstellung und Inbetriebnahme der Breitwellenrutsche hervorgehoben, die der FFS aus Förder- und Eigenmitteln finanziert und vorangetrieben hat. Aufgrund der Corona-Pandemie konnten leider nicht – wie bereits im vergangenen Jahr – die bekannten Freibad-Veranstaltungen wie das Badewannenrennen stattfinden. Sehr erfolgreich verlief dann aber das Kulturwochenende im August 2021 mit der Theatergruppe Schnickschnack, mit Live-Musik und Open-Air-Kino. Die Kassiererin Barbara Brasse-Beermann konnte trotz der erheblichen Investition für die Rutsche eine positive Bilanz des Vereins-

kontos aufweisen. Dazu trugen Geldspenden und Dienstleistungen mehrerer Handwerksbetriebe auf Spendenbasis bei. Lobend erwähnt wurde die vergleichsweise frühzeitige Öffnung des Freibades, nachdem die ZGS (Stadt Sprockhövel) umfangreiche Sanierungsarbeiten hatte durchführen lassen. Ralph Holtze von der ZGS sprach von einem Gesamtkostenbetrag von 300.000 €. Das Freibad hat einen Modernisierungsschub erfahren und ist zudem nun Leistungszentrum des Schwimmverbandes NRW. Erfreulich ist die Zunahme der Besucherzahl von 19.000 im Jahr 2020 (das erste Pandemiejahr) auf 26.300 in diesem Jahr.

Turnusgemäß mussten Neuwahlen durchgeführt werden. Einstimmig wiedergewählt wurden Marcel Beckers als 1. Vorsitzender, Ingrid Leukers-Bölicke als stellvertretende Vorsitzende und Barbara Brasse-Beermann als Kassiererin. Neugewählt wurden Tim Eilers, ebenfalls zum stellvertretenden Vorsitzenden, sowie Burkhard Niederhoff zum Schriftführer. Ein herzliches Dankeschön galt den ausscheidenden Vorstandsmitgliedern Arne Stolorz und Martin Lehmmaus. Im folgenden Jahr soll die Mitgliederversammlung wieder im Frühjahr stattfinden, voraussichtlich am 6. oder 7. April 2022. Bei der Gelegenheit sollen auch die Ergebnisse der Freibad-Befragung erläutert werden – und die künftige neue Leiterin der ZGS wird sich in dieser Runde vorstellen.

Kosmetik-Vitrine

Kosmetiksalon und Boutique

Antje Zobel

Hauptstr. 45, 45549 Sprockhövel, Tel. 02324 78284



Verschenken Sie Wohlfühlmomente aus der Kosmetik-Vitrine mit Gutscheinen für Kosmetikbehandlungen, Pflege, Mode bis XXL und Accessoires.

Wir bedanken uns herzlich für Ihre Treue, gerade in diesen schwierigen Zeiten, und wünschen ein frohes Weihnachtsfest!



Klimafibel für Sprockhövel

Ganz nach dem Motto „Mitmachen lohnt sich“ möchte das Klimamanagement der Stadt Sprockhövel den Bürgerinnen und Bürgern der Stadt mit der Klimafibel Tipps für zu Hause mitgeben. Diese Broschüre ist Teil der Klimakampagne der Bezirksregierung Arnsberg in Kooperation mit der Energie Agentur NRW.

QR-Code ist direkter Weg zur digitalen Klimafibel

„Die Klimafibel zeigt neun unterschiedliche Tipps für zu Hause. Vielleicht finden sich die Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger in den Tipps wieder oder werden sogar inspiriert diese in ihrem Alltag umzusetzen. Jeder kleine Schritt hin zu mehr Nachhaltigkeit und Klimaschutz ist ein richtiger“, so Klimamanagerin Ioanna Ioannidou. Die Stadt verteilt die Postkarten sowie Klimafibeln im Stadtgebiet und wünscht allen Bürgerinnen und Bürgern viel Freude beim Lesen. Mit Hilfe des QR-Codes auf der Postkarte, die diesem Image-Magazin beiliegt, erreichen Sie direkt die digitale Klimafibel.

kontos aufweisen. Dazu trugen Geldspenden und Dienstleistungen mehrerer Handwerksbetriebe auf Spendenbasis bei.

Lobend erwähnt wurde die vergleichsweise frühzeitige Öffnung des Freibades, nachdem die ZGS (Stadt Sprockhövel) umfangreiche Sanierungsarbeiten hatte durchführen lassen. Ralph Holtze von der ZGS sprach von einem Gesamtkostenbetrag von 300.000 €. Das Freibad hat einen Modernisierungsschub erfahren und ist zudem nun Leistungszentrum des Schwimmverbandes NRW. Erfreulich ist die Zunahme der Besucherzahl von 19.000 im Jahr 2020 (das erste Pandemiejahr) auf 26.300 in diesem Jahr.

Turnusgemäß mussten Neuwahlen durchgeführt werden. Einstimmig wiedergewählt wurden Marcel Beckers als 1. Vorsitzender, Ingrid Leukers-Bölicke als stellvertretende Vorsitzende und Barbara Brasse-Beermann als Kassiererin. Neugewählt wurden Tim Eilers, ebenfalls zum stellvertretenden Vorsitzenden, sowie Burkhard Niederhoff zum Schriftführer. Ein herzliches Dankeschön galt den ausscheidenden Vorstandsmitgliedern Arne Stolorz und Martin Lehmmaus. Im folgenden Jahr soll die Mitgliederversammlung wieder im Frühjahr stattfinden, voraussichtlich am 6. oder 7. April 2022. Bei der Gelegenheit sollen auch die Ergebnisse der Freibad-Befragung erläutert werden – und die künftige neue Leiterin der ZGS wird sich in dieser Runde vorstellen.

VARILUX
EIN TAG BRAUCHT MEHR ALS EINE BRILLE!
MEHR SEHEN MEHR ERLEBEN

Jetzt attraktives Varilux Mehrbrillenangebot sichern!

Egal ob für Mode, Sport & Freizeit, zur Entspannung im multimedialen Alltag oder einfach als Ersatz – für jede Sehsituation gibt es die passende Brille. Sichern Sie sich jetzt beim Kauf einer Brille **attraktive Angebote für jede weitere Zusatzbrille** – z. B. mit Varilux Gleitsichtgläsern, Eyezen für entspanntes Nahsehen oder den intelligenten farblosen Gläsern Crizal Transitions von Essilor. Lassen Sie sich diese sensationellen Angebote nicht entgehen!

Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!

Nach Rücksprache machen wir auch **Hausbesuche!**

Hauptstr. 45 · 45549 Sprockhövel
 Telefon 02324/78164

Augenoptikermeister
 Gunnar Brandes und Pilar Quiles Porta



Susanne Görner (Fachbereichsleitung Planen/Umwelt/Bauen/Wohnen) und Sabine Noll (Bürgermeisterin) an einer Dogstation. Foto: Stadt Sprockhövel

33 Hundekotbehälter mit Beutelspender aufgestellt

Die Stadt Sprockhövel hat an 33 Standorten im Stadtgebiet Hundekotbeutelspender aufstellen lassen. Die sogenannten „Dogstations“ sind Spender für Hundekotbeutel kombiniert mit Abfallsammlern, so dass Hundebesitzerinnen und -besitzer die Hinterlassenschaften ihrer Tiere ordnungsgemäß vor Ort entsorgen können.

„Dogstations“ für die Stadtgebiete

Bereits im März 2020 wurde im Bereich Im Ostendahl ein erster Abfallbehälter mit Hundekotbeuteln aufgestellt – da dieses Angebot gut von den Bürgerinnen und Bürgern angenommen wurde, wurden nun weitere Stellen im Stadtgebiet damit ausgerüstet: Insgesamt zehn Dogstations sind in Haßlinghausen zu finden, vier in Hiddinghausen, drei in Obersprockhövel, neun in Niedersprockhövel, fünf in Gennebreck und zwei weitere in Niederstüter. Die genauen Standortangaben sind künftig in der Abfallfibel zu finden.

Vorschläge von Bürgerinnen und Bürgern wurden bei der Standortauswahl miteinbezogen. Auch der städtische Außendienst hat diverse Standorte ermittelt. Dabei wurden besonders Hauptspazierwege berücksichtigt.

Die Dogstations sind ein kostenfreies Angebot, falls die eigenen Beutel beim Gassigehen vergessen wurden. Sie sollen auch dazu beitragen, dass Grünflächen und Felder nicht mehr durch Hundekot verschmutzt werden, da dies schädlich für die Landwirtschaft und Umwelt ist. Derzeit werden die Hundekotbehälter einmal wöchentlich geleert – dies ist noch eine Testphase und kann bei Bedarf ausgeweitet werden.

Ein herzliches Dankeschön Treue in der Pandemie besonders wichtig



Frau Tabea Schaub (re.) mit ihrem Team.

„Ein anstrengendes Jahr liegt hinter uns“, berichtet Tabea Schaub, Inhaberin des Friseursalons Handwerk auf der Mittelstraße. „Ungewissheit war auch in diesem Jahr ein steter Begleiter.“ Deshalb ist es ihr besonders wichtig, sich mit einem herzlichen Dankeschön an ihre Kunden und natürlich auch an ihr Team zu richten!

„Wir möchten uns bei unseren Kunden bedanken, für die Aufmerksamkeit, die tollen Gespräche, für die Unterstützung und Treue. Herzlichen Dank! Ein besonderer Dank geht ebenfalls an mein tolles Team, auf das ich mich immer verlassen kann. Danke für alles!“

Weihnachtsbazar im Salon

Sie suchen noch ein Weihnachtsgeschenk oder möchten jemandem eine Freude machen? Dann hat der Friseursalon Handwerk genau das Richtige für Sie!

Bis zum 23.12.2021 wird es einen kleinen Weihnachtsbazar im Salon geben, mit tollen Handarbeiten sowie tollen Produktpaketen zu Knal-

DEZEMBER-ÖFFNUNGSZEITEN

Last but not least; wir haben unsere Öffnungszeiten für Sie angepasst:
 Montag, 20.12.: 9-18.00 Uhr
 Dienstag, 21.12.: 9-18.00 Uhr
 Mittwoch, 22.12.: 9-18.00 Uhr
 Donnerstag, 23.12.: 10-19.00 Uhr

Heiligabend geschlossen
 Montag, 27.12.: 9-18.00 Uhr
 Dienstag, 28.12.: 9-18.00 Uhr
 Mittwoch, 29.12.: 9-18.00 Uhr
 Donnerstag, 30.12.: 10-19.00 Uhr
Silvester geschlossen

Handwerk
 Ihr Friseurteam Tabea /Schaub

Öffnungszeiten:
 Montag + Dienstag 9 bis 18 Uhr, mittwochs geschlossen,
 Donnerstag 10 bis 19 Uhr, Freitag 9 bis 18 Uhr, Samstag 8 bis 13 Uhr

Mittelstraße 55 | 45549 Sprockhövel | Tel. 0 23 39 / 12 75 300
 E-Mail: kontakt@handwerk-sprockhoevel.de | www.handwerk-sprockhoevel.de

Handwerk
 Ihr Friseurteam Tabea /Schaub

Das „Special“ im Dezember

GESCHENKGUTSCHEIN IM WERT VON 70,-€	SIE ZAHLEN NUR 65,-€
GESCHENKGUTSCHEIN IM WERT VON 100,-€	SIE ZAHLEN NUR 90,-€
GESCHENKGUTSCHEIN IM WERT VON 200,-€	SIE ZAHLEN NUR 180,-€

GEWINNSPIEL

FINDE DIE GOLDENE NUSS
 UND GEWINNE EINE ÜBERRASCHUNG!

- Spielregeln & weitere Infos
- Keine Gewähr
- Einmal pro Kunde

Zum Dorfkrug
 RESTAURANT

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

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

lerpreisen. Außerdem können Gutscheine zum Vorteilspreis für sich oder zum Verschenken käuflich erworben werden. Auch in diesem Jahr hat sich der Salon ein kleines Gewinnspiel ausgedacht – ganz getreu dem Wintermärchen „Drei Haselnüsse für Aschenbrödel“ mit kleinen Überraschungen. Infos und Spielregeln im Salon. *keine Garantie/ nur solange der Vorrat reicht*

Das Friseurteam Handwerk wünscht eine schöne Adventszeit, schöne besinnliche Weihnachten, einen guten Rutsch ins Jahr 2022 und viel Gesundheit.



Gemeinsam unterwegs

AVU spendet zwei E-Fahrräder an Flüchtlingshilfe Sprockhövel

Bei den Fahrradtouren der Flüchtlingshilfe Sprockhövel kamen die Radler ohne Strom manchmal nicht mehr mit. Denn viele Fahrradfahrer sind ja mit einem Pedelec, also mit Strom-Unterstützung, unterwegs. Da kommt eine Spende von zwei E-Fahrrädern der AVU wie gelegen. „Für unsere Exkursionen und spontanen Touren können wir die Räder gut gebrauchen“, freut sich Miriam Venn, Koordinatorin der Flüchtlingshilfe. „Wir hoffen, so mehr Teilnehmende für unsere Touren zu gewinnen – sowohl bei einheimischen als auch bei geflüchteten Menschen.“ Denn das Angebot richte sich ja an alle in Sprockhövel. Die AVU hatte die Fahrräder vor gut acht Jahren für Veranstaltungen angeschafft, um „Radeln mit Strom“ bekannt zu machen. „Das ist nicht mehr notwendig – da ist es schön, dass wir eine sinnvolle Verwendung gefunden haben“, erklärt Daniel Flasche, Marketing-Leiter der AVU. Und Miriam Venn kann gute Wartung und Pflege für die E-Bikes versprechen: Schließlich betreibt die Flüchtlingshilfe im Rahmen ihres Repair-Cafés auch eine Fahrradwerkstatt.



Wenn's um Kaffee geht

Lulus Coffee Factory
 Ihr Kaffeehändler in Sprockhövel

Hauptstraße 42 • 45549 Sprockhövel
 ☎ 02324 3443707
 www.luluscoffeefactory.de

Öffnungszeiten:
 Montag - Samstag 10 - 18 Uhr, Sonntag 13 - 18 Uhr

Espresso Becker
 Wir leben Kaffee

Verkauf und Reparatur
 von Espressomaschinen und Zubehör
 Zum Ludwigstal 3a • 45527 Hattingen
 ☎ 02324/594383 • Mo.-Fr. 9-18 Uhr

über 55 Jahre

Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung

- Versicherungen • Vorsorge
- Bausparen • Finanzierungen
- Vermögensaufbau für jeden!

Gruber GmbH

Mittelstraße 48 · Sprockhövel-Haßlinghausen
 Telefon 0 23 39/28 94 · Fax 0 23 39/91 00 40
 manfredgrubergmbh@allfinanz-dvag.de · www.allfinanz-dvag.de/manfredgrubergmbh





Hubertus Mayer
Notar a.D. und
Rechtsanwalt



Ronald Mayer
Notar in Sprockhövel
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Erbrecht
Fachanwalt für Handels- und
Gesellschaftsrecht



Andreas Müller
Rechtsanwalt
Fachanwalt für
Miet- und WEG-Recht
Fachanwalt für Familienrecht



**Susanne
Jacobs-Tschorn**
Rechtsanwältin
Fachanwältin für Verkehrsrecht
Tätigkeitsschwerpunkt:
Erbrecht

Fachanwälte und Notar

Mittelstraße 44
45549 Sprockhövel
(Haßlinghausen)

Telefon (0 23 39) 121780

Telefon (0 23 39) 48 00
Telefax (0 23 39) 48 09



www.anwaelte-mayer.de

Gesetz regelt Schenkungen

Weihnachten werden kleine und große Geschenke unter den Baum gelegt. Gerade zu Weihnachten lassen sich die Menschen nicht lumpen. „Irgendwo im Hinterkopf sollten die Schenkenden aber auch nicht ausklammern, dass der Gesetzgeber einige Regeln und Gesetze geschaffen hat, die schlechtenfalls zur Anwendung kommen könnten“, so Ronald Mayer, Fachanwalt für Erbrecht.



„Grober Undank“ beim Fest der Liebe?

Die Statistiker haben ermittelt, dass es beim Fest der Liebe relativ häufig zu – vorsichtig formuliert – Unstimmigkeiten innerhalb des Familien- und Freundeskreises kommt. In der Folge möchte der enttäuschte Geber da mitunter sein großzügiges Geschenk wieder zurückhaben.

Bürgerliches Gesetzbuch regelt die Schenkung

Der Jurist nimmt bei Fragen zur Schenkung erstmal § 516 BGB zur Hand und definiert eine Schenkung als eine „Zuwendung, durch die jemand aus seinem Vermögen einen anderen bereichert, wenn beide Teile darüber einig sind, dass die Zuwendung unentgeltlich erfolgt“.

Nimmt der Beschenkte das Geschenk freudig an, ist juristisch gesehen ein Schenkungsvertrag zustande gekommen und der Schenkende nicht mehr Eigentümer. Immerhin hatte der Beschenkte das Wahlrecht, ein Geschenk auch nicht anzunehmen.

Kommt es jedoch aus den unterschiedlichsten Gründen zum großen Streit, kommt es vor, dass der Geschenkgeber das Geschenk postwendend zurückfordert.

In § 530 BGB, Absatz 1 heißt es dazu: „Eine Schenkung kann widerrufen werden, wenn sich der Beschenkte durch eine schwere Verfehlung gegen den Schenker oder einen nahen Angehörigen des Schenkers groben Undanks schuldig macht.“ Im Einzelfall müssen die Gesamtumstände gewürdigt werden, aber letztendlich ist ein Familienstreit beim Festessen in der Regel kein Grund, ein Weihnachtsgeschenk zurückzufordern. Da müsste es in der Gesamtbetrachtung schon um die Bedrohung des Lebens oder um eine körperliche Misshandlung gehen.

Geschenke an Kinder mit Verpflichtungen?

Darf die Oma denn ihrem kleinen Enkel Tobias (4) ein Geschenk machen, das ihm gleichzeitig Pflichten auferlegt, was aber möglicherweise so gar nicht im Sinne der Eltern liegt? Beispiele wären der kleine Hund oder ein großes Mietshaus. Um beides muss sich fortan gekümmert werden – zum einen Füttern und Gassigehen, zum anderen als Vermieter.

Die Erziehungsberechtigten müssen in diesen Fällen der Schenkung erst zustimmen, da der Gesetzgeber Kindern unter sieben Jahren keine Geschäftsfähigkeit zubilligt. Die Kleinen können daher rechtlich auch keine Schenkungsverträge abschließen. Bei Geldgeschenken besteht da kein Problem, da müssen Papa und Mama nicht zustimmen. Schenkt Tante Marion aber eine Spielzeugwaffe, können die friedliebenden Eltern das ungewollte Geschenk im Rahmen ihres Erziehungsauftrags an sich nehmen.

Mayer abschließend: „Schenkungen können auch aus anderen Gründen erfolgen. So z. B., um die Immobilie legal vor dem Staat oder ungeliebten (Halb) Geschwistern zu schützen, oder um Streit beim Tod zu vermeiden. In solchen Fällen sollte dann professionelle Hilfe eines Fachmanns, wie eines Fachanwalts für Erbrecht oder ein Notar, hinzugezogen werden.“

Blütenteppiche, Gewürzausstellung und Reitertänze

Sprockhövel zu Gast in Tamil Eelam / Sri Lanka

Am 5. November war es wieder so weit: Ein neues Land, eine andere Kultur, lud in Sprockhövel zum Kennenlernen ein. Große Mühe hatten sich die Mitglieder von Tamilalayam Haßlinghausen e. V. gegeben und ein voller Saal dankte es ihnen mit großem Applaus. Im Rahmen der Reihe „Sprockhövel zu Gast“ hatten der tamilische Verein und die Flüchtlingssozialarbeit des Sprockhöveler Sozialamtes diesen neuen Kulturabend organisiert.

Buntes Programm begeisterte

Der Saal im Vorraum der Turnhalle war voll, obgleich die 3G-Eingangskontrollen streng gehandhabt wurden. Ein buntes Programm aus Traditionen, Tänzern und Musik begeisterte die Anwesenden. Zu Beginn entzündeten die Veranstalterinnen und Veranstalter gemeinsam vor einem Blütenteppich die Öllampen im Eingangsbereich als traditionelle Begrüßungszeremonie.

Gleich nebenan konnten sich die Teilnehmenden in den Anbau und die Nutzung unterschiedlicher Gewürze einführen oder typische Gebrauchsgegenstände aus der Region vorführen lassen.

Eine weitere Ausstellung informierte über das Land Sri Lanka und die Geschichte seiner tamilischen Teilbevölkerung, einschließlich der Menschenrechtsverletzungen, die während des Bürgerkriegs dort begangen worden waren.

Traditionelles, Klassisches und Modernes

Mit großem Enthusiasmus und in bunten Kostümen präsentierten Schülerinnen und Schüler der tamilischen Schule in Haßlinghausen traditionelle Lieder, Instrumentalmusik und klassische oder moderne Tänze. Und stets wurden auch Herkunft und kulturelle Bedeutung der jeweiligen Tradition erläutert. Unter den vielen optischen Highlights bleibt sicherlich der Pferdettanz den Gästen noch lange Zeit in Erinnerung.

Doch nicht nur Augen und Ohren der Teilnehmenden kamen an diesem Abend auf ihre Kosten. Die Vielfalt der tamilischen Küche beglückte die Geschmacksnerven aller mit Suppen und frittierten und gebackenen Kostbarkeiten von süß bis scharf.

„Ich bin tief beeindruckt von dem, was dieser Verein auf die Beine gestellt hat“, so Sarah Biet Sayah der Stadt Sprockhövel im Namen der Organisatoren. „Die Zusammenarbeit mit all seinen Mitgliedern war bis zur letzten Minute absolut vorbildlich.“

Stärken Sie Ihr Immunsystem für den Winter!

Das Immunsystem oder Abwehrsystem verteidigt unseren Organismus gegen Viren, Bakterien, Pilze und Keime. Es wird oft auch als körpereigene Abwehr, Immunabwehr oder „Körperpolizei“ bezeichnet. Die wichtigsten Zellen des Abwehrsystems sind die verschiedenen weißen Blutkörperchen:

- Granulozyten (Abwehr von Infektionen)
- Monozyten und Makrophagen („Fresszellen“)
- B- und T-Lymphozyten

Um das Immunsystem in den Wintermonaten zu stärken, kann man verschiedene Mineralien und Vitamine einnehmen.

Das Spurenelement Zink ist ein wichtiger Bestandteil der Abwehrkräfte. Besonders hilfreich ist Zink, wenn es um die Abwehr von Erkältungskrankheiten geht. Aber auch, wenn der Erreger bereits in Ihren Organismus eingedrungen sein sollte, ist Zink unerlässlich. Es ist an der Bildung und Aktivierung von Abwehrzellen beteiligt und aktiv dafür verantwortlich, Krankheitserreger abzuwehren. Eine ausreichende Versorgung mit Zink ist also gerade in der Erkältungszeit wichtig! Erwachsene Frauen sollten täglich 7 mg Zink zu sich nehmen. Männer mit 10 mg etwas mehr.

Young Fashion Store

Inhaberin: Margret Obermann



Auf in die kalten Tage

Street One CECIL
s.Oliver® s.Oliver® MEN

Mittelstraße 29 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 39/12 12 30
Öffnungszeiten: Montag–Freitag 10.00–18.30 Uhr, Samstag 10.00–13.00 Uhr



Pferdetanz Sri Lanka

Foto: Stadt Sprockhövel

Natürlich sind noch andere Vitamine und Spurenelemente an der Stärkung des Immunsystems beteiligt, wie z.B. Vitamin C, Selen. Hierzu beraten wir Sie sehr gerne in der Glückauf-Apotheke! Wir freuen uns auf Sie.

GLÜCKAUF APOTHEKE

Stärken Sie Ihr Immunsystem für den Winter!

Wir beraten Sie gerne.

Malte Kehrmann
Mittelstraße 11
45549 Sprockhövel
Tel.: 0 23 39/23 29

REWE

KOSTENLOS!

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie in unserem Markt

eine Flasche 0,33 l Moritz Fiege Zwickel

Einzulösen bis zum 4. Dezember 2021



*Pro Person wird ein Gutschein eingelöst. Nur solange der Vorrat reicht. Das Pfand ist zu entrichten.

Qualität ist unser Prinzip

Lenk
Besser einkaufen. Seit 1963.

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel



Auf den Bildern sind Herr Mäkelburg und Frau Kampelmann-Springer bei der Verleihung der Urkunde zu sehen.

Feierliche Einführung des neuen Schulleiters

Frau Christiane Kampelmann-Springer, Dezernentin der Bezirksregierung Arnsberg, konnte Ende Oktober den neuen Schulleiter Jens Mäkelburg an der Wilhelm-Kraft-Gesamtschule in sein Amt feierlich einführen. Sie stellte ihn als einen Mann vor, der mit pädagogischem Geschick und Leitungserfahrung nur zu gerne die Aufgabe an der Wilhelm-Kraft-Gesamtschule übernehmen möchte. Frau Kampelmann-Springer betonte, dass er dort gut starten könne, da „man an der Wilhelm-Kraft-Gesamtschule noch auf die Menschen bauen kann“.

Jens Mäkelburg, der von der Städtischen Gesamtschule Hattingen an die Wilhelm-Kraft-Gesamtschule wechselt, ist an der Schule kein Unbekannter, da er, wie er selbst sagte, schon 12 Jahre hier gearbeitet und der Bezug zur Schule über die Jahre hinweg nie abgenommen habe, weshalb er umso dankbarer sei, dass sich die Schulkonferenz und der Schulträger für ihn als neuen Schulleiter ausgesprochen hatten. Außerdem sei die Schule in einem guten Zustand übergeben worden, wofür er sich ausdrücklich bei allen am Schulleben beteiligten Personen bedankte. Auf die Fragen, woher er denn komme, was er alles mitbringe und was er verändern wolle, antwortete er schlagkräftig: „Ich komme aus Witten, bringe Getränke mit und will ins Arbeitszimmer. Los geht's!“

Mit Eifer und Elan betonte Herr Mäkelburg im weiteren Verlauf seiner Antrittsrede, dass er fortan nicht nur den notwendigen digitalen Veränderungsprozess und die schulischen Leistungen in den Blick nehmen, sondern auch – speziell durch Lockdown-Phasen bedingt – Sozialkompetenzen stärken möchte. Auch die Zusammenarbeit in Teamstrukturen soll vor dem Hintergrund von Transparenz und Kommunikation stetig verbessert werden, denn „gerade der Gemeinschaftsgeist hier hat mich immer begeistert. Ich möchte nicht, dass dieser verloren geht. Die Stärke der Gesamtschule ist die Einheit: Lasst uns also miteinander und nicht nur nebeneinander arbeiten!“

Mit alkoholfreiem Sekt und Orangensaft konnte schlussendlich – natürlich mit Abstand – auf den neuen Schulleiter angestoßen werden. In diesem Sinne freuen wir uns auf die Zusammenarbeit in den nächsten Jahren. Herzlich Willkommen an der Wilhelm-Kraft-Gesamtschule!

www.image-witten.de

Regelmäßige Aktualisierung von Meldungen und Terminen – natürlich auch nach Redaktionsschluss der Printausgabe!

topaktuell – kostenlos

[Advents]Zeit in Haßlinghausen

entlang der gesamten Mittelstraße

Freitag, 26. November 2021
18.00 – 21.00 Uhr

- [Advents] Shopping
- [Advents] Markt
- [Advents] Aktionen
- [Advents] Genuss



Absage der Seniorenweihnachtsfeiern

Die AWO-EN und der Vereinsring Haßlinghausen sagen mit Bedauern die beiden großen Seniorenweihnachtsfeiern für Sprockhöveler Bürger*innen über 70 Jahren ab.

Eigentlich finden diese Feiern traditionell Anfang Dezember in der Glückaufhalle und in der Sporthalle Haßlinghausen mit bis zu 500 Gästen je Veranstaltung statt. Festlich gedeckte Tische, Begegnung mit Austausch untereinander sowie ein abwechslungsreiches Programm aus Tanz- und Gesangsdarbietungen machen die Atmosphäre dieser Veranstaltungen aus.

All dies wäre bei Einhaltung aller notwendigen Schutzmaßnahmen – sowohl für die Gäste als auch für die stets engagierten Helfenden – nur sehr schwierig zu organisieren. Sehr schwer aber zum Schutz aller Beteiligten fiel die Entscheidung deshalb gegen die Durchführung der Veranstaltungen.

Aktuelles von den Gospelsisters

Wir, die Gospelsisters Hasslinghausen e.V., proben mittwochs von 19.00 – 20.30 Uhr nach aktuellen Hygienevorschriften und den 2-G-Regeln „genesen oder geimpft“ im neuen Vereinsheim der Kleingärtner in der Zechenstrasse 24 in Sprockhövel-Haßlinghausen. Trotz Pandemie oder vielleicht gerade deshalb haben wir es geschafft, Lea Isabelle Sander für uns als neue Chorleiterin zu gewinnen.

Die Gospelsisters Hasslinghausen e.V.



Augenchirurg fordert:

„Auch Unbequemes zum Schutz unserer Patienten sagen.“

Auf dem Jahreskongress europäischer operativ tätiger Augenärzte in Amsterdam wurde Prof. Dr. Burkhard Dick, Direktor der Augenklinik am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum, jetzt mit einer Goldmedaille ausgezeichnet. Im Rahmen einer der renommiertesten Ehrenvorlesungen in der Augenheilkunde mahnte er die Durchführung randomisierter, objektiver Studien für neue medizinische Techniken an. Er unterstrich die Notwendigkeit, Innovationen im Gesundheitswesen klinisch auf ihren Nutzen und ihre Risiken hin durch neutrale medizinische Experten, die von der Industrie unabhängig sind, zu untersuchen. Der Bochumer Augenchirurg sprach auf Einladung einer nur wenigen Spezialisten zugängigen Fachgesellschaft. Professor Dick war von dem International Intra-Ocular Implant Club zur Abhaltung der Gold-Medal-Ehrenvorlesung eingeladen worden. Der Club wurde 1966 von dem britischen Augenarzt Sir Harold Ridley gegründet, der als Vater der Intraokularlinse gilt. Intraokularlinsen (IOL) sind künstliche Linsen, die bei einer Operation der Katarakt, also des Grauen Stars, anstelle der meist altersbedingt getrübten natürlichen Linse eingesetzt werden. Ridley war im Zweiten Weltkrieg auf die Idee einer Implantation von Kunststofflinsen gekommen, nachdem er bei britischen Jagdfliegern gesehen hatte, dass Augenverletzungen durch Splitter vom Kabinendach der Spitfires und Hurricanes keineswegs eine Immunreaktion auslösten, denn die kleinen Fremdkörper wurden offenbar vom Auge „vertragen“ – was heute glücklicherweise für Intraokularlinsen gilt: Die Kataraktoperation mit Implantation einer IOL ist der häufigste Eingriff in der Medizin überhaupt und wird in Deutschland aktuell rund 900.000 Mal im Jahr durchgeführt.

Dick erinnerte in seiner Ehrenvorlesung daran, dass auf dem Weg zu heutigen und fast immer gut vertragenen Intraokularlinsen einige Modelle auf den Markt kamen, die zu Komplikationen wie beispielsweise zur Eintrübung führten und wieder operativ entfernt werden mussten. Um den Patienten derartige Enttäuschungen zu ersparen,



Prof. Dr. Burkhard Dick erhält Goldmedaille und plädiert in seiner Ehrenvorlesung für mehr objektive Studien.

müssen Ärzte nach seinen Worten rückhaltlos bei Herstellern und Gesundheitsbehörden Aufklärung über unerwünschte Nebenwirkungen und Erscheinungen einfordern. Des Bochumer Klinikdirektors Mahnung galt spezifisch den Bedingungen der modernen Augenchirurgie, trifft indes auf den gesamten Gesundheitssektor zu: „Als Ärzte haben wir die Verpflichtung, Unheil von unseren Patienten fern zu halten. Das Schweigen von Industrie und Institutionen, wenn unsere Warnungen ungelegen kommen, darf uns von unserer Verpflichtung nicht abhalten.“

Schützen Sie Ihre Augen durch regelmäßige Sehtest

Unsere Augen liefern über 90 Prozent aller Sinnesindrücke. Sie bringen uns die Welt scharf, bunt, räumlich und sogar im Dunkeln nahe. Eine gewaltige Leistung. Kein Wunder, dass laut einer Umfrage drei Viertel aller Deutschen lieber auf zehn Lebensjahre verzichten würden als auf ihr Augenlicht. Umso wichtiger ist der Erhalt unseres Sehens. Lässt die Sehleistung nach oder werden Sehdefizite nicht rechtzeitig erkannt, kann das Leben sogar gefährlich werden. Fatal dabei: Das Sehen verschlechtert sich oft schleichend und unbemerkt. Hier kann aber ein einfacher Sehtest Gewissheit geben. Und regelmäßige Sehtests bringen zudem Sicherheit und Lebens-

qualität. Tests, die so unterschiedlich sind wie Augen und Sehanforderungen. Ihre Ansprechpartner sind Augenoptiker/Optomtristen und Augenärzte.

Was kosten Sehtests? Das ist ganz unterschiedlich und abhängig von Art und Aufwand des Sehtests. Ein Sehschärfe-Test mit Sehtafeln ist beispielsweise weniger aufwändig als ein Sehtest zur Bestimmung von Gleitsichtgläsern. Viele mittelständische Augenoptiker verlangen für die Dienstleistung nichts oder verrechnen sie später mit der Brille. Kunden sollten vorher nach dem Preis fragen.

Quelle: Kuratorium Gutes Sehen e.V.



DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören



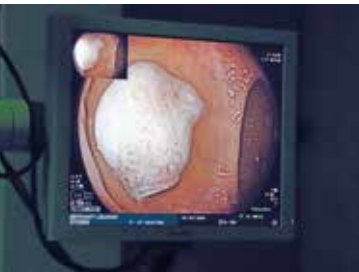
Brillen • Sonnenbrillen • Kontaktlinsen • Hörgeräte

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

Neue Endoskopie-Technik

Mehr Patientensicherheit

Die Augusta-Kliniken haben 1,3 Mio. Euro in neue Endoskopie-Technik investiert: an beiden Standorten in Bochum sowie am EvK Hattingen wurden neue Endoskopiegeräte sowie Kameras und Bildschirme angeschafft. Die neue Bildgebung ermöglicht den Endoskopie-Teams eine verbesserte Diagnostik und Früherkennung. „Mit den neuen Geräten können wir entzündliche und insbesondere bösartige Veränderungen in Lunge, Speiseröhre, Magen, Dünndarm und Dickdarm sowie in den Gallengängen schneller und sicherer erkennen“, erklärt Prof. Dr. Andreas Tromm, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am EvK Hattingen.



Bei einer Koloskopie (Darmspiegelung) müssen häufig Polypen erkannt und entfernt werden. Mit einer winzigen Kamera wird der Darm dabei untersucht und ermöglicht dem Mediziner ebenfalls, einen minimal-invasiven Eingriff ohne offene Operation vorzunehmen. Die hochauflösenden Kameras und Bildschirme zeigen dem Team um Prof. Tromm mögliche Veränderungen des Darms nun in Full-HD.

Auch bei Lungenspiegelungen (Bronchoskopie) und Magenspiegelungen (Gastroskopie) kann das Team nun mit hochauflösender Bildqualität arbeiten. Eine besondere Untersuchung, nun ebenfalls mit neuer Technik, ist die Endosonographie: ein innerer Ultraschall des umliegenden Gewebes von Darm oder Magen. Dieses Verfahren wird beispielsweise eingesetzt, um die Bauchspeicheldrüse im Rahmen einer Magenspiegelung zu untersuchen. Bei allen Eingriffen können auch Proben gewonnen werden – dank der neuen Bildtechnik können auch diese nun gezielter und sicherer entnommen werden.

Neben der hohen Auflösung spielt auch die Durchleuchtung des Gewebes eine Rolle: die neuen Geräte arbeiten mit neuester LED-Lichttechnik. Das sogenannte Blue Lightning Imaging ermöglicht eine bessere Sichtbarkeit von Blutgefäßen und Schleimhautstrukturen. „Wir freuen uns sehr, dass wir unsere Patienten nun noch besser versorgen können. Die neue Technik unterstützt uns dabei, bereits kleinste Veränderungen festzustellen, Proben gezielter zu entnehmen und bei Eingriffen Komplikationen vorzubeugen“, so Prof. Tromm.



Professionelle Pflegeberatende können Wege aufzeigen, wie die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege zu schaffen ist. Foto: djd/compass private pflegeberatung/mattphoto

Bescheid wissen und alle Möglichkeiten nutzen

Pflege und Beruf vereinbaren: Betroffene sollten sich gut beraten lassen

Die Zahl der Pflegebedürftigen in Deutschland ist in den vergangenen Jahren stark angestiegen, von 2,5 Millionen im Jahr 2011 auf 4,1 Millionen bei der aktuellsten Erhebung 2019. Laut Statistischem Bundesamt werden 80 Prozent der Menschen zu Hause gepflegt – überwiegend durch Angehörige. Rund jeder Elfte von ihnen geht dabei gleichzeitig einer Erwerbsarbeit nach, viele sind zusätzlich mit der Erziehung von Kindern beschäftigt.

Das bedeutet für die Betroffenen oft eine Doppel- oder Dreifachbelastung, die nur schwer zu tragen ist. „Das größte Problem ist dabei oft die Flexibilität“, weiß Frank Herold von der compass privaten Pflegeberatung. Solange die Pflege in organisierten Bahnen verlaufe, funktioniere es meist. Aber sobald etwas schief gehe, etwa einer der Beteiligten krank werde oder sich Arbeitszeiten ändern, werde es sehr schwierig.

Recht auf Beratung wahrnehmen

Um diesen Belastungen zu begegnen, ist es wichtig, alle Möglichkeiten zu kennen und zu nutzen, welche die Pflegeversicherung für pflegende Angehörige bietet. Aber in ihrer ohnehin knappen Zeit haben die Betroffenen oft kaum Ressourcen, sich mit den teils komplizierten Regelungen auseinanderzusetzen. Pflegende sollten deshalb ihr Recht auf Beratung wahrnehmen, beispielsweise unter der Hotline 0800-1018800. Für Privatversicherte sind auch Hausbesuche möglich. Die Profis kennen alle Angebote und helfen den Ratsuchenden, die individuell beste Lösung für sich zu finden. „Dadurch können wir Betroffenen Unsicherheit und teilweise empfundene Ohnmacht nehmen. Nach der Beratung nehmen sie quasi selbst auf dem Fahrersitz Platz und bleiben Herr oder Frau über die endgültigen Entscheidungen“, erklärt compass-Pflegeberaterin Helga Claus.

Angebote vom Pflegeunterstützungsgeld bis zur Tagespflege

Eine große Hilfe für Pflegende kann etwa das Pflegeunterstützungsgeld bei kurzfristigen Arbeitsunterbrechungen sein. Dadurch haben Angehörige zehn Arbeitstage Zeit, Pflege zu organisieren, ohne dabei große finanzielle Einbußen zu erleiden. „Enorm wichtig ist auch die

Verhinderungspflege, weil man damit niederschwellig eine kurzfristige Versorgung sicherstellen kann“, erklärt Frank Herold. Tagespflege sei oft ebenfalls eine gute Lösung, die während der Coronapandemie bei vielen zeitweise weggebrochen ist. Unter www.pflegeberatung.de gibt es Wissenswertes zu allen Themen. Auch zu weiteren Angeboten wie Pflegezeit, Familienpflegezeit, Kurzzeitpflege und Entlastungsleistungen kann man sich dort informieren. *djd*

Geistig länger fit bleiben

Mit Arginin gegen die vaskuläre Demenz

Demenz ist nicht immer gleich Alzheimer. So ist die sogenannte vaskuläre Demenz mit einem Anteil von etwa 15 Prozent die zweithäufigste Demenzform in Deutschland. Sie entsteht durch Durchblutungsstörungen im Gehirn, deren Ursache oft eine Arteriosklerose ist, die zur Prävention vermieden werden sollte. Sie wird durch Bewegungsmangel, Übergewicht, hohe Blutfettwerte, Diabetes, Rauchen und Bluthochdruck begünstigt. Eine gesunde Lebensweise mit viel Bewegung, gesunder Ernährung und Nikotinverzicht ist ratsam. Auch eine gezielte Einnahme der Aminosäure Arginin, etwa in „Telcor Arginin plus“,



Eine gesunde Lebensweise kann helfen, auch im hohen Alter noch geistig fit und konzentriert zu sein. Foto: djd/Telcor-Forschung/VadimGuzhva - stock.adobe.com

kann sich nach Ansicht des Bochumer Kardiologen Dr. med. Hans-Joachim Christofor positiv auf die Durchblutung auswirken. Mehr Infos gibt es unter www.telcor.de. *djd*



WOHLFÜHLZONE
tagespflege am turm

Besuchen Sie uns in der Einrichtung oder rufen Sie uns an. Wir haben noch Plätze frei!

Monika Paschek
Hauptstraße 62
45549 Sprockhövel
☎ 02324/6859519
post@tagespflegeamturm.de
www.tagespflegeamturm.de

Tagesbetreuung für Senioren: Gesellschaft, Unterhaltung, Pflege



Deutscher Roter Hausnotruf

WIR SIND DA, DAMIT SIE LANGE SICHER ZUHAUSE LEBEN KÖNNEN.

02324 / 20 11 11
Informieren Sie sich jetzt.

Deutsches Rotes Kreuz
Talstr. 22 · 45525 Hattingen
hausnotruf@drk-hattingen.de
www.drk-hattingen.de

Deutsches Rotes Kreuz Hausnotruf Hattingen/Sprockhövel/Wetter (Ruhr)

Osteopathie



Gesundheit ist wie das Salz, man merkt nur wenn es fehlt.

Auf der Basis schulmedizinischer Erkenntnisse und vorallem der weitreichenden Zusammenhänge im komplexen System des menschlichen Körpers, arbeitet der Osteopath unter Berücksichtigung aller Einflussfaktoren. Zum Beispiel können Rückenschmerzen durch Fehlfunktionen der Organe ausgelöst werden. Der Osteopath ist auf eine ganzheitliche Diagnose und medikamenten- und operationsfreie Therapie spezialisiert. Wir bieten die Osteopathie als Heilpraktikerleistung an, welche von den Privat- und den meisten Zusatzversicherungen übernommen werden.

Auf unserer Internetseite finden Sie ein Video, welches die Osteopathie und ihre Hintergründe näher erklärt.

Oder rufen Sie uns gerne an!

Osteopathie Vanderborcht

Brinkerstr. 12 | 45549 Sprockhövel
Tel.: 02324/ 74351 | Fax: 02324/ 591360
info@vanderborcht.de | www.vanderborcht.de

Schemmann's Genuss & Style[®]

Tolles Konzept und ungewöhnliches Sortiment



Dieser einzigartige Konzept-Store sucht seinesgleichen. Shoppen mit Event-Charakter und sich selbst immer wieder neu zu erfinden, so lautet die Philosophie von Monika und Peter Schemmann, zu 100 Prozent umgesetzt in ihrem neuen „alten“ Stammsitz in der Ruhrstraße 21 in Witten. Die Eheleute versprechen ein völlig lebendiges Einkaufserlebnis in einem bemerkenswerten Ambiente.

SINCE 1872

„Die vielleicht älteste Tradition unseres Hauses: Sich selbst immer wieder neu zu erfinden“, so Monika Schemmann. Gelungen ist dies mit Schemmann's Genuss & Style, einem faszinierenden Mix aus den Bereichen Mode und Schmuck, Geschenkartikeln, Küchenaccessoires und Feinkost.

Genuss verschenken!

Es gibt nur eins, was besser ist, als Genuss: Genuss verschenken! Sie sind auf der Suche nach kulinarischen Geschenken für Ihre Lieben oder Geschäftspartner? Finden Sie – egal ob Gewürzmischungen, Essig- und Öl-Spezialitäten, Senfe, Saucen, Liköre oder Wein und Spirituosen. Gerne erhalten Sie fertige oder individuell nach Ihren Wünschen zusammengestellte Geschenkkörbe.

Über zwanzig Gin-Sorten

Degustationen werden regelmäßig stattfinden, aber natürlich darf auch gern spontan probiert werden. Eine der über 20 Gin-Sorten ist z.B. der charakterstarke Hellhammer Gin. Hellhammer steht für international ausgezeichnete Gins. Sie überzeugen mit ihrer Komposition aus über 20 Botanicals durch ein komplexes, ausgewogenes Geschmacksprofil. Hier kommt man ohne künstliche Aromen oder Zusatzstoffe aus. Abgerundet wird das Programm durch köstliche Trüffel, Schokoladen, sogar Lakritz-Leckereien und, und, und...

Küchenhelfer

Alles für den Küchenprofi oder begeisterten Hobbykoch finden Sie im Erdgeschoss. Ob Topf und Pfanne, Salz- und Pfeffermühle,

Thermoskanne und Brettchen, Gläser und Schalen sowie praktische Küchenhelfer wie Zange und Pfannenwender. „Alles, was das Herz begehrt“, betont Monika Schemmann. Keine Massenware, sondern Produkte mit Niveau und Renommee.

Wohnaccessoires aus recyceltem Teakholz

Bei den Teakartikeln handelt es sich um ursprüngliches Baumaterial oder alten Wurzeln. Traditionell wurde in Indonesien Teakholz in Kolonialgebäuden verbaut. Das Holz selbst ist von höchster Qualität und oft bis zu 100 Jahre alt.

In aufwendiger Aufarbeitung und Verarbeitung kann dieses Holz wiederverwendet werden. Gleichzeitig wird ein wertvoller Beitrag zum bewussten Umgang



Christmas Opening

WILLKOMMEN IM NEUEN PLACE TO BE VON WITTEN
KOCHEN · SCHENKEN · GENIESSEN
Jewelry meets Fashion

WINTERWONDERLAND auf über 800 m²

DONNERSTAG

25.11.21

ab 17.⁰⁰ Uhr

- ▶ GIN-TASTING MIT H. HELLHAMMER GOLD AWARD
- ▶ SPEZIALITÄTENVERKOSTUNG WAJOS
- ▶ WINTERGRILLEN MIT HÖFATS
- ▶ THOMAS SABO „EXCLUSIV“ & PANDORA
- ▶ ADVENTSGESTECKE

mit Ressourcen beigetragen. Holz als natürlicher Rohstoff lebt und arbeitet.

Jewelry meets Fashion

Im Obergeschoss finden Sie das stylische Repertoire von Monika Schemmann, vielen aus Pippi-Lotta-Zeiten ein absoluter Begriff.

Modelabels wie Sportalm Kitzbühel, Rundholz oder HIGH stehen für hochwertige Mode – mal elegant, mal leger!

Außergewöhnliche Mode für individuelle Styles. Hier finden Sie Bekleidung, außer schön und bequem auch angenehm zu tragen, auch nützlich, von guter Qualität und gut entworfen.

Unverwechselbare Kleidung mit Liebe zum Detail, hochwertig und authentisch – absolut einzigartig.

Highlights von Thomas Sabo

Die Schmuckmarke Thomas Sabo präsentiert bei Genuss & Style ihre Exclusive-Linie (nur 10 x in Deutschland) und **PANDORA** ist ein heißbegehrter Klassiker mit höchst aktuellen neuen Kreationen. Daneben darf man sich aber auch über so manch



andere stylische News freuen mit immer wieder neue Überraschungs- und Entdeckungsmomenten.

Last but not least: Die Genussbar Die Genussbar lädt mit einem Gläschen Wein oder Sekt, einem Espresso oder Latte Macchiato zum entspannten Verweilen ein. Damit wird Genuss & Style zum angesagten Treffpunkt in der Wittener City. Ein Mix aus Shoppen, Genießen und Relaxen. Schauen Sie doch einmal rein, ein Besuch lohnt sich unbedingt.



Im gesamten Ladenlokal befinden sich drei große Luftaustauschgeräte, die die Viren abtöten. Ebenfalls befinden sich am Eingang und in jeder Etage Desinfektionsgeräte.



Designer Fashion
Schmuck
köstliche Delikatessen
trendige Geschenke
tolle Dekorationen
und alles für die Küche

Ruhrstraße 21 | Witten
Tel. 02302 420750 + 20200 97
Montag-Freitag: 10 - 19 Uhr
Samstag 10 - 18 Uhr

Genuss & Style[®]





WIEDERERÖFFNUNG NACH FLUTSCHADEN

Gute Nachrichten aus dem Hause Sonnenschein Weihnachten kann kommen!

Seit dem 14. November kann in den „neuen“ alten Räumen wieder verkauft und beraten werden. Der Fußboden aus Gussasphalt glänzt mit frischer Farbe und ist auch gegen hoffentlich nicht eintreffende Wassereinbrüche gefeit. Regale und Lager sind gut gefüllt und die Tische präsentieren geschmackvoll dekoriert Kulinarisches für jede Gelegenheit. Image sprach aus diesem Grund mit Sebastian Banhold.

Image: Herr Banhold, vor einigen Wochen stand der komplette Laden noch unter Wasser, jetzt finden wir hier wieder ein riesiges Angebot, wie ist es gelaufen?

Sebastian Banhold: Wir haben das Hochwasserereignis „mit einem blauen Auge“ überstanden. Das größte Lob gebührt meinen Mitarbeitern, ohne die wir jetzt nicht hier ständen. Sie haben unendlich viel geleistet und freuen sich jetzt wieder auf hoffentlich viele Kunden. Es hat natürlich auch geholfen, dass wir gut versichert waren und die Versicherung unbürokratisch eingesprungen ist. Auch viele spontane Hilfe hat uns erreicht. So hat z.B. Getränke Hartmann aus Bochum mit Lagerfläche ausgeholfen und uns Logistikhilfe angeboten.

Image: Teilweise leben Sie ja noch mit einem Provisorium, wann soll denn alles fertig werden?

Sebastian Banhold: Am ersten Februar soll nach jetzigem Zeitplan alles in neuem Glanz stehen. Wir bekommen noch die komplette Ladeneinrichtung aus wasserbeständigem Massivholz.

Image: Haben Sie denn während der Renovierung auch neue Geschäftsfelder geplant?

Sebastian Banhold: Nein, dafür war wirklich keine Zeit, aber wir haben viele Dinge überdacht. So haben wir inzwischen eine neue IT-Infrastruktur geschaffen, zukünftige Betriebsabläufe und die interne Logistik verbessert.

Image: Haben Sie denn spezielle Angebote für die kommenden Wochen?

S. Banhold: Da fällt mir spontan ein Biowein aus Spanien ein: Emilio Valerio. Ein kräftiger Roter mit einer dunklen Beere. Dieser Wein hat „mächtig Dampf“. Probieren ist ein Muss! Ein attraktives Angebot ist sicher auch unser Salzkaramell-Likör und ebenfalls neu im Programm Fischkonserven von der Marke „Hiddenseer Kutterfischer“.

Im Feinkostbereich konzentrieren wir uns jetzt übrigens verstärkt auf kleine und feine Manufakturen.

Herr Banhold, Image wünscht Ihnen und Ihren Mitarbeitern alles Gute. UK

Hiddenseer Kutterfischer

Der Verein Hiddenseer Kutterfischer e.V. ist für den Erhalt der regionalen und nachhaltigen Stellnetzfisherei im Fanggebiet der Ostsee aktiv. Durch den Erwerb der Fischkonserven unterstützen Sie diese Tätigkeit. www.hiddenseer-kutterfischer.de



SONNEN SCHEIN

neu

Präsentideen aus Witten

Die Wertschätzung für Mitarbeiter und Kunden!



Gerne erstellen wir nach Ihren Wünschen/Budget mehrere Vorschläge und schicken Ihnen vorab Bilder und ein Angebot.

- ✓ Regionale Produkte
- ✓ Handschriftliche Etiketten nach Wunsch
- ✓ Komplette Versandabwicklung inkl. Versicherung
- ✓ Spirituosen aus eigener Produktion –
- ✓ Wunschetikett möglich
- ✓ Komplettlösung für Firmen inkl. Rechnung mit Einzelpositionen



WEBSHOP

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

www.sonnenscheiner.de

SONNENSCHNEIN-Weinempfehlung des Monats:

Bodegas Laderas de Montejurra „Emilio Valerio“ Tinto (Navarra D.O.)

Die Bodega Laderas de Montejurra in Navarra ist benannt nach dem gleichnamigen Kalksteinmassiv, an dessen Hängen die Weinberge der Kellerei liegen. Seit den 1980er Jahren kultiviert die Familie Valerio hier Weinberge, die – typisch für Navarra – zuvor seit einiger Zeit brach lagen. Doch dank der qualitätsorientierten Arbeit auf Laderas de Montejurra und aufgrund der einzigartigen Klima- und Bodenverhältnisse entstehen hier heute wieder Weine von Klasse und Format. Der Emilio Valerio ist eine Cuvée aus Garnacha, Tempranillo, Cabernet Sauvignon, Merlot und Graciano. Die Trauben wachsen auf Weinbergen rund um die Bodega und werden mit natürlichen Hefen vergoren,

um die Typizität der Region im Wein einzufangen. Der Wein reifte über 12 Monate in großen Fudern, Eichenholzfassern und Betontanks.

Das hat ihn mit einer starken Persönlichkeit und einem unverwechselbaren Aroma ausgestattet: Johannisbeeren, aromatische Kräuter, buttrige Anklänge und dezente Noten von Kohle zeigen das große Potenzial der D.O. Navarra.

Preis pro Flasche, 0,75 ltr.

€ 11,99

Unverwechselbar und authentisch.

(6 Flaschen kaufen, 5 bezahlen!)



Espresso-Biscotti

- Zutaten für ca. 40 Stück:
- 200 g Mehl
 - 50 g Mandelmehl*
 - 1 TL Backpulver
 - 175 g brauner Zucker*
 - 1 Prise Salz*
 - 30 g Kokosöl*, 2 Eier*
 - 1 EL Vanilleextrakt*
 - 2 EL stark gebrühter Espresso*
 - 100 g ganze blanchierte Mandeln*
 - optional: geschmolzene Bitterschokolade*
- * Diese Produkte gibt es in Fairtrade-Qualität.



Foto: dj-d-k/Fairtrade/Forum Fairer Handel

Zubereitung: Mehl, Mandelmehl, Backpulver, Zucker und Salz in einer Rührschüssel vermengen. Kokosöl, Eier, Vanilleextrakt und den etwas abgekühlten Espresso dazu geben und zu glattem Teig verkneten. Arbeitsplatte mit etwas Mehl bedecken. Teig mit den Händen durchkneten. Die Mandeln dazugeben und vermengen. Das Ganze zu einer Teighälfte formen und mit Frischhaltefolie bedeckt etwa eine halbe Stunde lang im Kühlschrank lagern. Den Backofen auf 180 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auskleiden. Den Teig halbieren. Aus jeder Teighälfte einen ca. 5 cm breiten, langen Laib formen, an der Oberseite etwas flach drücken. Die beiden Teigstränge auf dem Backblech nebeneinander platzieren und auf mittlerer Ebene ca. 25 Minuten lang backen. Die Biscotti ca. 10 Minuten lang abkühlen, mit einem scharfen Messer vorsichtig etwa 1-1,5 cm dicke Scheiben schneiden und erneut mit der Schnittseite nach oben für 8-10 Minuten backen. Die Biscotti aus dem Ofen holen, abkühlen lassen und luftdicht lagern. Für den Schoko-Guss die Schokolade schmelzen, die Biscotti hineindippen und auf einem Backpapier trocknen lassen. Weitere Rezepttipps: www.fairtrade-deutschland.de (dj-d-k)

Kräuterfrau gibt gesunde Tipps für die kalte Jahreszeit

Mit Brennnesseln, Löwenzahn, Taubnessel und Spitzwegerich geht es durch die Wintermonate

Im finsternen Mittelalter wäre die Sprockhövelerin Ursula Stratmann (62) vermutlich als Kräuterhexe auf dem Scheiterhaufen verbrannt worden. Schuld daran wäre ihr Wissen um Kräuter und die heilenden Kräfte gewesen. Zum Glück sind diese Zeiten vorbei und die Kräuterefachfrau kann ihr Wissen weitergeben. Das tut sie mit Kräutertouren, in Büchern und in IMAGE mit gesunden Tipps für die kalte Jahreszeit.

Eine wahre Vitaminbombe ist **der grüne Smoothie**. „Er besteht zur Hälfte aus Obst, in diesem Fall Mango, Zitrone und Banane. Die andere Hälfte besteht jeweils hälftig aus Wasser und Kräutern, in diesem Fall Löwenzahn, Taubnessel und Spitzwegerich. Dekorieren kann man das Glas mit Blättern des Brasilianischen Sauerklee“, erklärt Uschi Stratmann. Gut aussehen tut das grüne Getränk in jedem Fall - und es schmeckt auch noch.

„Die Brennnessel enthält ebenfalls viel Vitamin C. Man könnte sie auch für den Smoothie nutzen, aber leider verdirbt sie die grüne Farbe. Sie wird rostbraun und das sieht im Glas optisch nicht so gut aus“, lacht sie. „Aber während 100 Gramm Zitrone auf 50 Milligramm Vitamin C kommen, enthält die Brennnessel bei gleicher Menge 300 Milligramm Vitamin C. Sie eignet sich beispielsweise hervorragend für ein tolles Pesto oder eine Suppe.“

Brennnesselsuppe

200 g Brennnesselblätter und 200 g gemischte Wildkräuter klein schneiden, vorher zwei Zwiebeln in Öl kurz anbraten, dann Brennnesseln und Kräuter dazu geben. In wenig Wasser kurz dünsten. 60 g Vollkornmehl darüber streuen, mit einem Liter Gemüsebrühe auffüllen, 5 Minuten kochen lassen. Im Mixer pürieren, Salz, Pfeffer, Sahne und etwas Butter dazugeben. Fertig.

„Taubnessel und Vogelmiehe wachsen auch im Winter, sogar unter dem Schnee. Giersch gibt es auch. Seine Blattstängel sind aromatisch wie Sellerie. Er war für die alten Römer vor 2000 Jahren, zusammen mit Zwiebeln und Knoblauch, etwas Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Paprikapulver in der Pfanne, ein beliebtes Gericht. Der Giersch enthält 20-mal mehr Vitamin C als Kopfsalat und war schon in der Antike als Kraut gegen Gicht bekannt“, erklärt die Kräuterexpertin. Brennnesseln, als Samen mit einem Teelöffel auch gut in Joghurt oder Müsli zu rühren, ist übrigens ein natürliches Stärkungsmittel für die Haare. „Als Mus verzehrt über mehrere Wochen hilft es Rheumapatienten, denn es wirkt entzündungshemmend. Spitzwegerich enthält übrigens viel Zink und das hemmt die Verbreitung von Viren.“

Apropos Viren: **Erkältungssalben** kann man selbst machen: 50 ml

Distelöl mit 20 g Kokosöl leicht erwärmen, 25 g Bienenwachs darin schmelzen lassen. Die flüssige Masse vom Herd nehmen, ätherische Öle (5 ml Eukalyptus, 3 ml Lavendel, 3 ml Minze, 2 Tr. Rosmarin und 2 Tr. Kampfer) dazu geben, umrühren, in ein Cremedöschen abfüllen. Etwa ein Jahr haltbar, auf die Brust oder unter die Nase zu reiben.

„Auch Thymian, Salbei und Bohnenkraut helfen dem Immunsystem. Bohnenkraut schmeckt etwas terpeninähnlich und regt die Entgiftung an. Vermutlich denkt der Körper, er hätte Altöl bekommen und will es schnell wieder loswerden“, lacht Uschi Stratmann.



Diplom-Biologin Uschi Stratmann ging auch bei Mutter Natur in die Lehre. Foto: Pielorz



Brennnesselsamen-Pesto

Etwa 500 ml getrocknete Brennnesselsamen in der Pfanne ohne Öl leicht anrösten. Dann Öl in die Pfanne geben, zwei sehr klein geschnittene Zwiebeln, zwei große sehr klein geschnittene Tomaten dazu, alles anbraten, dann 2-3 EL Balsamico, 2 EL Tomatenmark und etwas Gemüsebrühepulver dazu, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schmeckt super zu Nudeln oder auf Brot!



Mutter Natur hält viel Gesundes für uns bereit. Die Sprockhövelerin Uschi Stratmann kennt sich gut mit Kräutern aus. Für die kalte Jahreszeit ist ein Brennnesselsamen-Pesto und ein grüner Smoothie eine wahre Vitaminbombe, die das Immunsystem stärkt. Infos zu Kräutertouren und mehr: www.kraeutertour-de-ruhr.de. Fotos: Pielorz



Gesundheitstipps

Temperaturschwankungen zur kalten Jahreszeit

Für viele sind Herbst und Winter wegen der Umstellung von Wetter und Klima ein Problem, zudem treffen mehr Menschen in Innenräumen aufeinander. Der Wechsel von kalten Außentemperaturen zu Heizungsluft und wieder zurück wird nicht nur als unangenehm empfunden, auch die Ausbreitung von Viren und Bakterien wird wahrscheinlicher, Infekte drohen das Immunsystem zu schwächen. Kreislauf und Organismus müssen sich über den Tag hinweg mehrfach an große Temperaturschwankungen gewöhnen. Gerade bei Kreislaufproblemen oder in höherem Alter bedeutet ein mehrfacher Temperaturwechsel für den Körper eine echte Herausforderung, die für eine Reihe von Beschwerden und Symptomen verantwortlich sein kann. Am meisten leidet das Herz-Kreislauf-System. Wenn der Kreislauf unter den Temperaturschwankungen leidet und den Körper schwächt, sinken allgemein Kraft und Motivation.

Auch die Nase braucht Pflege

Auch eine trockene Nase ist im Winter keine Seltenheit. Nach einem Winterspaziergang im gut geheizten Zimmer sich unter die warme Decke zu kuscheln, klingt nach einem entspannten Wintertag, kann für die Nase aber eine Tortur sein. Heizungsluft und Kälte können die Nasenschleimhaut austrocknen. Um einer Erkältung vorzubeugen, achten Sie darauf, dass Sie Ihre Nasenschleimhaut pflegen. Der angeschlagene Nase hilft Feuchtigkeit, denn wenn die Schleimhäute zu trocken werden, reagieren die Zellen gereizt und es können Krusten und Borken entstehen. Natürliche Hyaluronsäure kann für eine intensive Befeuchtung der Schleimwände sorgen. Die körpereigene Substanz kann große Mengen Wasser binden und haftet gut auf der Nasenschleimhaut. Hyaluronsäure kann die trockene Nase also effektiv und anhaltend befeuchten. Abschwellende Nasensprays sind zur Befeuchtung nicht geeignet. Der ständige Gebrauch kann die Beschwerden verschlimmern und sogar zu einem chronischen Schnupfen führen. Eine intakte Nasenschleimhaut kann vor dem nächsten Schnupfen schützen.

Impfen und individuelle Maßnahmen

Jetzt der Grippe zuvorkommen – Die Gripeschutzimpfung ist vor dem Hintergrund der Corona-Pandemie besonders wichtig. Insbesondere Menschen mit einem erhöhten Risiko für den schweren Verlauf einer Grippe sollten sich jetzt impfen lassen.

Stabilisierung des Kreislaufes: Wechselduschen oder ein Fitnessstraining können den Kreislauf fit für die Kälte machen.

Körper mit Sauerstoff versorgen: Gehen Sie im Herbst und Winter an die frische Luft. Kopfschmerzen und Schwindelgefühl verschwinden sehr häufig unter dem Einfluss von kühler Luft und frischem Wind. Gut vor Kälte geschützt wird Ihr gesamter Körper durch die Kälte von außen vitalisiert.

Richtige Ernährung: Für den häufigen Wechsel von Witterung und Temperatur sind Spurenelemente wie Chrom und Zink eine wertvolle Basis. Diese stärken neben Vitamin C und dem B-Komplex das Immunsystem.

Raumluft befeuchten: Gegen die trockene Heizungsluft verteilen Sie kleine Schälchen mit Wasser im Raum. Dadurch wird die Luft über den Tag besser befeuchtet. Durch die höhere Luftfeuchtigkeit trocknen die Schleimhäute von Nase und Augen nicht so schnell aus und bleiben im Kampf gegen Krankheitserreger aktiv.

Nasenspülung: Nasenduschen mit Kochsalzlösung können Symptome der trockenen Nase lindern.

Inhalieren: Auch wenn Sie nicht akut unter Schnupfen leiden, sind regelmäßige Inhalationen mit Kochsalz eine Wohltat für die trockene Nase. Durch den Wasserdampf werden die Schleimhäute befeuchtet und durchblutet.

Da Image nur allgemeine Empfehlungen geben kann, fragen Sie aber bitte die Gesundheitsexperten vor Ort.

Image wünscht Ihnen: Kommen Sie gut durch den Winter. UK

Image-Serie: Wie tickt der Mensch?



Wie wirkt Cannabis auf Körper und Psyche?

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.

„Cannabis ist der lateinische Begriff für Hanf. Aus den getrockneten Blüten, Blättern und gepressten Harzen lassen sich die Rauschmittel Marihuana und Haschisch gewinnen. Die Wirkungen gehen vor allem auf die Inhaltsstoffe Tetrahydrocannabinol (THC) und Cannabidiol (CBD) zurück. Während THC psychoaktiv wirkt (Rauschzustand) und ab einem Gehalt von 0,2 Prozent unter das Betäubungsmittelgesetz fällt, hat CBD keine psychoaktive Wirkung und ist Bestandteil von Ölen, Kapseln und Tee. Seit 2017 übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen in bestimmten Fällen unter strengen Voraussetzungen die Kosten für die kontrollierte Abgabe von Cannabis-Arzneimitteln mit höherem THC-Gehalt, zum Beispiel in der Schmerztherapie“, erklärt Dr. Willi Martmöller. „Dabei müssen mögliche Nebenwirkungen stets im Blick gehalten werden: Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, Stimmungsschwankungen, Schwindel, Muskelschwäche, aber auch Herzrasen, plötzlicher Blutdruckabfall und Herzbeschwerden. Der THC-Gehalt erhöht außerdem das Risiko, psychisch zu erkranken und Wahnvorstellungen (Psychosen) zu entwickeln.“



mit Dr. med. Willi Martmöller

Was macht THC mit Körper und Psyche?

Früher, langjähriger und regelmäßiger Konsum begünstigt irreversible kognitive Einbußen. Negative Effekte wurden vor allem in den Bereichen psychomotorische Geschwindigkeit, Aufmerksamkeit, Gedächtnis und Planungsfähigkeit beobachtet. Bis zu 90 Prozent aller cannabisabhängigen Personen entwickeln im Lauf ihres Lebens eine weitere psychische Störung oder körperliche Erkrankung infolge von zu viel Alkohol oder des Konsums weiterer psychoaktiver Substanzen. Es gibt Hinweise auf einen positiven Zusammenhang zwischen Cannabiskonsum und bipolaren Störungen. (DNP - Der Neurologe und Psychiater 6/2017)

Die kontrollierte Abgabe als Medikament ist nicht vergeichbar mit der unkontrollierten privaten Einnahme. „Der Konsum lockt mit Entspannung und angenehmen Gefühlen. Vor allem in Verbindung mit Alkohol steigen aber die Risiken für Herzrasen, Übelkeit und Schwindel bis hin zum Kreislaufkollaps sowie Panikgefühle und Halluzinationen. Wer Cannabis regelmäßig konsumiert, kann psychisch und körperlich abhängig werden. Rückzug aus dem Alltag und Lustlosigkeit gehören zu Verhaltensweisen, die auf die Sucht hindeuten können. Der THC-Wirkstoff ist mehrere Stunden im Blut nachweisbar. Das Endprodukt, THC-Carbonsäure, kann noch Wochen nach dem Konsum festgestellt werden. Dabei ist der THC-Gehalt je nach Pflanzensorte unterschiedlich hoch. Er kann bei bis zu 20 Prozent liegen und ist damit in vielen Fällen im Laufe der Jahre deutlich höher geworden. Außerdem beeinflussen die Art der Einnahme und die persönliche Gefühlslage die Wirkung. Studien zeigen, dass der Cannabis-Konsum das Risiko, an einer Depression oder Psychose zu erkranken, erhöht. Es gilt aber auch umgekehrt: Menschen mit psychischen Erkrankungen haben ein erhöhtes Risiko, Cannabis zu konsumieren und eine Abhängigkeit zu entwickeln. Die Hoffnung, durch den Cannabis-Konsum der depressiven Gefühlslage entrinnen zu können, macht die Droge attraktiv. Die neurobiologischen Anpassungsprozesse sorgen allerdings dafür, dass in immer kürzeren und höheren Dosen konsumiert werden muss. Das psychische Leid verschlimmert sich, körperliche Beschwerden nehmen zu.“ anja

◆ **Einen Serienteil verpasst? Lesen Sie online: www.image-witten.de oder www.martmoeller.de**

Uwe Träris: Die Zukunft ist grün

IMAGE im Gespräch mit dem AVU-Vorstand über Energieformen, Preisentwicklung und Zukunft

Diplom-Volkswirt Uwe Träris (57) ist seit dem 1. Januar 2015 Allein-Vorstand der AVU AG in zweiter Amtszeit. Der Chef des heimischen Energieversorgers ist sich sicher: „Die Zukunft ist grün.“ IMAGE hat ihn bei der AVU besucht.

IMAGE: Die wichtigste Verbraucherfrage zuerst: Müssen die Kunden der AVU im Winter frieren? Müssen die hohen Einkaufspreise für Gas an die Kunden weitergegeben werden?

TRÄRIS: Nein, natürlich muss niemand frieren. Wir sind für Hattingen in der Stromversorgung und für Sprockhövel in der Strom- und Gasversorgung zur Grundversorgung gesetzlich verpflichtet. Richtig ist aber: Seit über einem Jahr steigen die Großhandelskonditionen. Weil wir auf eine langfristige und keine marktnahe Beschaffung setzen, können wir die steigenden Preise etwas abfangen und müssen sie deshalb nicht in voller Höhe an die Kunden weitergeben. Eine Preisanpassung ist allerdings notwendig. Hier darf man aber nicht vergessen, dass wir als Energieversorger die Preisgestaltung nur etwa zur Hälfte beeinflussen können.

IMAGE: Wie setzen sich die Gas- und Strompreise überhaupt zusammen?

TRÄRIS: Der Gaspreis setzt sich aus verschiedenen Teilen zusammen. Der einzige Bereich, den der Versorger, in diesem Fall die AVU, selbst beeinflussen kann, ist der Preis für Beschaffung und Vertrieb. Staatlich festgelegt sind Steuern und Abgaben, die zusammen mit der neuen CO₂-Belastung

rund 30 Prozent betragen. Hinzu kommen gesetzlich regulierte Netz- und Messentgelte. Das macht auch etwa 25 Prozent des Gesamtpreises aus. Beim Strompreis sieht es ähnlich aus. Steuern, Abgaben, Umlagen sowie gesetzlich regulierte Netzentgelte sind der Löwenanteil beim Strompreis. Von uns beeinflussbare Faktoren – Stromeinkauf, Service und Vertrieb – liegen bei etwa 40 Prozent. Auch hier gehen die Handelspreise zurzeit nur nach oben. Der Strompreis wird zum Jahreswechsel von uns nicht erhöht. Die EEG-Umlage (Anm.: EEG steht für Erneuerbare Energien Gesetz) soll im kommenden Jahr sinken. Für den Endpreis ist das aber nur ein dämpfender Faktor.

IMAGE: Liegt die Zukunft also in erneuerbaren Energien?

TRÄRIS: Die Zukunft ist grün. Wir werden einen Energiemix haben. In der Übergangszeit wird dieser aus fossilen und erneuerbaren Energien bestehen. Später wird es ein Mix aus erneuerbaren Energien sein. Hinzu kommen Importe, denn wir werden den Bedarf sonst nicht decken können. Unsere fossilen Brennstoffe Kohle, Öl und Gas sind endlich. Bei den erneuerbaren Energien müssen wir aber die Herausforderungen in der kontinuierlichen Leistung, im Transport und in der Speicherung lösen. Und wir haben hier eine hohe Stromintensität: Vergleicht man beispielsweise den Pro-Kopf-Verbrauch pro Jahr im Ennepe-Ruhr-Kreis mit Berlin, so ergibt sich für den EN-Kreis ein Wert von 6000 Kilowattstunden im Vergleich zu Berlin mit 3600 Kilowattstunden.

Das liegt unter anderem daran, dass wir hier noch relativ viel produzierendes Gewerbe haben. Der Bedarf an Strom ist groß und wird nach den Prognosen weiter steigen. Das liegt auch an Projekten wie der Digitalisierung oder der E-Mobilität. Auch deshalb müssen die erneuerbaren Energien und ihre Infrastruktur ausgebaut werden.

IMAGE: Was macht die AVU denn in diesem Bereich?

TRÄRIS: Mit der AVU Serviceplus, einer 100prozentigen Tochter der AVU, betreiben wir an sechs Standorten in ganz Deutschland Photovoltaik-Freiflächenanlagen. Außerdem ist die AVU an der Trianel Erneuerbare Energien (TEE) beteiligt. Mit dem Fördermodell Grünstrom bieten wir unseren Kunden bereits seit zwanzig Jahren eine Möglichkeit, selbst aktiv für das Klima tätig zu werden. Der Strom wird aus Wasserkraft erzeugt und viele umweltfreundliche Projekte vor Ort wurden dadurch möglich gemacht. Welche das sind, entscheidet ein Kundengremium vor Ort.

IMAGE: Im Moment heizen wir aber in der Regel noch mit fossilen Energieträgern?

TRÄRIS: Ja, das ist so. Beim Altbestand der Gebäude wird zu fast 50 Prozent mit Gas geheizt. Bei den Neubauten haben wir aber schon fast 30 Prozent, die sich für eine Wärmepumpe entschieden haben. Auch der Einsatz von grünem Wasserstoff wäre ein konsequenter Weg, den Gebäudesektor klimaneutral zu machen. Er wird mit Strom aus Windkraft- und Photovoltaikanlagen aus Wasser CO₂-neutral

erzeugt und verbrennt ohne klimaschädliche Emissionen. Hier im Kreis werden wir zwar nicht ausreichend grünen Wasserstoff produzieren können. Unser Ziel ist es aber, in den nächsten Jahren die passende Infrastruktur zum Transport von hier erzeugtem und importiertem Wasserstoff zu schaffen. Wichtig ist aber auch, Verfahren für erneuerbare Energien zu beschleunigen. Die Inbetriebnahme eines Windrades dauert in der Regel sieben Jahre.

IMAGE: Als heimischer Energieversorger engagiert sich die AVU auch für soziale Projekte. Warum?

TRÄRIS: Unser Ziel ist eine hohe Lebensqualität in unserer Heimat. Dazu gehört auch das soziale Engagement. In den letzten zehn Jahren haben wir 2710 Projekte gefördert. Besonders hervorheben möchte ich unser Engagementwettbewerb AVU Krone und den Vorläufer Junges EN, den es übrigens schon seit 2005 gibt. Über 400 Vereine profitierten von einer Fördersumme von rund 300.000 Euro. Die Jury vergibt auch Sonderkronen für besondere Vereinsarbeit, Nachhaltigkeit oder Breitenwirkung. Bei unseren Sommerfesten veranstalten wir regelmäßig ein Tipp-Kick-Turnier als Benefizturnier für demenzielle Einrichtungen in der Region. Die Veranstaltung war in der Corona-Pandemie leider nicht durchführbar. Wir hoffen auf 2022. In der Pandemie haben wir gemeinsam mit dem Filmriss das Projekt Autokino veranstaltet und würden das gerne fortführen. Wir sind ein Unterstützer unserer Heimat.

anja



Uwe Träris vor der sunflower-Anlage vor dem AVU-Gebäude in Gevelsberg.

Foto: Pielorz

Rückstausicherung verhindert Wasserschaden im Keller

Wasser sucht sich seinen Weg, heißt es im Volksmund. Das bekommen wir oft auf unangenehme Art zu spüren - vor allem im Keller, zum Beispiel bei einem tief liegenden Bad. Denn die Gefahr einer Überschwemmung droht nicht nur bei Hochwasser, sondern auch bei Starkregen, der die Kanalisation überfordert. Sind die Abwasserkanäle gefüllt, drückt sich das Wasser durch die Leitungen zurück in die Häuser. Ein Rückstauschutz (Rückstauklappe oder Rückstauhebeanlage) kann einen solchen Abwasserschaden verhindern.

Wenn übel riechende Abwässer den Keller oder das Souterrain überfluten, ist alles zu spät. Bei einer Überlastung der Kanalisation zum Beispiel durch Starkregen tritt in allen Räumen unterhalb der so genannten Rückstauenebene aus WCs, Waschbecken, Duschen oder Bodenabläufen Schmutzwasser aus. Doch nicht nur die Beseitigung des Abwassers und der Überschwemmungsfolgen ist unangenehm, Eigentümer bleiben zudem oft auf den Kosten sitzen. Denn für so genannte Rückstauschäden kommen viele Versicherungen nicht auf, weil es technische Einrichtungen gibt, mit denen sich die Gefahr eines Wasserschadens deutlich reduzieren lässt.

Rückstau-Lösungen verhindern Wasserschaden im Keller

Immer, wenn die Kanalisation vollläuft, besteht die Gefahr, dass durch Wasserabflüsse unterhalb der Straßenoberkante schmutzige Abwässer in Keller oder Souterrains gedrückt werden. Damit es so weit gar nicht erst kommt, haben sich so genannte Rückstausicherungen bewährt. Die einfachste Lösung gegen die Überschwemmung mit Schmutzwasser ist eine Rückstauklappe, die sich im Bedarfsfall schließt und die Leitungen sperrt. So ist das Haus im Falle eines Rückstaus vor dem Eindringen von Wasser aus dem öffentlichen Kanal geschützt.

Deutlich komfortabler ist eine Rückstauhebeanlage. Hier wird die Abwasserleitung im Bedarfsfall geschlossen und eine Pumpe springt an, die alle Abwässer sicher aus dem Haus befördert. Der Vorteil gegenüber dem einfachen Rückstauschutz: Waschbecken, WC und Waschmaschine können auch bei Starkregen weiter genutzt werden. Das ist vor allem dann sinnvoll, wenn die Räume unter Straßenniveau als Wohnräume genutzt werden.

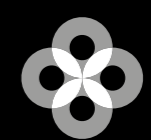
Grundsätzliche Tipps zum Thema Rückstau

Ungenutzte Abläufe sollten verschlossen werden. Während längerer Abwesenheit sämtliche Rückstauklappen verriegeln und alle Fenster im Keller fest verschließen.

Rückstauklappe nicht durch Abfälle blockieren! Die Entsorgung von Abfällen über die Toilette ist nicht ratsam und kann dazu führen, dass Feuchttücher, Hygieneartikel, Haare oder Putzlappen in der Rückstauklappe hängen bleiben und so den Rückstauschutz blockieren.

Hebeanlagen und Rückstauverschlüsse müssen regelmäßig geprüft und gewartet werden, sonst riskieren Eigentümer:innen bei Schäden ihren Versicherungsschutz! Rückstauklappen können im Anschluss an eine fachkundige Unterweisung eigenverantwortlich gewartet werden. Um im Schadensfall Ärger mit der Versicherung zu vermeiden, sollte die eigene Wartung vorsorglich dokumentiert werden. Alternativ kann ein Wartungsvertrag mit einem Fachbetrieb geschlossen werden.

Handwerker bei der Montage einer Rückstausicherung im Keller. Abflüsse im Keller sollten mit Rückstauschutz-Einrichtungen ausgestattet sein – sonst dringt das Abwasser bei Starkregen und Überschwemmungen durch die Kanalisation zurück ins Haus. Foto: ZVSHK



elements
BAD / HEIZUNG / ENERGIE

DER EINFACHSTE WEG ZUM NEUEN BAD

DIE BADAUSSTELLUNG IN IHRER NÄHE.

ELEMENTS HATTINGEN
AN DER BECKE 11
45527 HATTINGEN

T 02324 9633 0

✦ www.elements-show.de



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

Auf die richtige Versicherung achten! Kommunen haften nicht für Rückstauschäden an privaten Häusern. Diese sind auch nicht in der privaten Hausrat- und Wohngebäudeversicherung automatisch mit abgedeckt. Das Rückstaurisiko muss explizit innerhalb einer Elementarschadenversicherung abgesichert werden. Im Schadensfall können Versicherungen einen Nachweis über die regelmäßige Wartung von Rückstausicherungen verlangen.

Quelle: ZVSHK / Verbraucherzentrale NRW

RPS Polstertechnik
 Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel

Inh. J. Lasberg Tel.: 02302/9142266
 Annenstr. 87 Fax: 02302/9142267
 58453 Witten Mobil: 0170/1901135

www.polsterei-witten.de · info@polsterei-witten.de

Festpreis-Vertrag als Alternative AVU muss Grundversorgung erhöhen

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. „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.“

Keine Strompreiserhöhung zum Jahreswechsel 2021/2022

Bei den Strompreisen wird es zum Jahreswechsel keine Veränderungen geben. Auch hier bestimmen die nicht beeinflussbaren Bestandteile rund 50 Prozent des Gesamtpreises. „Insgesamt kennen auch beim Strom die Handelspreise zurzeit nur eine Richtung – nach oben. Wir beobachten auch hier die Marktentwicklung genau“, erläutert AVU-Vorstand Uwe Träris. Dagegen soll die EEG-Umlage um rund die Hälfte auf 3,723 Cent pro kWh im nächsten Jahr sinken. Für den Endpreis an den Kunden sei das aber nur ein dämpfender Faktor, so die Einschätzung unabhängiger Wirtschaftsexperten. Denn auch das war Thema in den Medien: Die Entwicklungen der Strom- und Gaspreise an den Energiebörsen beeinflussen sich gegenseitig.

Raumaustatter oder Innenarchitekt?

Innenarchitekten planen und begleiten komplette Einrichtungsprojekte vom Bau oder Umbau über Bodenbeläge bis hin zur Möblierung. Sie haben Architektur studiert und sind Experten auch für viele bauliche Fragen. Innenarchitekten kümmern sich um Neubau, Umbau und Sanierung von Gebäuden. Sie planen und überwachen Baumaßnahmen, kennen Energieeffizienz, Baustoffe und Baurecht. Sie haben durch ihr Studium die längste Berufsausbildung, was einen Innenarchitekten in der Regel aber auch teurer macht. Wenn Sie tragende Wände in der Wohnung versetzen oder den Zuschnitt neu planen möchten, führt kein Weg an einem Innenarchitekten vorbei. Wenn der Grundriss aber bleibt und Sie „nur“ die Inneneinrichtung ändern möchten, gibt es günstige Alternativen zu den Preisen von Innenarchitekten. Raumausstatter sind Handwerker, die Räume mit Stoffen, Farben und Möbeln einrichten und diese häufig auch individuell anfertigen. Raumausstatter gestalten Wände, Böden und Decken. Sie erstellen Farb- und Materialkonzepte und setzen sie handwerklich um. Sie reißen nicht nur die alten Beläge raus, sondern verlegen auch neue Böden, tapezieren und polstern Möbel. Als Handwerker haben Raumausstatter eine Ausbildung. Ein anderes Wort für Raumausstatter ist Innenausstatter. Früher hießen sie Polsterer-Dekorateur oder Tapezierer-Dekorateur. Wenn Sie keine Wände versetzen möchten, aber einen alternativen Bodenbelag suchen ist der Raumausstatter der richtige Ansprechpartner. Auch verfügen viele Raumausstatter über die Möglichkeit der 3D-Visualisierung um Wohnkonzepte, Grundrisse mit Möbeln und Accessoires realitätstreu darzustellen.

Heizspiegel 2021: Prognose für stark steigende Heizkosten

Im vergangenen Jahr sind die Heizkosten zwar bei einer durchschnittlichen Wohnung um 35 Euro (5 Prozent) gesunken, für 2021 schlagen allerdings deutliche Mehrkosten zu Buche: Durchschnittlich 90 Euro (13 Prozent) teurer wird das Heizen, vor allem mit Öl und Gas. Gründe dafür sind steigende Energiepreise, kühleres Wetter und der CO₂-Preis.

Ölheizung: im Schnitt über 40 Prozent teurer

Hauptgrund für die unterschiedlichen Heizkosten sind Schwankungen bei den Energiepreisen. Vor allem der Preis für Heizöl ist erst gefallen und nun wieder kräftig angestiegen. Das wirkt sich auf die Heizkosten bei Haushalten mit Ölheizung aus: von minus 27 Prozent im Jahr 2020 zu voraussichtlich plus 44 Prozent in diesem Jahr.

Nur geringer Corona-Effekt bei den Heizkosten

Milderes Wetter hat im Jahr 2020 ebenfalls zu niedrigeren Heizkosten geführt. Der Mehrverbrauch privater Haushalte durch die Corona-Pandemie hat in den Jahren 2020 und 2021 dagegen nur wenig ausgemacht.

Prognose Heizkosten 2021: 3 bis 44 Prozent höher

Für 2021 ist bei den gängigsten Heizsystemen mit zum Teil deutlichen Mehrkosten zu rechnen; nicht nur wegen höherer Energiepreise und kühlerem Wetter, sondern auch durch den CO₂-Preis. Damit setzt die Bundesregierung einen Anreiz für den Wechsel von fossilen zu erneuerbaren Energien. Dadurch sinken die CO₂-Emissionen.

Durchschnittliche Veränderung der Heizkosten*

Erdgas:	2020 - 5 Prozent	2021 + 13 Prozent
Heizöl:	2020 - 27 Prozent	2021 + 44 Prozent
Fernwärme:	2020 - 2 Prozent	2021 + 9 Prozent
Wärmepumpe:	2020 - 1 Prozent	2021 + 7 Prozent
Holzpellets:	2020 - 6 Prozent	2021 + 3 Prozent

Igelquartier im eigenen Garten

Igel sehen nicht nur niedlich aus, sondern sind echte Nützlinge im Garten. Auf ihrem Speiseplan stehen neben Fallobst diverse schädliche Insekten und Schnecken, auch junge Mäuse sind vor ihnen nicht sicher. Sobald die Temperaturen bis zum Nullpunkt sinken, gehen Igel in den Winterschlaf. Als Unterkunft nutzen sie am liebsten geschützte Laub- oder Reisighaufen – ein naturnaher Garten ist der ideale Lebensraum. Wer es im Garten gern aufgeräumt mag, kann die stacheligen Insektenfresser dennoch zum Überwintern anlocken – mit einem Igelhaus. Das sinnvolle Winterquartier gibt es als Bausatz in Bau- und Gartenmärkten. Das WildgärtnerFreude Igelhaus von Neudorff lässt sich einfach mit dem mitgelieferten Werkzeug aufbauen. Es hat ein abnehmbares Dach und wird aus zertifiziertem Holz aus nachhaltiger Forstwirtschaft hergestellt. Der verwinkelte Eingang verhindert, dass



Ein Igelhaus hilft dem stacheligen Nützling beim Überwintern. Da der Igel sehr gern Schnecken und andere Schädlinge frisst, ist das kleine Holzhaus ein aktiver Beitrag zum biologischen Pflanzenschutz. Fotos: Neudorff/txn

beispielsweise Katzen den Igel im Winterschlaf stören. Optimaler Standort für das vom NABU (Naturschutzbund Deutschland) empfohlene Igelhaus ist ein ruhiger, schattiger Platz unter einer Hecke oder einem Strauch. Das Haus dann noch mit etwas Laub befüllen und während des Winters weder öffnen noch umstellen. txn

An Eurer Seite!

Mit viel Herz für unsere Heimat!

Exklusiv für EN!
avu.de/heimat

AVU...

Nächster Erscheinungstermin:
Image Montag, 20.12.2021
 Anzeigenschluss: Montag, 6.12.2021



Verbraucher müssen für 2021 mit stark steigenden Heizkosten rechnen.

Foto: www.heizspiegel.de



➤ **Hattinger Altstadt**
 jeweils 16 Uhr | Treffpunkt: Altes Rathaus auf dem Untermarkt
 28.11.: Russisch
 05.12.: Niederländisch
 12.12.: Türkisch
 19.12.: Portugiesisch

➤ **LWL-Industriemuseum Henrichshütte**
 jeweils 14 Uhr | Treffpunkt: Foyer
 05.12.: Portugiesisch
 12.12.: Niederländisch
 19.12.: Russisch

Bei Führungen in unterschiedlichen Sprachen erleben Gäste die Geschichte der Henrichshütte aus besonderen Perspektiven. Foto: LWL/Hudemann

Stadt- und Museumsführungen in verschiedenen Sprachen

Unter dem Motto „Hattingen neu entdecken“ bietet der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) in Kooperation mit dem Anbieter „Hattingen zu Fuß“ an den kommenden sechs Sonntagen kostenlose Stadt- und Museumsführungen in unterschiedlichen Sprachen an. Gäste können dabei das LWL-Industriemuseum Henrichshütte oder die Altstadt kennenlernen. Die Rundgänge übernehmen Menschen aus Hattingen und Umgebung, die neben ihrer Muttersprache auch

ihre eigene Perspektive einfließen lassen. Ihren ersten Einsatz hatten Ridha Abidi, Yalcin Dogru, Maria Fernanda Johannes, Zoya Meyer, Frank Quante und Thomas Vaneman zur Woche der Vielfalt im Ennepe-Ruhr-Kreis im September. Zuvor hatten die sechs neuen Gästeführer:innen nicht nur die Geschichtsbücher gewälzt, sondern auch gelernt, was eine spannende Führung ausmacht und wie sie zwischen all den historischen Zahlen und Fakten ihre eigenen inhaltlichen Schwerpunkte finden.

Für die Teilnahme an den öffentlichen Führungen im LWL-Industriemuseum ist nur der Eintritt (Erwachsene 5 Euro) zu entrichten; die Stadtführungen sind kostenfrei. Eine Anmeldung ist jeweils nicht erforderlich. Im LWL-Industriemuseum gilt die 2G-Regel: Zur Teilnahme an einer Führung müssen Interessierte einen Nachweis über Genesung oder Impfung vorlegen. In der Hattinger Innenstadt gilt die 3G-Regel: Zur Teilnahme an einer Führung müssen Interessierte einen negativen Coronatest oder einen Nachweis über Genesung oder Impfung vorlegen.

Die Rundgänge können auch als Gruppenführung an frei zu vereinbarenden Terminen gebucht werden (E-Mail: kontakt@hattingenzufuss.de oder Tel. 0175 4194195).

Herbstkonzert fällt aus

Hoffen auf das Frühjahrskonzert 2022

Obwohl die Planung und die Vorbereitungen der Rhein-Ruhr Philharmonie, des LWL und der Volksbank Sprockhövel für „Volksbank. klassisch“ schon so gut wie abgeschlossen waren, haben sich die Partner nun dafür entschieden, das für den 4. Dezember geplante Konzert abzusagen. „Auch wenn alle Beteiligten nun schon so viel Arbeit und Herzblut investiert haben, ist es richtig, ein heute in seiner Dimension nicht absehbares Risiko zu vermeiden“, erklärt Thomas Alexander, Marketingleiter der Volksbank. „An sich waren wir optimal aufgestellt“, ergänzt Robert Laube vom LWL-Industriemuseum. „[...] unser Hygienekonzept stand. Dennoch können wir nicht ausschließen, dass das Virus auch hier verbreitet worden wäre.“ Dieses Risiko ist insbesondere für Ungeimpfte nach wie vor lebensbedrohlich. Deshalb wurde nach einem kurzen Gedankenaustausch der Partner beschlossen, das Konzert in diesem Jahr abzusagen. Bei Inzidenzen, bei denen vor Jahresfrist an Veranstaltungen nicht zu denken war, ist es eine Frage verantwortlichen Handelns, das Konzert abzusagen.

LWL-Industriemuseum | Westfälisches Landesmuseum für Industriekultur

Witten | Hattingen

Dunkle Stollen und glühendes Eisen

Industriekultur im Ruhrtal

Zeche Nachtigall mit Besucherbergwerk
 Henrichshütte Hattingen mit SchaugieBerei

www.lwl-industriemuseum.de

LWL
 Für die Menschen
 Für Westfalen-Lippe

Lumagica Hattingen - ein Lichterfest für die Seele

Auf der LWL-Industriegelände Henrichshütte öffnete der Lichterpark am 13. November seine Tür

150 Jahre lang wurde auf der Henrichshütte Hattingen Eisen und Stahl erzeugt, geschmiedet und gewalzt, ehe der Betrieb 1987 endgültig stillgelegt und teilweise in ein Industriemuseum umfunktioniert wurde. Das ehemalige „Land des Feuers“ erstrahlt in einem völlig anderen Licht, wenn die Lichtkünstler von MK Illumination mit ihrem LUMAGICA Lichter-Park das Gelände des LWL-Industriemuseums Henrichshütte Hattingen in eine phantastische Zauberwelt verwandeln. Vom 13. November 2021 bis 9. Januar 2022 können Besucher auf einem rund 1,5 km langen Licht-Parcours durch unterschiedliche Themenbereiche flanieren, die an die Industriegeschichte der Henrichshütte anknüpfen. Begleitet werden sie dabei von 300.000 LED-Lichtern, die in rund 250 Objekten verbaut wurden.



Freuen sich auf Lumagica v.l. Centermanager Reschop Carré Jörg Waldrich, Hattingen Marketing-Chef Georg Hartmann, Sebastian Bau von MK Illumination und Museumsleiter LWL Hattingen Robert Laube. Foto: Pielorz

Ein magisches Erlebnis

„MK Illumination wurde 1996 in Innsbruck gegründet. Mit den Lichterparcs haben wir 2018 in Hückelhoven begonnen. Mittlerweile sind sie weltweit zu sehen. Das Besondere: Wir sind keine Tourneeproduktion, die immer die gleichen Objekte zeigt. Wir bauen die Figuren je nach Standort zusammen und erzählen mit ihrem Licht die Geschichte des Ortes“, erklärt Sebastian Bau, Head of Special Event Projects.

Nachdem sich Karl-Heinz-König, Leiter Business Development Deutschland MK Illumination, gemeinsam mit Hattingen Marketing-Chef Georg Hartmann das ehemalige Hütten- und heutige Museums Gelände angesehen hatte, war er begeistert von der Kulisse für sein Lichterprojekt. Bei Museumsleiter Robert Laube stieß die Idee auf offene Ohren - zumal die Zusammenarbeit langfristig sein soll. Der Lichterpark wird also nach der Premiere auch in den kommenden Jahren jeweils in neuer Form auf dem Außengelände des LWL-Industriemuseums zu sehen sein.

Zu bestaunen gibt es eine Menge: Zum Beispiel den riesigen Drachen, Bestandteil des Hattinger Stadtwappens. Oder Lokomotive, Pandabär und zahlreiche Figuren. Sie alle erzählen mit ihrem Licht die Geschichte der Hütte, eine Story von Eisen und Stahl. Ein achtköpfiges Montage-team hat zwei Wochen gewerkelt, bevor alles genauso leuchtet, wie es sich die kreativen Köpfe erdacht haben.

Der Panda in der chinesischen Ecke steht dabei für den Ausverkauf einiger Stahlkolosse nach China. Beleuchtete Figuren wie Carl Roth, ehemaliger Hüttenmeister, oder Unternehmerfrau Sophie Henschel vom Lokomotiv- und Maschinenbaukonzern Henschel und Käufer der Henrichshütte, lassen eine vergangene Zeit auferstehen. Gern kann man die LED-Figuren berühren, sich neben Sophie Henschel auf die Bank setzen oder beim Segelschiff interaktiv sogar den Verlauf der Ruhr verändern - in Anlehnung an die Ruhrverlegung für die Henrichshütte. Auch ein Musikstück wurde eigens für die Veranstaltung komponiert. Unterstützer der Idee war auch das Reschop-Carré. Centermanager Jörg Waldrich arbeitet seit vielen Jahren mit MK Illumination zusammen - deshalb stehen im Carré-Foyer auch beleuchtete Flügel als Hinweis auf die kommende Veranstaltung. „Gerade die Kombination von Weihnachtsmarkt und Lumagica sind zwei magische Veranstaltungen, die Licht in der dunklen Jahreszeit geben“, findet Marketingchef Georg Hartmann.

Geöffnet hat Lumagica täglich außer Heiligabend und Silvester mit jeweils halbstündigen Einlassfenstern vom 13. November bis zum 9. Januar zwischen 17 und 22 Uhr. Eintritt: Erwachsene ab 15 Euro, Kinder ab sechs Euro. Es gibt Family Card und Gruppenermäßigung. Es gelten die Regeln der aktuellen Coronaschutzverordnung. Auf dem Freigelände gibt es keine Maskenpflicht.

Info: www.lumagica.com

LUMAGICA
 HATTINGEN

13.11.21 BIS 09.01.22

DER MAGISCHE LICHTERPARK

HENRICHSHÜTTE HATTINGEN

Tickets und weitere Informationen unter lumagica.de

JETZT TICKET SICHERN

reschop carré | LWL | HATTINGEN Marketing | mk | reservix | WAZ | cölibri

Eine Butter-Geschichte

Am späten Nachmittag brennen Kerzen in den Fensterbänken, flimmern kleine Lämpchen auf den Gartenhecken, der erste Frost zaubert Kristallsterne auf die Rasenflächen.

Im Windlicht leuchtet eine dicke rote Kerze an der Haustür.

Im Fenster glimmen die Lämpchen in der Girlande, an der all der etwas ausgefallene, wenn nicht leicht verrückte, Baumschmuck aus farbigem Glas baumelt: ein roter Lippenstift, ein Flugzeug, Engelsflügel, ein glitzernder Schuh, eine Capuccino-Tasse, ein Hund mit Krönchen, ein rosa Schweinchen, natürlich ein Frosch, sogar, als Gipfel aller folie, ein lila Frosch. Dazwischen hängen rote und goldene Kugeln und Sterne und als Krönung zwei filigrane Monde.

Etwas Kitsch -sofern es ein solcher ist- darf sein!

Die am Barbaratag geschnittenen Kirschbaumzweige treiben Knospen, um Weihnachten zu blühen. Am Morgen wippt ein Meisenpärchen auf einem Zweig vor dem Küchenfenster und wartet auf die Nusskerne, die ich täglich auf die Fensterbank krümele. Auf dem hoch aufgeschossenen Haselnussstrauch ruft unsere Hausamsel, die Vogelschar herbei, die sodann im Futterhäuschen sorgsam ihre Tagesration sortiert: zuerst die Korinthen, später die Bröckchen aus Nüssen und Leinsamen, zum Schluss vielleicht die Haferflocken.

Wie es im Haus duftet!

Es ist Adventszeit – die Zeit, in der Plätzchen gebacken werden mit Zimt und Zucker, mit Anis und Marzipan, mit Rumrosinen und Krokant, mit Kardamom und Kokosflocken, alle natürlich mit viel, viel guter Butter. Zum ersten Mal wollte ich den Menschen, die mir das Jahr über mit Großzügigkeit, Nachsicht und Wohlwollen begegnet sind, nicht wiederholt mit einer Tüte selbstgebackener Kekse danken, sondern entschied mich für „Muffins“. Den papiernen Förmchen war bereits ein Rezeptheftchen beigefügt, so dass sofort 16 Törtchen nach dem ersten Rezept gebacken werden konnten. „Biskuit-Muffins“ klang verlockend, und als ich sie goldbraun aus dem Backofen holte, wurden sie noch weiß glasiert.

Das I-Tüpfelchen bildeten gezuckerte Sterne und Monde auf der Glasur. Ich drapierte 15 Muffins auf einem goldenen Teller, hüllte diesen in Weihnachtsfolie, heftete ein Dankeskärtchen an das rote Bändchen und brachte das Präsent in unsere Apotheke.

Am Abend probierte ich dann das restliche Törtchen, also Muffin Nummer 16, hatte den Mund voller trockener Krümel, gab meinem Mann die andere Hälfte, der schalkhaft lächelnd lange kaute. „Findest Du das ‚Ding‘ nicht etwas trocken?“, „Etwas? Es ist zu trocken!“ „Der Muffin schmeckt gut, aber irgendetwas fehlt.“ „Erraten, es fehlt Fett, es fehlt Butter, viel Butter.“

Was mache ich jetzt nur? Ich schäme mich. Wie kann ich mich bei der Apotheke entschuldigen?“ „Dir wird schon etwas einfallen.“

Am nächsten Morgen war mir wirklich etwas eingefallen: es wurde ein Nusskuchen in einer Gugelhupfform gebacken mit viel, viel Butter, er wurde mit heller Kuvertüre übergossen, mit kleinen dunklen Schokoladensternchen dekoriert, auch in Folie eingeschlagen und zur Apotheke gebracht. Dort trug ich meine „Entschuldigung“ vor:

„Als ich den Muffin abends probiert, habe ich mich sehr geniert. Zum ersten Mal hatt' ich gemacht die Muffins, die ich dann gebracht auf einem Teller zum Advent.“

Doch wer von Euch die Wahrheit kennt? Wie schmeckten Euch denn diese Törtchen? Wer sagt jetzt gleich ein wahres Wörtchen?

Trocken waren sie gar sehr, es fehlte Butter und noch mehr. Drum bring' ich heute zum Genuss den runden Kuchen mit viel Nuss und Schokoladenzuckerguss. Und bitte Euch um Eure Gunst, mir nachzuseh'n die Muffins-Kunst.“

Barbara Hoth-Blattmann



Ranger: Landrat Olaf Schade, die Ranger Dirk Bruszies und Michael Zielkowski, Carla Paul und Thomas Kämmerling von RVR Ruhr Grün und Marco Heimhardt, Leiter des Fachbereichs Bürgerdienste und Stadtentwicklung bei der Stadt Ennepetal, trafen sich am Rande eines Ranger-Einsatzgebietes vor dem Nationalen Naturmonument Kluterthöhle in Ennepetal. Foto: UvK // Ennepe-Ruhr-Kreis

Naturschutz im Kreisgebiet

Ranger weisen auf Verhaltensregeln hin

Lärm, Müll, freilaufende Hunde und quergebende Mountainbiker: Wo besonders viele Menschen Erholung in Naturschutzgebieten suchen, kommt es immer wieder auch zu Regelverstößen. Zum Schutz der Tiere und Pflanzen setzt der Ennepe-Ruhr-Kreis seit Oktober Ranger des RVR-Eigenbetriebs Ruhr Grün ein, die Waldbesucher bei Fehlverhalten ansprechen. „Wir haben im Ennepe-Ruhr-Kreis sehr schöne Natur, gleichzeitig ist unsere Region dicht besiedelt. Es ist gut und wichtig, dass die Menschen die Wälder zur Erholung nutzen. Aber ohne Rücksicht geht es nicht“, erklärt Landrat Olaf Schade das Konfliktpotenzial. Der Kreistag hatte deshalb im Juni beschlossen, das Ranger-Modell des Regionalverbands Ruhr auch im Kreisgebiet einzuführen.

Die Ranger sind Forstwirte und Forstwirtschaftsmeister mit der Zusatzbildung Natur- und Landschaftspfleger, die auf RVR-eigenen Flächen zum Teil schon seit Jahrzehnten im Einsatz sind. Im Kreisgebiet sind sie zunächst an 51 Tagen pro Jahr als Zweier-Teams in acht ausgewählten Naturschutzgebieten unterwegs – mal wochentags, mal am Wochenende und an Feiertagen, mal tagsüber und mal in den späten Abendstunden. Wann immer sie Verstöße beobachten, sprechen sie die Waldbesucher direkt an.

„Dafür sind alle Ranger psychologisch geschult. Ihr Ansatz ist freundlich und positiv, sie klären über die Verhaltensregeln in Naturschutzgebieten und ihre Hintergründe auf“, erläutert Thomas Kämmerling, Betriebsleiter bei RVR Ruhr Grün. „In den allermeisten Fällen sei dieses Vorgehen erfolgreich“, berichtet Ranger Michael Zielkowski aus seiner langjährigen Erfahrung. „Mehr als 90 Prozent der Leute signalisieren uns Verständnis und Einsicht. Oftmals ist es den Waldbesuchern gar nicht bewusst, dass sie sich in einem Naturschutzgebiet befinden und welche Regeln dort gelten.“

Die Erfahrungen, die die Ranger im Ennepe-Ruhr-Kreis sammeln, teilen sie mit der Unteren Naturschutzbehörde und den Ordnungssämtern der kreisangehörigen Städte. So können die Ordnungssämter ihre Kontrollen zum Beispiel auf Bereiche ausweiten, die die Ranger bei ihren Einsätzen als neue Hotspots ausmachen. Oder es können zusätzliche Schilder aufgestellt werden, die auf die Regelungen in Naturschutzgebieten hinweisen. „Wir erhoffen uns allein schon von der Präsenz der Ranger Verbesserungen“, sagt Henning Rothstein, Leiter des Bereichs Landschaftsplanung, -entwicklung und -schutz beim Kreis. „Natürlich können sie nicht immer und überall gleichzeitig vor Ort sein. Aber sie ergänzen die Kontrollen der Ordnungssämter, der Unteren Naturschutzbehörde und die Präsenz der ehrenamtlich tätigen Naturschutzwacht. So hoffen wir, die bisherige Lücke ein Stück weiter zu schließen.“

Stichwort Einsatzgebiete

Im Ennepe-Ruhr-Kreis gibt es insgesamt 31 Naturschutzgebiete auf 1.600 Hektar und 65 Landschaftsschutzgebiete auf 25.000 Hektar. In acht besonders stark frequentierten Bereichen sind die Ranger unterwegs: Naturschutzgebiet Elbschebachtal / Bommerholz in Witten und Wetter. Naturschutzgebiet Hardenstein und Muttental in Witten. Ruhr- und Hattingen-Winz. Elfringhauser Schweiz in Hattingen und Sprockhövel. Naturschutzgebiet Kluterthöhle in Ennepetal. Naturschutzgebiete Brambecke und Wpperschleife Bilstein-Deipenbecke in Schwelm. Naturschutzgebiet „Alte Ruhr / Katzenstein“ in Hattingen. Naturschutzgebiet Felsen am Harkortsee in Herdecke und Wetter. pen

Führerscheinstelle

Terminbuchung ab sofort online möglich

Die Führerscheinstelle des Ennepe-Ruhr-Kreises hat ein neues Online-Portal eingerichtet. Bürgerinnen und Bürger können ab sofort und rund um die Uhr Termine für Anträge und Abholungen über www.terminland.de/en-kreis-fuehrerscheinstelle buchen.

Bisher waren Terminabsprachen ausschließlich telefonisch möglich. Einzige Voraussetzung für die Nutzung des Portals ist eine gültige E-Mail-Adresse. Diese wird für den Empfang der Terminbestätigung benötigt. Darin ist ein QR-Code enthalten, der im Eingangsbereich der Führerscheinstelle eigenständig eingescannt werden soll. Anschließend drückt das Terminal ein Ticket mit der Aufrufnummer aus.

Bürgerinnen und Bürger, die über keine eigene E-Mail-Adresse verfügen, können sich zur Terminvereinbarung an ihre Sachbearbeiter wenden. Die zentrale Rufnummer des Straßenverkehrsamtes lautet 02336/93-0. pen



Freude am Auto
Hantke



- 🔗 Seat- und Toyota-Servicepartner
- 🔗 Wohnmobilservice, Stellplatzvermietung, Gastankstelle 95/5
- 🔗 Unfallinstandsetzung
- 🔗 Lackiererei
- 🔗 Car-Dipping
- 🔗 Gas-Umbau
- 🔗 Wartung vieler Fabrikate

Im Vogelsang • 45527 Hattingen
Tel. 02324/3 28 30
www.autohaus-hantke.de

Gerade im Winter: Gut sichtbar im Straßenverkehr

Beim Elterntreff gibt Polizeihauptkommissar Jörg Reifenschneider wichtige Hinweise

Statistiken belegen, dass sich 27 Prozent aller Verkehrsunfälle bei Dunkelheit ereignen und deutlich schwerere Folgen im Vergleich zu Unfällen am Tag nach sich ziehen. Dabei unterliegen Fußgänger einem dreifach höheren Risiko. Polizeihauptkommissar Jörg Reifenschneider, Direktion Verkehr, Verkehrsunfallprävention/Opferschutz, erklärt, wie man gut sichtbar im Straßenverkehr unterwegs sein sollte, um dadurch das Unfallrisiko zu verringern.

Richtige Kleidung

„Die richtige Kleidung ist dabei ganz besonders wichtig. Das gilt bei Tag, etwa bei Regen, Nebel oder Schneefall, in der Dämmerung und natürlich ganz besonders in der Dunkelheit. Fluoreszierende Kleidung hilft, besser gesehen zu werden. Dabei sollte das reflektierende Material über den ganzen Körper verteilt sein und besonders die Körperformen deutlich machen. Je schneller ein Objekt erkannt wird, desto früher setzt die Reaktionszeit ein. Es gibt auch passende Kopfbedeckungen. Dabei sollte man als Erwachsener mit gutem Beispiel vorangehen, um die Kinder daran zu gewöhnen“, so Reifenschneider. Die Polizei ist mit der Verkehrserziehung vor allem bei Kindern im Kindergartenalter und der Grundschule unterwegs und versucht, dieses Wissen zu vermitteln. „Aber bei Jugendlichen sind diese Reflektoren nicht mehr angesagt und deshalb findet man sie hier auch kaum.“

Reflektoren

Dabei kommt es darauf an, wie man im Straßenverkehr unterwegs ist. „Als Fußgänger sind Sohlenblitze, lichtreflektierende Armbinden, Anhänger oder Jacken aus lichtreflektierendem Material sinnvoll. Es gibt auch Regenschirme mit lichtreflektierendem Material. Für Schulkinder sollte der Schulranzen mit retroreflektierenden Materialien versehen sein. Das sieht man auch immer auf Veranstaltungen wie beispielsweise der Ranzenparty, wo die Polizei oft vertreten ist und Erklärungen abgeben kann. Wer als Jogger unterwegs ist, sollte spezielle lichtreflektierende Arm- und Stirnbänder und Kleidungsstücke aus entsprechendem Material nutzen. Radfahrer müssen natürlich dafür Sorge tragen, dass Ihr Fahrrad den verkehrsrechtlichen Vorschriften entspricht. Sie müssen die lichttechnischen Einrichtungen auch einschalten und zusätzlich lichtreflektierende Armbinden,

Anhänger oder Jacken aus lichtreflektierendem Material tragen.“

Die Wahrnehmung macht's

Jörg Reifenschneider erklärt: „Ob ein Verkehrsteilnehmer rechtzeitig bremsen kann, hängt vor allem davon ab, wann er andere Menschen sieht. 90 Prozent der notwendigen Informationen im Straßenverkehr werden über die Augen aufgenommen. Bei Nacht sinkt die Sehleistung des menschlichen Auges auf fünf Prozent des Tageswertes. Außerdem benötigt das menschliche Auge alle 13 Jahre die doppelte Lichtmenge, um gleich viel sehen zu können wie ein Zwanzigjähriger. Mit 65 Jahren haben nur noch 42 Prozent der Menschen ein ausreichendes Nacht- und Dämmerungs-Unterscheidungsvermögen. Deshalb ist es so wichtig, auf die richtige Kleidung zu achten. Denn ein dunkel gekleideter Fußgänger im Scheinwerferlicht wird erst aus einer Entfernung von 25 Metern wahrgenommen. Das kann für PKW-Fahrer zu spät sein, um rechtzeitig zu bremsen und vor dem Fußgänger zum Stehen zu kommen. Bei heller Kleidung liegt die Erkennbarkeit bei 40 Metern, bei reflektierender Kleidung bei 140 Metern. Das ist doch ein deutlicher Unterschied.“

Zusätzliche Unterstützung leisten Reflektoren, die am Fahrrad oder Mofa vorgeschrieben sind. Auch hier gilt, dass sie vorhanden sein und funktionieren müssen. Verschmutzungen sind zu entfernen, weil auftreffendes Licht sonst nicht optimal zurückgestrahlt wird. Fußgänger können ebenfalls Leuchten einsetzen, wie z.B. spezielle Blinklichter. Diese haben eine gute Signalwirkung und tragen dazu bei, deutlich früher erkannt zu werden. Im Handel werden entsprechende Lichter u.a. für Sportler, wie z.B. Jogger, angeboten. Wer bei Dunkelheit seinen Vierbeiner zum Gassigehen ausführt, kann diesem z.B. ein Leuchthalband anlegen und damit nicht nur die Sichtbarkeit des Tieres erhöhen, sondern auch sich selbst schützen.

Eingehen will Reifenschneider noch auf die Gruppe der Senioren. „Viele von ihnen tragen dunkle Kleidung. Hier sind Reflektoren natürlich sehr sinnvoll. Und auch an Gehhilfen machen sie Sinn. Wenn man dann noch darauf achtet, nach Möglichkeit gut beleuchtete Straßen zu nutzen, kleine Kinder zur Hauswand und nicht zum Straßenverkehr zu führen und noch eine Taschenlampe dabei zu haben, ist man für die dunkle Jahreszeit gut gerüstet.“ anja



Foto: Bigstock

LIEFERENGPASS? NICHT BEI UNS!

Wir haben ausreichend Geräte auf Lager - viele Marken und Modelle.

über 150 Waschmaschinen **LAGERND**

über 100 Trockner **LAGERND**

über 80 Geschirrspüler **LAGERND**

über 100 Kühlgeräte **LAGERND**

über 120 Backöfen und Herdssets **LAGERND**

euronics Kutsch Dortmund, Straße 19 | 58455 Witten
Tel. 02302 1619 | www.euronics-kutsch.de
Mo-Fr 10.00-18.30 Uhr | Sa 10.00-15.00 Uhr

Alle Artikel in dieser Anzeige wurden zur rechtzeitigen Anlieferung eingekauft. Dennoch kann sich in Einzelfällen die Anlieferung verzögern, oder die Belieferung erfolgt nicht in dem beauftragten Umfang. Es kann daher nicht ausgeschlossen werden, dass wir einen Artikel aus diesem Prospekt nicht in ausreichender Menge vorrätig haben. Wir bitten um Ihr Verständnis. Irrtum, Druckfehler und technische Änderungen vorbehalten.

Beim Gin von Gerald Asamoah liegt Papaya auf der Zunge

Erlös aus gemeinsamer Kreation mit Destillerie & Brennerei Habel fließt in seine Herzstiftung

Michaela Habel ist die Urenkelin von Josef Habel, der die Brennerei Habel in Sprockhövel vor rund 100 Jahren gründete. Hand in Hand mit ihrem Vater Michael ist sie als Frau an einem ungewöhnlichen Arbeitsplatz unterwegs. Neben der Whisky-Herstellung produzieren sie Gin, Obstbrände und Kräuterliköre. Auch der Sprockhövel-Gin zum 50-jährigen Stadtjubiläum kommt aus den Habel-Fässern.

Bei Gin Fourteen dreht sich allerdings alles um die 14 und den Fußballprofi und Ex-Nationalspieler Gerald Asamoah. Ihn lernte sie vor anderthalb Jahren kennen. Da war Asamoah mit seinem Team auf der Suche nach Geschenken für Stiftungsmitglieder. „Ich habe die Gerald-Asamoah-Stiftung für herzkranken Kinder gegründet. Ich wollte etwas machen, was mit mir zu tun hat. Ich bin mit einem Herzfehler Profi-Fußballer geworden und möchte anderen ein Vorbild sein, Mut zu haben und nicht aufzugeben. So versuche ich, etwas von dem Glück zurückzugeben, das mir widerfahren ist, und zu zeigen, dass es immer Sinn macht, an den eigenen Träumen festzuhalten und diese zu verwirklichen“, erzählt der frühere Fußballprofi mit der Trikotnummer 14. Auf der Suche nach den Geschenken entdeckte er die Destillerie und Brennerei Habel. Von Anfang an verstand er sich gut mit Michaela Habel und die Idee, etwas zusammen zu kreieren war geboren. Und natür-



Michaela Habel präsentiert den Gin gemeinsam mit Timo Marner, Jens Conrad und Gerald Asamoah im Rahmen eines Launch Event. Fotos: Pielorz

lich konnte das nur etwas Hochprozentiges sein. Herausgekommen ist ein besonderer Gin. Zusammen mit Jens Conrad und Timo Marner gründeten die beiden die „Gin of Hearts GmbH“, denn ein Teil aus dem Erlös des Getränkes fließt in die Stiftungsarbeit von Asamoah. Außerdem wird der my Boo Ghana School eV. unterstützt. Er ermöglicht Kindern in der Ashanti Region Ghanas (Gerald Asamoah gehört dem Stamm der Ashanti an) den Schulbesuch. „Gin FOURTEEN mit seinen 14 Botanicals (Aromen) ist eine Hommage an Gerald's Wurzeln in Afrika. Deshalb haben wir Mango und Papaya in der Kopfnote kombiniert. Sie erinnern an sein Geburtsland Ghana, wo Mango und

Papaya angebaut werden und zu den beliebtesten Früchten des Landes zählen. Abgerundet mit Lavendel, Angelikawurzel, Kardamom, Zitronenschalen und Schlehen entwickelt sich unser Gin zu einem feinen, frischen und zugleich fruchtigen und unbeschweren Distilled Dry Gin“, beschreibt Michaela Habel die Komposition. Und wer es noch nicht weiß: Gin (von franz. genévrier: Wacholder) ist eine meist farblose Spirituose mit Wacholdergeschmack und Hauptbestandteil vieler Cocktails, wie des Martini, des Negroni und des Longdrinks Gin Tonic. Er enthält mindestens 37,5 Prozent Alkohol. Der Gin von Gerald Asamoah enthält 43 Prozent und vor dem Wacholdergeschmack lie-

gen dem Genießer die fruchtigen Geschmacksnerven Afrikas auf der Zunge. *anja*



Gemixt wurde der Gin in verschiedenen Varianten von Barkeeper Nic Shanker, bekannt aus der Vox-Fernsehserie „First Dates“.

Das perfekte Geschenk!

21⁹⁰/₁₇ € statt 39⁹⁰/₁₇ €
Sonderpreis + versandkostenfrei ab 3

Jetzt zugreifen auf gutscheinbuch.de

Ihr Rabattcode: **IMAGE22**

Gutscheinbuch.de
VMG, Vertriebs-Marketing-Gesellschaft mbH, Niesedheimer Str. 18, 67547 Worms

Genussvolle Weihnachten im Ennepe-Ruhr-Kreis

Genießer zu Weihnachten glücklich machen mit dem „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung“

Etwas für den Schatz, ein Präsent für die Eltern oder Großeltern oder eine kleine Aufmerksamkeit für Freunde: Die Vorweihnachtszeit ist oft getrübt von der stressigen Geschenkejagd. Wer ein Geschenk für alle sucht, greift zum „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung“ – jetzt im neuen Pocket-Format. Über den Genießen auf ganzer Linie nach dem 2:1-Prinzip

Ein schönes Abendessen zu zweit oder mit Freunden, ein Relax-Tag in der Therme oder ein toller Ausflug in den Freizeitpark: Der „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung“ lädt zu einer genussreichen Entdeckungsreise durch die Region ein. Alle Gastronomie- und die meisten Freizeit-Anbieter geben 2:1-Gutscheine. Restaurants spendieren also zum Beispiel das zweite Hauptgericht, im Café ist das zweite Frühstück gratis oder in der Wellness-Oase bekommt der Partner die Karte geschenkt.

Entdecken, genießen und sparen im Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung
In der Neuauflage des Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Enne-



pe-Ruhr-Kreis & Umgebung sind viele langjährige Teilnehmer, aber auch neue Restaurants und Freizeitanbieter mit dabei. Einige Highlights der Auflage 2022 sind: Weltmann's Hotel & Restaurant in Ennepetal Schlosscafé auf Werdringen in Hagen Yalo Yalo in Sprockhövel Gastronomie bei Carsten in Witten Casa Portuguesa in Witten Casa do Sol in Witten Gästehaus Balthasar Neumann und Phantasia-land in Brühl Aerotask in Dortmund Augmented Climbing Hall in Dortmund Revolution in Ennepetal u.v.m.

Auch zu Coronazeiten eine gute (Geschenk-)Idee
Kunden können versichert sein: Mit dem Schlemmerblock unter dem Weihnachtsbaum tun sie nicht nur ihren Liebsten etwas Gutes, sondern unterstützen auch alle Teilnehmer im Block.

Extra-Geschenk für noch mehr Genuss
Der „Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung 2022“ ist ab sofort bis zum 1.12.2022 gültig. So werden Genießer-Wünsche auch noch lange nach Heiligabend wahr.

Gastronomie- und Freizeitführer voller 2:1-Gutscheine freuen sich nicht nur Genießer, sondern auch Wellness-Jünger, Adrenalin-Junkies, Kulturinteressierte und viele mehr. Leser des Image-Magazins erhalten den Schlemmerblock jetzt exklusiv zum Sonderpreis von 21,90 Euro statt 39,90 Euro und versandkostenfreie Lieferung!

In jedem Gutscheinbuch.de Schlemmerblock wartet außerdem ein zusätzliches Geschenk: Die Gutscheinbuch-Plus-Card gewährt Zugriff auf über 6.000 weitere kostenlose Online-Coupons mit 2:1-Angeboten für ganz Deutschland. Einfach unter www.gutscheinbuch.de/plus anmelden, Wunschgutscheine online oder direkt über ein mobiles Endgerät generieren und damit auch spontan unterwegs genießen und sparen.

Titel: Gutscheinbuch.de Schlemmerblock Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung 2022. **Preis pro Block:** 21,90 Euro statt 39,90 Euro UPE (Code IMAGE22 bei telefonischen und Online-Bestellungen ange-

ben und Block zum Sonderpreis und versandkostenfrei erhalten). **Gültigkeit Block:** ab sofort bis 01.12.2022.

Erhältlich:
im Handel
unter www.gutscheinbuch.de
unter der Bestell-Hotline 01806 – 20 26 07 (20ct/Anruf aus dem dt. Festnetz, max. 60ct/Anruf aus dem Mobilfunk)

Der Schlemmerblock ist nicht beim Image-Magazin käuflich zu erwerben!

Wer einen Schlemmerblock gewinnen möchte, schreibt das **Stichwort „Schlemmerblock“** auf eine Postkarte an „Kathagen media+kommunikation, Wasserbank 9, 58456 Witten“ oder per E-Mail an gewinnspiel@image-witten.de. Der Einsendeschluss ist der 06.12.2021. Die Gewinner-Namen werden veröffentlicht, gleichzeitig bekommen die Gewinner den Schlemmerblock per Post nach Hause geschickt. Deswegen an die E-Mail-Fraktion: Bitte schreiben Sie auch Ihre Anschrift in den E-Mail-Text!

Image Magazin-Leser erhalten den Schlemmerblock jetzt exklusiv für 21,90 € statt 39,90 €

Code **IMAGE22** bei **Online-Bestellung** oder telefonischer Bestellung unter **01806 – 20 26 07** angeben und Buch zum Sonderpreis erhalten und Versandkosten sparen. **Versandkostenfreie Lieferung erst ab drei Exemplaren!**

Mit der mobilen Werkbank geht's in die Senioreneinrichtung

Idee von Tobias Marquardt kommt bei Älteren sehr gut an - Volksbank unterstützt das Projekt



Volksbank-Marketingchef Thomas Alexander mit Tobias Marquardt und der Mobilen Werkbank in der Großen Weilstraße. Foto: Pielorz

Tobias Marquardt (47) ist Tischler und hat als Projektleiter in einem Elektronikmarkt mit Schwerpunkt Neuaufbau und Optimierungen der Filialen gearbeitet. Die Liebe zum Holz und zum Handwerk begeisterte auch seinen Vater und als dieser aus gesundheitlichen Gründen in eine Senioreneinrichtung musste, kam sein Sohn mit der mobilen Werkbank kurzerhand zu ihm, damit er seinem Hobby nachgehen konnte.

„Dabei habe ich festgestellt, wie sehr die Senioren sich freuen, handwerklich arbeiten zu können. Daraufhin habe ich beschlossen, mich selbstständig zu machen und habe ein Start-up-Unternehmen, ‚Die Werkzeugkiste‘, aus der Taufe gehoben. Ende 2019 habe ich auf einer Veranstaltung der Wirtschaftsförderung in Bochum erste Kontakte mit der Volksbank Sprockhövel eG geknüpft“, erzählt Tobias Marquardt. Die Banker waren schwer begeistert von seiner Idee. „Wir unterstützen finanziell seit Jahren Projekte für Senioren. Als Beispiele nenne ich ‚Herz für Senioren‘ oder ‚Engel für Alte‘, eine emotionale Musiktherapie für Demenzkranke. Die Idee mit der Mobilen Werkbank hat uns begeistert und nach Gesprächen zwischen dem Mathias-Claudius-Haus, einer Sprockhöveler Senioreneinrichtung, dem Förderkreis und Tobias Marquardt konnten die ersten Termine bereits stattfinden“, erzählt Marketingchef Thomas Alexander, der sich auch vor Ort ein Bild von dem Projekt gemacht hat.

Senioren entwickeln dabei ihre Fähigkeiten

Tobias Marquardt bekommt dabei hautnah mit, wie die Senioren vor Ort reagieren. „Oft höre ich am Anfang von den Betreuern, dass die Bewohner diese Fähigkeiten nicht mehr haben. Aber wenn sie begonnen haben - in kleinen Gruppen von fünf oder sechs Personen, Männer und Frauen gemischt - dann kommen verloren geglaubte Fähigkeiten plötzlich erneut zum Vorschein. Ich arbeite mit den Senioren immer so, dass sie etwas aus Holz bauen, was sie behalten können. Das kann ein Tablett sein, eine Buchstütze, ein Vogelhaus oder eine Teelichthalterung. Manche Senioren verschenken auch ihre Arbeit an die Angehörigen. In der Regel haben sie ja kaum die Möglichkeit, ein Geschenk zu machen, wenn sie in einer Senioreneinrichtung leben. Und dann gleich etwas Selbstgefertigtes! Das kommt nicht nur gut an, das macht sie auch stolz und sehr glücklich. Ganz nebenbei trainieren sie motorische und kognitive Fähigkeiten. Es ist wunderbar zu sehen, wie die Menschen dadurch wieder aufblühen.“

Mit seiner Idee kommt Tobias Marquardt, der an der Grenze zu Hattingen wohnt, gut an. Die Corona-Pandemie hat leider viele Termine in den Senioreneinrichtungen unmöglich gemacht. Jetzt startet er wieder durch und fährt mit seiner mobilen Werkbank - die er übrigens selbst designed und gebaut hat - wieder zu den Einrichtungen, die ihn gebucht haben. „Auf der Werkbank gibt es eine Tischsäge, eine Standbohrmaschine, eine Dekupiersäge, Kleinwerkzeug - eben alles, was man braucht. In der Planung sind auch Mehrgenerationenprojekte. Dann können Großeltern und Enkel zusammenarbeiten und beispielsweise eine Spielzeuglokomotive bauen.“ Info: E-Mail marquardt@diewerkzeugkiste.com. anja



Die Mobile Werkbank kommt bei den Senioren gut an - wie hier im Mathias-Claudius-Haus in Sprockhövel. Die Volksbank und der Förderverein machen das Projekt für die Senioren möglich. Foto: Volksbank

Lea Isabelle Sander neue Chorleiterin der Gospelsisters

Sie wurde Anfang der 90er in Berlin geboren. Nach dem Abitur in Musik hat sie zunächst Gesang in Süd-Kalifornien studiert und im Anschluss ihre Ausbildung in den Fächern Erziehungswissenschaft, Musik sowie Bildungstheorie in Wuppertal fortgesetzt. Aktuell studiert sie den Master in Musikpädagogik an der Hochschule für Musik und Tanz in Köln. 2020 eröffnete sie das Musikstudio Sander in Wuppertal. Zusätzlich arbeitet sie an der Bergischen Mu-

sikschule und ist als Lehrbeauftragte für die Bergische Universität tätig. Im Rahmen ihrer Tätigkeit dort veröffentlichte sie 2020 in Zusammenarbeit mit Prof. Dr. Annette Ziegenmeyer und Björn Krüger das Handbuch „Nutshell Entrepreneurship - kleine Projekte mit großer Wirkung“. Sie ist Chorleiterin der ev. Kirchengemeinde in Essen-Haarzopf und seit Januar 2021 Chorleiterin der Gospelsisters Hasslinghausen e.V. Außerdem gibt sie regelmäßige

Workshops. Seit vielen Jahren ist sie sowohl als Mezzosopranistin tätig als auch im Pop- und Jazzbereich als Sängerin unterwegs. Die Gospelsisters hoffen darauf, dass im kommenden Jahr auch wieder Gemeinschaftsveranstaltungen mit anderen Chören stattfinden können und sie sich mit der neuen Chorleiterin nach dem Motto „Singen macht Spaß!“ dem Publikum präsentieren können.



FIT in Deutsch zum dritten Mal

Hoch hinaus ging es in der Kletterhalle Wupperwände.

Viel gesehen und gelernt

Gemeinsam frühstücken, gemeinsam lernen, gemeinsam bei Ausflügen Sprockhövel und seine Umgebung erkunden. Das Gruppenerlebnis nach langer Coronapause begeisterte zwanzig Kinder zwischen 8 und 15 Jahren beim dritten Durchgang von „Fit in Deutsch“. Nach den beiden ersten Durchgängen im Sommer und Herbst 2019 im MachMit konnte die Flüchtlingshilfe Sprockhövel die Coronazwangspause beenden und den dritten fünftägigen Durchgang im Evangelischen Gemeindehaus am Perthes-Ring starten, mit viel Platz und abgesichert durch Coronatests an drei Tagen, alle waren negativ. Umso unbeschwerter konnten sich die Kinder mit ihren Sprachbegleitern Karl-Otto Kirst und Wioletta Grysztar-Pollhaus dem umfangreichen Programm widmen. Vormittags gab es Übungen zur Verbesserung der Deutschkenntnisse, nach dem Mittagessen ging es auf Tour. Am ersten Tag lernten die Kinder bei einer Stadtrallye den Ortsteil Niedersprockhövel genauer kennen. Der Ausflug des zweiten Tages führte zu einem Reiterhof. Alle durften auf einem Pony oder Pferd reiten und lernten, wie die Tiere gesäubert und gebürstet werden. Ein Schwelmer Sportzentrum war Ziel des dritten Tages. Dort lernten die Kinder Bubble-Ball und Bowling kennen und konnten sich in diesen Sportarten messen. Die Industriegeschichte der Region war Thema des vierten Tages. Im LWL-Museum Henrichshütte in Hattingen zeigten zwei Führungen anschaulich, wie früher dort gearbeitet und was produziert wurde.

Hoch hinaus ging es am letzten Tag in der Kletterhalle „Wupperwände“ in Wuppertal. Nach einer Einweisung nutzten alle Kinder sehr aktiv

und konzentriert die Möglichkeit, sich beim Klettern auszuprobieren. Alle Ausflüge fanden mit dem Linienbus statt, eine praktische Übung zum Thema öffentlicher Nahverkehr.



Pferde reiten und auch pflegen konnten die Kinder im Reiterhof.

Spenden für Kleiderkammer Wintersachen gesucht

Auch wenn die Kleiderkammer der Flüchtlingshilfe Sprockhövel nach der langen Coronazwangspause gut gefüllt ist, gibt es große Lücken in den Regalen bei Winterkleidung und Schuhen, vor allem für Männer. Ebenso fehlen Schlafsäcke für Obdachlose. Spenden sind daher sehr willkommen. Benötigt wird vor allem gut erhaltene Winterkleidung. Bei kleinen Größen (S, M) für Herren ist fast gar nichts da. Auch Herrenschuhe in allen Größen werden dringend gesucht. Schlafsäcke für die Aktion „Tunerspenden Wärme“ nimmt die Flüchtlingshilfe ebenfalls

gern an. Denn jedes Jahr decken sich die Tuner bei der Flüchtlingshilfe mit Kleidung und Schlafsäcken für die Verteilung an Obdachlose ein. Spenden können abgegeben werden montags von 17 bis 19 Uhr und mittwochs von 10 bis 12 Uhr. Die Kleiderkammer liegt an der Wuppertaler Str. 3 in Niedersprockhövel. Bei der Abgabe herrscht Maskenpflicht. Das Team der Kleiderkammer freut sich auch immer über Unterstützung beim Sortieren durch neue Ehrenamtliche (mail@flu-echtlingshilfe-sprockhoevel.de).



Wir für Sie vor Ort...

Lösen Sie das Sudoku und gewinnen Sie 30 Euro!

Wenn Sie das Sudoku richtig auflösen, ergeben sich aus den farblich markierten und mit kleinen Buchstaben versehenen Feldern unsere drei Gewinnzahlen. Notieren Sie diese mit den dazugehörigen Buchstaben und Ihrem Absender (E-Mail-Adresse oder 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 **6.12.2021**.

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“ November 2021

Die Gewinner von jeweils 30 Euro sind: Conny Drees, 58452 Witten; Familie Mönch, 44797 Bochum; Ralf Trostmann, 58455 Witten. Image sagt herzlichen Glückwunsch.

Wir lieben Lebensmittel.

EDEKA Markt
Familie Grütter und Team
 Wittener Str. 12 · 58456 Witten · ☎ 023 02/97 20 26
 Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7 bis 21 Uhr

Reiseservice
 Gabriela Bierwirth

Goethestraße 29
 45549 Sprockhövel
 Mobil: 0173 8911748
gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de
www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de

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

KATHAGEN
 media+kommunikation

Autobeschriftung & Folien

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



Der Hof der Familie Nüfer in der Elfringhauser Schweiz, in der Porbecke 10. An den Adventswochenenden kann man hier von 10 bis 16 Uhr Getränke und Speisen zum Mitnehmen einkaufen. Ein großer roter Nikolaus weist den Besuchern den richtigen Weg. Alle Schonungen sind ab dem 4. Dezember geöffnet und vom Hof fußläufig zu erreichen. Foto: Pielorz

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

10 % Gutschein*

*für deinen nächsten Einkauf bis zum 31.12.21

INTERSPORT im UG
GUEVENC

Stadt Galerie Witten

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

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

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

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

Wir sind nur über zufrieden wenn Sie begeistert sind!

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

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

Mit IMAGE Ihren Weihnachtsbaum 2021 gewinnen

Im Familienbetrieb Nüfer, der seit 1867 besteht, herrscht wieder Hochbetrieb. Anbau und Verkauf von Weihnachtsbäumen sind Schwerpunkt des Hofes in der Elfringhauser Schweiz. Ab dem 3. Dezember sind die Schonungen geöffnet.

„Schon in den fünfziger Jahren hat unsere Familie auf dem Rathausplatz in Hattingen Weihnachtsbäume verkauft. Heute haben wir Schonungen mit insgesamt 90.000 Bäumen“, berichtet Lennart Nüfer. Dabei dauert es Jahre, bis aus dem Setzling ein Weihnachtsbaum wird. „Die Fichte beispielsweise braucht rund sieben Jahre, je nach Sorte.“ In den Schonungen des Landwirtes findet man neben dem beliebtesten Weihnachtsbaum, der Nordmantanne, auch die Nobilistanne, die Kiefer, die Fichte und die Blaufichte. Dabei kann man auf dem Hof selbst sowohl geschlagene Bäume kaufen als auch selbst in den Schonungen Hand anlegen. „Wer eine eigene Bügelsäge hat, kann diese auch gern mitbringen. Wir haben aber auch natürlich Sägen vor Ort. Dann geht das Selbstschlagen schnell“, so Lennart Nüfer. Auch Handschuhe und eine Knieunter-

lage (Pappe oder Zeitung reichen aus) sollte man dabei haben, wenn man selbst Hand an den Baum legen möchte. Die meisten Kunden entscheiden sich für die klassische Baumgröße zwischen 1,80 und 2,40 Metern. „Früher wurden die Tannenbäume am Stiel angespitzt. Das macht man heute nicht mehr, denn die modernen Tannenbaumständer sind mit einem Feststelldraht ausgestattet. Man kann den Baum einfach hineinstellen. Wichtig ist, dass die Rinde unten am Baum bleibt, denn sonst kann die Tanne kein Wasser ziehen. Auch bei der Lagerung sollte man beachten, den Baum niemals in den Keller oder die Garage zu stellen. Betonwände ziehen Feuchtigkeit an und der Baum wird trocken. Am besten ist es, die Tanne eingenetzt draußen zu lagern und sie erst kurz vor

dem Schmücken in die Wohnung zu bringen. Dann hält ein Tannenbaum zwei Wochen.“ Um die Bäume in der Schonung frisch zu halten, muss Lennart Nüfer regelmäßig nach dem Rechten sehen. Mähen, Baumkorrekturschnitten, Düngen – so ganz von alleine werden aus Setzlingen eben keine schönen Weihnachtsbäume. Hinzu kommen die häufigen Änderungen des Gesetzgebers, welche Materialien, zum Beispiel beim Düngen, verwandt werden dürfen. Nüfer hat viel Ahnung von Bäumen. „Der Wald ist ein riesiger Arbeitgeber. Viele tausend Arbeitsplätze in Forstwirtschaft und Handwerk sind von seinem



Lennart Nüfer Foto: Pielorz

Zustand abhängig. Mittelfristig werden wir keine Buche mehr finden, denn die zunehmende Trockenheit und die Wärme durch den Klimawandel vertragen den Baum nicht. Das kann man schon heute erkennen. Für die Wälder gilt wie für die Schonung: ein schlecht versorgter Baum sieht auch schlecht aus.“

Gewinnen Sie Ihren Weihnachtsbaum 2021

Zusammen mit Lennart Nüfer verlost IMAGE zehn Weihnachtsbäume bis 2,50 Meter! Schicken Sie uns eine E-Mail unter gewinnspiel@image-witten.de (Kennwort „Weihnachtsbaum“ mit Ihrem Namen und Ihrer vollständigen Postadresse bis zum 3. Dezember oder schicken Sie uns eine Postkarte unter Kathagen media+kommunikation, Wasserbank 9, 58456 Witten. Die Gewinner werden ausgelost (Rechtsweg ausgeschlossen) und erhalten per Post einen Gutschein, den sie bis zum 21. Dezember bei Nüfer Weihnachtsbäume einlösen können.

Die Corona-Pandemie macht natürlich auch beim Weihnachtsbaumkauf nicht halt. Auch hier gilt es, die notwendigen Hygiene- und Sicherheitsabstände einzuhalten und die aktuelle Coronaschutzverordnung zu beachten. Beim Schlangestehen oder wenn der Mindestabstand nicht eingehalten werden kann, herrscht auf dem Hof Maskenpflicht. *anja*

Ein Ostseekrimi von Udo Schmidt aus Sprockhövel

Terror und ein grauer Mann, Sprengstoff und Anschläge sind die Zutaten des Krimis auf Rügen

Udo Schmidt war Lehrer. Er unterrichtete Bürowirtschaft und Informatik an einem Wuppertaler Berufskolleg. Später hat er dort auch Spanisch gelehrt. Hört sich eher trocken an. Udo Schmidt ist sportlich unterwegs, spielte Tennis, ging Tauchen. Er hatte ein Haus und ein Boot auf Ibiza, kennt auf Rügen jeden Stein, machte mit 67 Jahren den Motorrad-Führerschein – und hat nach seinem ersten Krimi „Phoenix – alte Wölfe spielen nicht“ (2019) immer eifrig nachgelegt. „Jenseits der Idylle“ (Rügekrimi) erschien 2020, sein brandneuer Ostseekrimi heißt „Stadt in Angst.“

Lesefutter für Krimifans

„Das Leitthema bezieht sich auf die noch bestehenden Ressentiments in den östlichen Bundesländern gegenüber den alten Bundesländern. Seit vielen Jahren reise ich im Urlaub nach Mecklenburg-Vorpommern und habe da auch meine eigenen Erfahrungen gemacht“, erzählt Udo Schmidt. Alle Orte sind authentisch. „Ich habe mit der Pressesprecherin des Polizeikommissariats in Stralsund regen Kontakt. Es ging mir um die korrekte Darstellung von Zuständigkeiten (örtliche Polizei, LKA und BKA) bei der Polizei und allgemeine Regeln bei Ermittlungen. Man hat mich dankenswerter Weise umfassend und verständlich unterstützt.“ Das Ergebnis liegt nun auf 320 Seiten vor. Die Handlung des Romans spielt in Stralsund und auf Rügen. Und darum geht es: Zwei Marine-taucher werden auf einem gestohlenen Fischerboot von Mitgliedern einer terroristischen Gruppe getötet, nachdem sie Kanister mit weißem Phosphor geborgen haben. Diese Chemikalien sollen zu terroristischen Zwecken eingesetzt werden. Zwei Spezialisten aus Russland bereiten die Chemikalien auf. Bei der Bezahlung werden sie von dem Anführer der Terrorgruppe ebenfalls getötet. Dieser Mann erscheint immer im grauen Outfit und ist bestens vernetzt mit Zellen in anderen Städten wie Rostock und Schwerin. Ziel der Aktionen ist, die Bevölkerung zu verunsichern und die von der Politik enttäuschten Bewohner in Mecklenburg-Vorpommern für eine neue Partei zu begeistern, in der sich diese wie-



Udo Schmidt aus Sprockhövel hat ein neues Buch geschrieben.

Foto: Pielorz

derfinden. Diese Partei soll sich gegen die Ausbeutung aus dem Westen wenden und ein sozialistisches System neu aufbauen. Kleine Mengen des Phosphors werden am Strand von Sellin und Binz zusammen mit Bernsteinstücken ausgelegt. Kinder und Sammler, die dort Ferien machen, sollen sie finden und sich schwer verletzen, da der Phosphor bei Temperaturen um die 30 Grad sich selbst entzündet. Die Behörden und die Polizei geraten unter immer größeren Druck... Der Nachwelt was Literarisches hinterlassen – das ist das Ziel von Udo Schmidt. „Schreiben führt mich in eine andere Welt“, sagt er. In dieser Welt ist er seit über 35 Jahren zuhause. „Zuerst habe ich populärwissenschaftliche Computerliteratur geschrieben und viele Tests in Zeitschriften. Danach habe ich Bücher über digitale Fotografie geschrieben. Müsen so etwa an die hundert Bücher inklusive Überarbeitungen gewesen sein – ich habe sie nie gezählt, aber der Bücherschrank ist voll davon“, lacht er. Jetzt schreibt er Krimis.

anja

Udo Schmidt, Stadt in Angst, 978-3-7407-8569-7 (ISBN)

„59 Minuten Weihnachten“ mit Ufermann

Um etwas Schönes und Sinnvolles zu erleben, bedarf es oft nicht mehr als 59 Minuten. Der kurzzeitige Ausstieg aus dem Vorweihnachtsstress mag durch das anrührende Konzert der „FORMATION UFERMANN“ etwas von dem vorwegnehmen, was man eigentlich zu Weihnachten erwartet: Schalom, Salam, Frieden. Die alten Themen und Texte in heu-

tige Sprache übersetzt, die alten Melodien in zeitgenössischem Jazz transformiert. Auf einmal wird „Weihnachten“ wieder überraschend und sinnvoll.

HAYAT CHAOUÏ

Hayat Chaoui, Dozentin für klassischen Gesang und Stimmbildung, konzertiert international als Solistin und mit renommierten Ensembles. Sie ist Preisträgerin mehrerer Wettbewerbe. Vortragstätigkeit im deutschsprachigen Raum zur Interkulturalität und Gesang. Der marokkanische König ehrte sie 2013 für ihre künstlerischen Verdienste mit einer Einladung an den königlichen Hof.

FORMATION UFERMANN

Die Formation spielte in mehr als zwanzig Jahren konzeptionelle Konzerte in Deutschland, im europäischen Ausland und in Südamerika. Zusammenarbeit mit vielen internationalen Künst-

lerinnen und Künstlern. Auftritte auf Festivals (u.a. Jazzfestival von Montreux) sowie in Radio und TV-Produktionen. Die Band veröffentlichte bisher 12 CDs. Weitere Informationen und Hörbeispiele: www.facebook.com/jazz.ufermann Es gelten die aktuellen Corona-Schutz-Verordnungen zum Zeitpunkt der Veranstaltung!

VVK in Herzkamp:

Blumenhaus Frenzel, Egen 27, 45549 Sprockhövel
Wein Noll, Elberfelder Str. 138, 45549 Sprockhövel

VVK in Haßlinghausen:

Gemeindebüro Haßlinghausen, Gevelsberger Str. 1, 45549 Sprockhövel

VVK in Sprockhövel:

Der Buchladen, Hauptstr. 34, 45549 Sprockhövel
Verkehrsverein und Stadtmarketing Sprockhövel, Hauptstr. 68, 45549 Sprockhövel

Online: wuppertal-live.de



Nachruf Walter Feldmann

Ideengeber und Gründer des Förderkreises Matthias-Claudius-Haus e.V., Walter Feldmann, am 5. November 2021, im Alter von 87 Jahren verstorben.



Ohne ihn gäbe es den Förderkreis wahrscheinlich nicht: Walter Feldmann hat die Vereinsgründung im September 1996 in die Wege geleitet und damit eine kluge Entscheidung mit Blick in die Zukunft getroffen: Mit dem erklärten Ziel, als Förderkreis Aktionen und Neuanschaffungen zu finanzieren, die von der heutigen Perthes-Stiftung, als Träger der Einrichtung in Niedersprockhövel nicht übernommen werden können.

Walter Feldmann, der zuletzt selbst im Matthias-Claudius mit seiner Frau wohnte, hatte zu Beginn der Gründung behördliche Auseinandersetzungen um die Anerkennung der Gemeinnützigkeit. Man kannte seinerzeit keinen Förderkreis in der näheren Umgebung als eingetragenen Verein. So hat es ein Jahr gedauert, bis der Förderkreis im Vereinsregister 1997 eingetragen wurde. Er hat dem heutigen Vorstand bis vor einigen Jahren immer noch zur Seite gestanden und sich an den Projekten beteiligt. Sein Herz hing an dem Förderkreis.

„Der Vorstand des Förderkreises Matthias-Claudius-Haus e.V. trauert um ihn. Unsere Gedanken sind bei seiner Familie. Ein ständiger Wegbegleiter für die Bewohnerschaft des Matthias-Claudius-Hauses ist nicht mehr unter uns. Das stimmt uns traurig. Wir werden ihn nicht vergessen“, so die Vorsitzende des Förderkreises Rita Gehner.

„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

Projektaufruf

Um die Städtepartnerschaft zur Stadt Oelsnitz im Erzgebirge und den Zusammenhalt nachhaltig zu stärken, entwickelte die Kunst- und Kulturinitiative Sprockhövel eine Projektidee mit dem Titel „Drawing together: Meine Stadt in euren Augen – My Town in Your Eyes“, die nun gemeinsam mit der Stadtverwaltung Sprockhövel umgesetzt wird.

In der ersten Phase des Projektes steht der gegenseitige Austausch von aktuellen Fotos mit Motiven aus den jeweiligen Städten im Fokus. Und genau dafür wird Unterstützung benötigt: Gesucht werden Aufnahmen typischer Motive aus dem Sprockhöveler Stadtgebiet. Egal ob ländliche Motive, Architekturfotografie oder ein Schnappschuss interessanter Details oder bekannter Denkmäler, z. B. der Zwiebelturmkirche – alles ist erlaubt! Wir bitten darum, die Bilder bis zum 31. Dezember 2021 per E-Mail an romahn@sprockhoevel.de zu senden. Die schönsten Aufnahmen werden dann im Rahmen der zweiten Projektphase im kommenden Jahr auf der städtischen Website veröffentlicht und von Kreativen der Partnerstadt Oelsnitz im Erzgebirge in kleine „Werke“ (Skizzen/Zeichnungen/Malereien) verwandelt. Die gesammelten Ergebnisse werden anschließend im Rahmen von Ausstellungen in beiden Städten (dritte Projektphase) präsentiert.

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: Kalendermotiv Dezember aus dem Wandkalender 2022 mit Motiven der Zwiebelturmkirche, Karsten Wenke, Diplom Designer (re.)



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 Bohner-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 16.500 Exemplare. Haushaltsverteilung unter anderem in Niedersprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen.

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:
Montag, 20.12.2021
Anzeigenschluss: Montag, 6.12.2021



Winter



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

www.edeka-winter.de



Auf 1300 m³ finden Sie, was Ihr Herz begehrt!



Unser Getränkemarkt mit separatem Eingang bietet auf 180 m² ein tolles Sortiment!



Bestellen Sie Ihren Festtagsbraten ab sofort bei uns!

Wir LIEFERN Ihre LEBENSMITTEL!

FRISCHE-EXPRESS



Kaufen Sie bei uns – WIR LIEFERN nach Hause!

INFO: Tel. 02324 / 93 50 98

Bestellen Sie von zu Hause – WIR LIEFERN!

Wir ♥ Lebensmittel.



Winter
Dorfstraße 21
45527 Hatt.-Holthausen