

ImageWitten

MIT REGIONALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN

+++ 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. 26.



Gewinnen Sie Ihren Weihnachtsbaum, s. Seite 34!



Nach einem Jahr Coronazwangspause sind die traditionellen und beliebten Märchenhütten ebenso wieder zu finden wie die Glühweinpyramide, die Eisbahn und die Handwerksstände. Beachten Sie den Bericht auf Seite 8 + 9. ©Stadtmarketing Witten GmbH



Tagespflege Chelonia

Stephanie Ludwig

Betreuung: Mo. – Fr. 7 – 16 Uhr

Entspannte Vorweihnachtszeit!

- Strukturierter Tagesablauf
- Fahrdienst
- Pflege und Betreuung
- Bewegungsangebote
- Entspannungs- u. Beautyangebote
- und vieles mehr!!!

Fachlich kompetente Betreuung in familiärer Atmosphäre - seit 2004!

Liebe Leser,
nach Corona und der Flut haben sich einige Geschäftsleute nun wieder aufgerappelt und starten ganz neu durch. Und das moderner, größer und voller Vorfreude. So kann die Brennerei Sonnenschein nach den Flutschäden endlich wieder in ihren wieder hergerichteten „alten“ Räumen verkaufen und bei Schemmanns geht es zurück zu den Wurzeln, in die Ruhrstraße 21. Unter der Familientradition, sich immer neu zu erfinden, findet man dort allerlei Geschenkkonzepte. Weihnachten ist nicht mehr weit und auch wir haben das Thema Schenken und die verschiedenen Facetten in dieser Ausgabe aufgegriffen. Auf den Seiten 2 und 3 finden Sie einige Inspirationen, wie Sie Ihren Lieben eine Freude machen können. Die rechtlichen Aspekte bei Schenkungen erklärt Ronald Mayer auf Seite 27.
Damit wir das Weihnachtsshoppen aber solange wie möglich genießen können, ist eines ganz wichtig – die Impfung. Über die 3. Impfung (Booster-Impfung) informiert der bekannte Herbeder Allgemeinmediziner Dr. Arne Meinshausen auf Seite 6.
Und was darf Weihnachten natürlich auch nicht fehlen? Der Baum! Deshalb verlosen wir auch in diesem Jahr wieder zusammen mit Lennart Nüfer zehn Weihnachtsbäume. Und nicht nur das, auch den Schlemmerblock können Sie bei uns gewinnen.
Machen Sie mit.
Viel Glück und eine schöne Vorweihnachtszeit wünscht:
Ihre Image-Redaktion

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 Einkaufsmöglichkeiten, 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 verpassen: 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.

Auszeiten verschenken

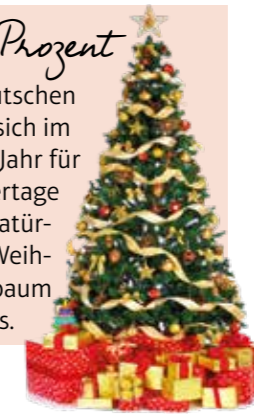
Der Alltag ist meist schon stressig genug und kommt dann noch der Weihnachtsstress dazu – hier bieten sich perfekt kleine Wohlfühlmomente als Geschenkidee an. Pflegeprodukte oder Gutscheine für Wellness, Friseur oder Massage sorgen für eine schöne Auszeit und vielleicht auch schöne gemeinsame Erinnerungen. 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.

Aufgeblüht

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

67 Prozent

der Deutschen holten sich im letzten Jahr für die Feiertage einen natürlichen Weihnachtsbaum ins Haus.



Genuss verschenken

Mit einem Gutschein vom Lieblingsrestaurant einfach mal zum Schlemmen verführen.

Märchenhaft



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

Schön prickelnd

Ob Silvester, Geburtstag oder Jubiläum – ein ausgesuchter Sekt oder Champagner ist für jeden Anlass das richtige Geschenk zum Anstoßen.

Bei den Weinen fällt die Entscheidung schwer: weiß oder lieber rot?



Echte Herzenssache

Ob liebevoll gestaltete Ohrhinge, Fingerringe oder Uhren. Sie können schnell zu einzigartigen täglichen Begleitern werden.



Fotos: Bigstock

– Anzeige –

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

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

ARDEY HOTEL
NEU: Jetzt mit 9 Veranstaltungsräumen

Modernes Ambiente
■ übernachten
■ tagen
■ feiern
Ideal auch für Familienfeiern!

UNSER ANSPRUCH IST ES, GUTE GASTGEBER ZU SEIN!
Großes Weihnachtsbuffet
am 25. + 26. Dezember 2021, 11.30 – 14.30 Uhr
– Reservierung erforderlich!
Unser Restaurant ist täglich für Sie von 18.00 bis 22.00 Uhr geöffnet!
Gerne nehmen wir Ihre Tischreservierung unter Telefon 02302/98488-0 entgegen.

Ardeystraße 11 – 13 · 58452 Witten · info@ardey-hotel.de · www.ardey-hotel.de

ASB
Arbeiter-Samariter-Bund Kreisverband Witten e.V.
Weihnachtsaktion des ASB KV Witten e.V.

Schenken Sie sich selber oder Ihren Lieben Sicherheit im Alltag, ein hohes Gut, dem man gar nicht genug Aufmerksamkeit widmen kann. Unser „Hausnotruf“ und/oder unser „Mobiler Notruf“ gibt Ihnen in Ihrem Alltag die größtmögliche Unabhängigkeit und Sicherheit. Ob mit dem „Hausnotruf“ im häuslichen Bereich oder mit dem „Mobilen Notruf“, wenn Sie unterwegs sind, bekommen Sie im Bedarfsfall immer Hilfe per Knopfdruck.

Haben wir Sie neugierig gemacht? Dann rufen Sie uns an und informieren Sie sich über diese beiden Möglichkeiten, die Ihnen Ihren Alltag erleichtern werden.

Unser Weihnachtsgeschenk für Sie: Wir schließen Ihnen eines unserer Geräte an, ohne Ihnen die Servicegebühr zu berechnen. Dieses Geschenk bekommen Sie von uns bei einem Anschluss in der Zeit vom 01.12.2021 bis zum 31.12.2021. Tel.: 02302-9108810 E-Mail: m.hoehn@asb-en.de





Sicher wie Rallyefahren. Im Sandkasten. Mit Helm.

Kredit auf Nummer Sparkasse.

Bei uns finanzieren Sie Ihr Traumauto schnell, transparent und flexibel. Bequem online oder mit Top-Beratung in der Filiale. Hauptsache, immer mit sicherem Gefühl. Jetzt Kredit sichern unter sparkasse-witten.de/autokredit

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Witten

Hevenerin gewinnt selbst konfigurierbares Traum-Wohnmobil

Marlies Buhrmester, war zunächst sprachlos, als ihr Rolf Jagusch, Leiter der Sparkassenfiliale in Heven die freudige Nachricht über den Volltreffer in der Sparlotterie überbrachte. „Ich konnte es zunächst gar nicht fassen - und habe erst später zurückgerufen“, so die glückliche Gewinnerin.

Doch alles hatte seine Richtigkeit. Jetzt wurden Marlies Buhrmester, die von ihrem Ehemann begleitet wurde, die Unterlagen übergeben, mit denen bei einem Reisemobil-Fachhändler in Münster das neue Wohnmobil individuell ausgewählt und zusammengestellt werden

kann – und zwar im Wert von bis zu 100.000 Euro. Da Marlies und Klaus-Peter Buhrmester auch bisher schon unvergessene Camping-Erfahrungen sammeln konnte, war die Freude auf demnächst anstehende Touren mit dem eigenen Traum-Reisemobil besonders groß.

Sparen, Gewinnen, Gutes tun – das ist das Motto von über 4.500 Wittenern, die monatlich per Dauerauftrag an der gemeinnützigen Sparlotterie der westfälisch-lippischen Sparkassen teilnehmen. Dabei winken jeden Monat Geldpreise von bis zu 50.000 Euro oder sogar das monatliche Extragehalt in Form von fünf Jahre lang monatlich 1.500 Euro – sowie wertvolle Sachpreise, wie zum Beispiel topausgestattete Neufahrzeuge. Bei der Oktober-Sonderauslosung entfielen Geldpreise im Gesamtwert von 19.642,50 Euro auf Wittener Sparerinnen und Sparer – und zusätzlich eines von zwölf individuell konfigurierbaren Wohnmobilen im Wert von jeweils 100.000 Euro.



Glückwünsche zum Traum-Reisemobil - vor der Sparkasse in Heven (von links nach rechts): Rolf Jagusch, Marktbereichsleiter Privatkunden/Leiter der Sparkassenfiliale in Witten-Heven, Marlies Buhrmester, Gewinnerin, daneben Ehemann Klaus-Peter Buhrmester und Rolf Wagner, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Witten.

Ein Los der Sparlotterie kostet 6,- Euro, von denen sofort 4,80 Euro dem eigenen Sparkonto gutgeschrieben werden. Von dem verbleibenden Lottereeinsatz von 1,20 Euro werden dann noch 30 Cent an gemeinnützige Institutionen vor Ort durch die Sparkasse ausgeschüttet. Lose zur Sparlotterie können übrigens ganz bequem per Dauerauftrag bezogen werden. Die Gewinnbenachrichtigung und -gutschrift erfolgt dann automatisch. Der „Dauerauftrag zum Glück“ kann an den Sparkassenstandorten in allen Wittener Stadtteilen – oder auch ruckzuck per Online-Banking eingerichtet werden.

© Adobe Stock / alexandre zweiger



Liebe zum Holzboden

Seit 2013 bietet das Wittener Team um Marco Scharf und Frederic Frericks Dienstleistungen rund um das Thema Boden an. Der Fachbetrieb hat sich auf die Verarbeitung von langlebigen und nachhaltigen Materialien spezialisiert. Vom neuen Boden im heimischen Wohnzimmer bis hin zur Instandhaltung von Parkettgroßflächen, die Dielen-Manufaktur setzt Ihre individuellen Parkett- und Bodenwünsche zuverlässig um. Besonderes Augenmerk wird dabei, neben einer qualitativen und ehrlichen Handwerksarbeit, auf eine ordentlich geführte Baustelle und einen sauberen Abschluss der Projekte gelegt – im wahrsten Sinne des Wortes, denn: der verlegte, gepflegte oder aufgearbeitete Boden soll viel Freude schenken.

Das Spezialgebiet der Dielenmanufaktur sind Wohnraumkonzepte bei denen zusammen mit dem Kunden, einem Architekten und anderen Baudienstleistern nachhaltige, integrative und hochqualitative Räume gestaltet werden. Die Arbeit Hand-in-Hand mit Malern, Stuckateuren, Innenausstattern und Beleuchtungsexperten erfordert klare Abstimmung und Kommunikation zur Realisierung der Kundenwünsche. „Dabei sind verbindliche Absprachen und die Kooperation der Gewerke untereinander von besonderer Bedeutung“, so die beiden Wittener.

Qualität und Nachhaltigkeit

Natürliche Fußböden, wie Parkett und Dielenböden, sind nachhaltig, schadstoffarm und bringen eine schöne Atmosphäre in Ihren Wohnraum. Leider gibt es jedoch starke Qualitätsunterschiede, die sich vor allem in der Langlebigkeit, der Geräuschentwicklung und nicht zuletzt in der Pflegbarkeit widerspiegeln. Höchste Qualitätsstandards gelten nicht nur für die Arbeit, sondern genauso für Lieferanten und Materialpartner. Die Dielenmanufaktur arbeitet ausschließlich mit zertifiziertem Holz aus vorwiegend europäischem Anbau und achtet auf die Nachhaltigkeit bei der Produktion der Dielen. Darüber hinaus werden ausschließlich lösemittelfreie Kleber und Versiegelungen auf Wasserbasis verwendet.

Werterhalt bestehender Holzböden

Die regelmäßige Pflege Ihres behandelten Holzbodens ist essentiell, um seine Schönheit in aller Form zu erhalten und das Holz vor Umwelteinflüssen und Abnutzung zu schützen. Gerade hochfrequentierte Bereiche der Wohnräume (z.B. Flure, Treppen, Ess- und Sitzbereiche) und Nassbereiche benötigen regelmäßige und fachgerechte Behandlung. Egal ob geölt, gebeizt, gekalkt oder lackiert - bei einem natürlichen Material wie Holz ist die richtige Pflege wichtig, um die Schönheit und Funktion so lange wie möglich zu bewahren. Dabei besteht die Möglichkeit, die Pflegearbeit im halb- oder jährlichen Rhythmus von der Dielenmanufaktur ausführen zu lassen. Alternativ berät Sie das Team wie und mit welchen Produkten Sie Ihren Holzboden am besten selbst pflegen können.

Parkett schleifen

Wenn Ihr Parkett- oder Dielenboden starke Abnutzungen, Kratzer oder Beschädigungen in der Versiegelung aufweist, ist es ratsam, ihn professionell Schleifen und Aufarbeiten zu lassen.

Das Schleifen lässt die Abnutzungsspuren der vergangenen Jahre verschwinden und den Boden nach der Versiegelung oder dem Ölen wieder im neuen Glanz erstrahlen. Je nach Holzart kann hierbei auch, durch die Verwendung spezieller Vorbehandlungen durch Beizen oder Laugen, die Farbigkeit Ihres Parkettbodens an Ihre individuellen Wünsche angepasst werden. Durch die Verwendung fortschrittlichster Schleif- und Absaugtechniken werden beste Ergebnisse bei möglichst geringem Materialabtrag und minimaler Staubbelastung garantiert.

Parkett verlegen

Bei der Planung Ihrer Neubau- oder Renovierungsarbeiten kommt es zunehmend auf die Auswahl verlässlicher Partner an. Gerade in der aktuellen Zeit verzögern sich immer mehr Bauvorhaben, besonders geschuldet durch eingeschränkte Materialverfügbarkeiten und Planungsfehler. Bei der Dielen-Manufaktur steht die Zuverlässigkeit, sowie eine sorgfältige und tadellose Ausführung der Arbeiten an oberster Stelle. Dabei werden Sie von Anfang an persönlich und individuell beraten. Angefangen bei der Prüfung des Untergrunds, der Auswahl des passenden Bodenbelags, der Planung und Ausführung der Arbeiten, bis hin zur Pflege Ihres neuen Bodens.

Dabei setzt das Team der Dielen-Manufaktur auf langjährige Kontakte zu Lieferanten und Herstellern, um Ihnen eine breite Auswahl an Böden in jedem Preissegment anbieten zu können.



Marco Scharf
Technik und Projektentwicklung



Frederic Frericks
Kaufmännische Leitung



Wir begleiten Sie als kompetenter Partner in Sachen Bodenbelag.



VERLEGEN



PFLEGEN



SCHLEIFEN



Ihr Partner in Witten für Holzböden.
Verlegen, Pflegen, Schleifen

Corona-Booster-Impfungen in Witten

3. Impfung für alle Personen ab 18 Jahren empfohlen

Alle haben gehofft, dass mit einer breit aufgelegten Impfkation die Corona-Pandemie besiegt wäre. Leider hat die hochansteckende Delta-Variante gezeigt, dass eine zweifache Corona-Impfung nicht sicher vor einer Infektion schützt und die Schutzwirkung nach ca. sechs Monaten nachlassen kann. Zum Glück ist bei geimpften Personen – im Gegensatz zu nicht geimpften Personen – der Krankheitsverlauf fast immer leicht. Auch geht von geimpften Personen eine viel geringere Infektionsgefahr aus. Nicht-Geimpfte sind ungefähr sieben Tage ansteckend, geimpfte Personen nur ca. einen bis drei Tage. Die in die Umgebung abgegebene Virusmenge ist bei Nicht-Geimpften viel höher als bei Personen mit Corona-Impfschutz.

Große israelische Studien haben jetzt gezeigt, dass eine Booster-Impfung (3. Impfung) fünf bis acht Monate nach der 2. Impfung einen deutlich besseren Schutz vor einer Corona-Infektion erbringt. Das entspricht auch unserem für andere Erreger häufig praktiziertem Impfschema: Zwei Impfungen mit kurzem Abstand und eine 3. Booster-Impfung nach sechs Monaten (Tetanus, FSME, Hepatitis B).

Um die sogenannte 4. Welle zu durchbrechen, läuft deutschlandweit zurzeit eine umfangreiche Booster-Impfkation. Geimpft wird fast ausschließlich mit dem mRNA-Impfstoff von Biontech, selten mit dem mRNA-Impfstoff von Moderna. Im Gegensatz zu den ersten beiden Impfungen ist bei einer Booster-Impfung von einem deutlich gesteigerten Impfschutz schon nach einem bis zwei Tagen auszugehen, da unser Abwehrsystem bereits über eine hohe Anzahl von Erinnerungszellen verfügt.

Eine Booster-Impfung wird jetzt für alle Personen ab 18 Jahren empfohlen, deren 2. Impfung ungefähr sechs Monate zurückliegt. Nachdem die meisten über 70-Jährigen bereits „aufgefrischt“ sind, laufen im Moment die Impfungen der übrigen Personengruppen.

Wie kommt man in Witten an eine Booster-Impfung?

Die meisten Wittener Hausärzte und Fachärzte sind in dem Ärztenetz ÄQW (Ärztliche Qualitätsgemeinschaft Witten) zusammengeschlossen. Die ÄQW hat auf ihrer Internetseite (aeqw.de) eine Liste mit 26 Praxen mit über 50 Ärzten aufgeführt, die kurzfristig Termine für Erst-, Zweit- und Dritt-Impfungen vergeben. Um die Hausärzte zu entlasten, machen hierbei auch viele Facharztpraxen mit. Zusätzlich impfen im Gebäude der Firma Ostermann ÄQW-Praxen abwechselnd an fast jedem Wochentag (aeqw.de). Impftermine können über die Internet-Terminvergabe der einzelnen Praxen oder telefonisch erhalten werden. Wenn eine Praxis keine kurzfristigen Termine mehr vergeben kann, springt eine andere Praxis ein. Weiterhin bestehen Impfmöglichkeiten über das wieder eröffnete Impfzentrum Ennepetal und den Impfbus des EN-Kreises.

Dr. Arne Meinshausen (Geschäftsführer ÄQW)



Dr. Arne Meinshausen



Foto: Bigstock

Der Nikolaus kommt!

6. Dezember, zwischen 15 und 17 Uhr
Nicht vergessen: Stiefel putzen, mit Namen versehen und bis zum 3.12. im Markt abgeben!

EDEKA **Brigitta Hasler e.K.**

Pferdebachstraße 247
58454 Witten-Stockum
☎ 02302/41 0091

Öffnungszeiten:
Mo. bis Sa. 7 – 21 Uhr

Bitte den 2. Stiefel beim Abholen mitbringen!

Frische

Nordmantannen

direkt vom Erzeuger

Verkauf ab Do., 9. Dezember
Pferdebachstraße 247
EDEKA Hasler

Forstbetrieb **Steffen Röhrig**
Weihnachtsbaumkulturen
Im Oberdorf 6 57413 Finnentrop
<http://www.forstbetrieb-roehrig.de/>

24 Aussteller und Besucher geben ein positives Echo

5. Hobbykunstmarkt überzeugt durch ein vielfältiges und hochwertiges Angebot



Trotz 3G-Regeln waren Aussteller und Besucher zufrieden.

Ein positives Echo gab es aus allen Richtungen: Mit 24 Ausstellern bot der 5. Hobbykunstmarkt für jeden Geschmack etwas an. Beispielsweise gab es weihnachtliche Floristik und viele genähte Schätze: von Figuren, Engelsflügeln über Utensilos bis zu Taschen / Täschchen – Schönes aus Holz: bunte Figuren für die Kinder, recycelte Holzprodukte, wunderschöne Schwemmholzobjekte und die klassischen Schwißbögen – flauschige Dekorationen aus Filz: der klassische Mädchenstrahl und auch sehr kunstvolle

Figuren – Schmuck war in den verschiedensten Ausprägungen dabei: beispielsweise aus Swarovski-Kristallen, alten Kaffeekapseln, recycelten Alltagsgegenständen, Glas, Leder und vielem mehr. Leckere Marmeladen, Liköre, Honigprodukte aus Stockum und sogar für Hunde gab es selbstgebackene Kekse und schöne Strickarbeiten. Nicht zu vergessen: ausgefallene, sehr geschmackvolle Dekorationen aus den verschiedensten Materialien wie zum Beispiel Drahtfiguren mit Körpern aus alten

Buchseiten, Marmorfliesen mit Sprüchen und vieles mehr. Und auch trotz der umfassenden Vorbereitungen (Hygiene-, Abstands- und Zutrittsregeln) freuten sich alle Beteiligten und Besucher über einen gelungenen Hobbykunstmarkt, der auch kulinarische Leckereien zur Stärkung im Angebot hatte. Übrigens: Wer im nächsten Jahr ausstellen möchte, kann seine Bewerbungen für den Markt gerne per E-Mail, mit Foto von den anzubietenden Schätzen, an markt@anke-n.de schicken.

Zählerablesung startet wieder mit Spendenaktion

Stadtwerke Witten spenden für jeden Online-Zählerstand an gemeinnützige Vereine

Bis zum 7. Januar 2022 werden von den Stadtwerken wieder die Zähler abgelesen. Um während der Corona-Pandemie Kontakte weiterhin zu vermeiden, bitten die Stadtwerke Witten Bürgerinnen und Bürger selbst abzulesen. „Wenn die Wittenerinnen und Wittener selbst ablesen, vermeiden Sie damit nicht nur Kontakte, sondern helfen damit sozialen Einrichtungen“, sagt Julia Pfannkuch, Pressereferentin bei den Stadtwerken Witten. Zum dritten Mal in Folge findet nun die Spendenaktion unter dem Motto „Selbst ablesen und Gutes tun“ statt. Bei dieser gehen für jeden online auf www.stadtwerke-witten.de/ablesung eingegebenen Zählerstand 50 Cent zu gleichen Teilen an die Vereine ASB KV Witten, Kinderhospizdienst Ruhrgebiet und Wittener Tafel.

Rund 110.000 Strom-, Erdgas-, Wasser- und Fernwärmehähler müssen im Wittener Stadtgebiet von November bis Januar erfasst werden. Die Ableser sind von montags bis freitags in der Zeit von 7.30 Uhr bis 19.30 Uhr und samstags in der Zeit von 9.00 Uhr bis 18.00 Uhr unterwegs. Ablesungen können auch in der Mittagszeit erfolgen. Hierfür bitten die Stadtwerke Witten um Verständnis.

Zählerstand online erfassen – einfach und kontaktlos

Während der Corona-Pandemie bitten die Stadtwerke Witten zur Sicherheit aller, den kontaktlosen Online-Service für die Ablesung zu nutzen. Denn wer seine Zählerstände bequem selbst abliest und online übermittelt, spart Kontakte. Außerdem entfällt das Warten auf den Ableser. Verbraucher können ganz einfach und kontaktlos ihren Strom-, Erdgas-, Fernwärme- und Wasser-Zählerstände über das Online-Formular auf der Webseite www.stadtwerke-witten.de/ablesung selbst eingeben. Die Stadtwerke Witten erfassen dies automatisch und erhöhen den Spendenbetrag an gemeinnützige Vereine aus der Region automatisch um 50 Cent.

Erfolgreiche Spendenaktion wird fortgeführt

Auch in diesem Jahr unterstützt der heimische Energieversorger ge-

meinnützige Vereine aus der Region. Für jeden online eingegebenen Zählerstand spenden die Stadtwerke Witten 50 Cent. Am Ende der Ablesung wird die Gesamtsumme auf drei regionale Vereine aufgeteilt. Drei Vereine, drei gemeinnützige Projekte.

ASB KV Witten e.V. – Wünschewagen

Schwerstkranken Menschen in ihrer letzten Lebensphase einen besonderen Wunsch zu erfüllen – das ist die Aufgabe des ASB-Wünschewagens. Er setzt da an, wo Angehörige überfordert sind, wenn ein Fahrgast nur liegend transportiert werden kann, pflegerische medizinische Betreuung benötigt oder die Familie sich den Ausflug allein nicht zutraut. Seit über fünf Jahren bringen engagierte Samariterinnen und Samariter mithilfe des ausschließlich aus Spenden finanzierten Projekts Menschen am Ende ihres Lebens gut umsorgt noch einmal an ihren Lieblingsort.

Kinderhospizdienst Ruhrgebiet e.V. – Ausflug nach Norderney

Über 22.600 Kinder und Jugendliche sind in Deutschland von einer unheilbaren Krankheit betroffen. Vielen Eltern ist es wichtig, mit ihren Kindern in der vertrauten häuslichen Atmosphäre zu leben. Im Jahr 2001 führten Nachfragen von Wittener Familien und Familien aus den angrenzenden Städten des Ruhrgebietes, mit der Bitte um Hilfe und Begleitung, zur Gründung des Kinderhospizdienstes Ruhrgebiet e.V. Aus dem gesammelten Spendenerlös wird eine letzte Reise inklusive einem spannenden Rundflug über die Insel Norderney finanziert.

Wittener Tafel e.V. – Digitalisierung der Infrastruktur

Täglich landen etliche Tonnen Lebensmittel im Müll. Gleichzeitig sind in Deutschland viele Menschen von Armut betroffen. Ein Missstand, dem die Tafel mit Ihrer Arbeit und Engagement entgegenwirkt. Die Wittener Tafel, die die Digitalisierung und stetige Verbesserung ihrer internen Infrastruktur anstrebt und dafür den Spendenerlös einsetzt. Weitere Infos auf: www.stadtwerke-witten.de/ablesung

Klönen beim Kaffeetrinken

Wiedersehen der Heimatfreunde Stockum/Düren

Ein freudiges Wiedersehen gab es beim Heimatnachmittag im Oktober. Nach einer langen Auszeit, die der Pandemie geschuldet war, trafen sich die Heimatfreunde Stockum/Düren zum zweiten Mal in diesem Jahr zum Klönen und Kaffeetrinken. Nach einem interessanten Vortrag von Christel Schmidt über die ehemalige Freilichtbühne am Hohenstein präsentierte Karoline Robbert einen Kalender für das nächste Jahr mit aktuellen Fotografien von Barbara Zabka. Unter

dem Motto „Stockum und Düren im Wandel der Jahreszeiten“ kann man Monat für Monat eine Wanderung durch die eng verbundenen Dörfer unternehmen. Nach vier historischen Kalendern und einem mit Luftaufnahmen stellt dieser sechste Kalender das bäuerliche Leben und den ländlichen Charakter der Stadteile Stockum und Düren dar. Das Druckwerk ist erhältlich im Heimatstübchen an der Hörder Straße 367, an jedem Donnerstag von 15 bis 17 Uhr und kostet



Ein freudiges Wiedersehen gab es beim Heimatnachmittag im Oktober: Die Heimatfreunde Stockum/Düren trafen sich zum Klönen und Kaffeetrinken. Foto: Barbara Zabka

18 €. Vorbestellungen und Reservierungen werden unter info@heimatfreunde-stockum-dueren.de

entgegengenommen. Auf Wunsch wird der Kalender auch persönlich zugestellt.

Neue Gesichter willkommen

Stockumer Theaterverein probt dienstags

Einmal „Currywurst mit Pommes“, bitte. Doch diesmal gab es das als leichte Komödie über die Kuriositäten an einer Autobahnraststätte mitten im Ruhrgebiet. Sieben Schauspieler in 28 Rollen haben Anfang Oktober nach einer mehr als anderthalbjährigen Coronapause wieder ein Stück (unter entsprechenden Regelungen) aufgeführt. Das Stück „Currywurst mit Pommes“ ist eine leichte Komödie, die die alltäglichen Verrücktheiten an der Imbissbude von „Penny“ thematisiert.

Seit Anfang November ist der Probenbetrieb wieder in einem normalen Rhythmus übergegangen: Jeden Dienstag wird zwischen 19 bis ca. 21 Uhr geprobt. Geplant ist es, zunächst Theaterkurzformen aus dem Bereich des Improvisationstheaters und kleine Sketche und Szenen zu erarbeiten und zu proben. „Uns ist dabei der Spaß am gemeinsamen Spielen am wichtigsten. Wir haben bei unseren Proben nach der Zwangspause gemerkt, wie sehr uns das gefehlt hat. Daneben wollen wir auch unser schau-



Interessierte können beim Stockumer Theaterverein einfach mal reinschauen.

spielerisches Können weiter ausbauen und fördern“, sagt Florian Schmalstieg. „Für Interessierte ist das aktuell eine sehr gute Gelegenheit sich unseren Verein und unsere bunt gemischte Truppe einmal genauer anzusehen und

unverbindlich vorbeizuschauen. Wir freuen uns über jedes neue Gesicht, das wir bei uns begrüßen dürfen.“ Interessierte melden sich dafür einfach per Mail an kontakt@theater-stockum.de.

Irish Dance: Julia Greiner gewinnt

TuS Stockum: 1. Western European Championship

Herzlichen Glückwunsch: Julia Greiner hat an den 1. Western European Championships im Irish Dance teilgenommen – und gewonnen. Für ihr Championship in der Altersklasse U16 musste sie vier Tänze tanzen – drei in Hard Shoes und einen Tanz in Soft Shoes. Der Wettkampf war über zwei Tage verteilt. Samstags wurde der Grade Feis für alle Tänzer von den Anfängern bis hin zu den Fortgeschrittenen getanzt; sonntags ging es bei den Championships um den Titel. Am ersten Wettkampftag hatte Julia

bereits drei Solos getanzt, die nur von einem Wertungsrichter bewertet wurden. Hier erreichte sie einen ersten Platz, einen zweiten und einen vierten Platz. Dann, einen Tag später, tanzte sie vor drei Wertungsrichtern, die sie von sich überzeugen konnte. Mit ihrem Erfolg hat sich Julia für die Weltmeisterschaft 2022 qualifiziert. Victoria Volnenko, Hannah Rehm, Kirsten Middeke und Elena Rogmann vom TuS Stockum haben am Samstag ebenfalls am Grade Feis teilgenommen und konnten ebenfalls einige Medaillen und

einen Pokal mit nach Hause bringen. Das Format „Western European Championship“ ist neu und hat die „German Open Championships“ abgelöst, da zu diesem Event immer Tänzer und Tänzerinnen aus verschiedenen Ländern in Europa kamen. Denn: Da beispielsweise die Niederlande, die Schweiz, Frankreich, Spanien oder Ungarn



keine eigenen Meisterschaften haben, bei denen sie sich für die Weltmeisterschaft qualifizieren könnten, wie etwa die „Irish Open Championships“ oder „British Open Championships“. Um also dem internationalen Charakter des Events gerecht zu werden, wurde die Meisterschaft nun in „Western European Championships“ umbenannt.

Wittener Weihnachtsmarkt 2021 eröffnet

Letzte Woche war es endlich wieder soweit: Das Christkind Anna hat den Wittener Weihnachtsmarkt eröffnet. Zwischen dem Rathaus und der Stadtgalerie Witten zieht sich eine vorweihnachtliche Schneise. Nicht nur der Duft von gebrannten Mandeln und duftenden Glühwein lockt in die Innenstadt.

Ist alles wieder beim Alten? „Nicht ganz“, sagt Karsten Zierdt (Leitung Veranstaltungen & Märkte der Stadtmarketing Witten GmbH). „Selbstverständlich passen wir die Coronaregelungen tagesaktuell an.“ Und deswegen arbeiten die Organisatoren sehr eng mit dem Ordnungsamt und der Polizei zusammen. „Auch die Schausteller sind mit im Boot. So werden zwischen und an den Buden die Besucher kontrolliert“, erklärt Matthias Pöck (Veranstaltungsorganisation der Stadtmarketing Witten GmbH). „Leider haben wir keine Kristallkugel, die uns sagt, wie es weitergeht.“ Sicher ist jedoch: Bei Veranstaltungen rund um die Bühne beispielsweise herrscht eine Maskenpflicht. „Wir haben zwar deutlich mehr Freiräume und Flächen geschaffen, wenn es jedoch voll wird, ist dies ein wenig mehr Sicherheit“, erklären die Hausherren.

Henning und Chris Andrews, die für einen unterhaltsamen Advent sorgen. „Außerdem wird auch Bella Vista aufreten“, erzählt Karsten Zierdt. „Jürgen Renfordt, Xandra Hag und Michael Larsen sind auch zu Gast in Witten.“ Am 6. Dezember seilt der Nikolaus sich vom Rathaus ab, dann wird es auch ein Wiedersehen mit dem Christkind Anna auf dem Rathausplatz geben.

Stadtwerke-Weihnachtslauf mit extra Läufermütze

Traditionell findet am Sonntag, 12. November, der Stadtwerke-Weihnachtslauf vom PV Triathlon TG Witten e.V. statt. (www.t-t-w.de) „Jeder Teilnehmer bekommt eine Läufermütze“, verrät Mathias Kukla, Pressesprecher der Stadtwerke Witten. „Das wird bestimmt eine tolle Aktion werden.“

Überhaupt hat das Stadtmarketing wieder ein tolles Programm geplant.“ Dazu gehört auch einmal mehr die Eisbahn, die ohne die Sponsoren Stadtwerke und Sparkasse nicht zu realisieren wäre. „Für uns stand es niemals außer Frage, den Weihnachtsmarkt nicht zu unterstützen“, betont Mathias Kukla. „Allein die Eisbahn ist ein großes Highlight. Wenn dies verloren gegangen wäre, das wäre ein großer Verlust gewesen.“ Betrieben wird die Eisbahn diesmal von SNL Event. Besonders die kleinen Eisläufer dürfen sich freuen: Vormittags können sich Schulen wieder anmelden und mit den Schüler/innen kostenlos ihre

Ballspieler gesucht: neue Gruppe für Sieben- & Achtjährige

TuRa Rüdinghausen: Nachwuchs soll sein Talent entdecken

Kleine, große, leichte und schwere Bälle stehen freitags bei TuRa Rüdinghausen auf dem Plan: Die Mini-Ballschule ist ein sportliches Bewegungsprogramm, das die Ballschule Heidelberg entwickelt hat. Dabei es geht um die spielerische Förderung von Motorik, Koordination, Technik und Taktik. Die Ballschule Heidelberg bietet



wissenschaftliche Konzepte, welche die Allgemeinmotorik von Kindern fördern. Mit der Hand, mit dem Fuß und dem Schläger werden Kinder „vom Allgemeinen zum Spezifischen“ in die Welt der Sportspiele eingeführt. Die Mini-Ballschule findet freitags von 14.30 bis 15.30 Uhr bei TuRa Rüdinghausen, Brunebecker Straße 71, statt. Mitmachen

können Kinder der Jahrgänge 2015, 2016 und 2017. Außerdem gibt es nun noch eine neue Gruppe: Kinder zwischen sieben und acht Jahren können sich freitags von 16 bis 17 Uhr an den verschiedenen Bällen versuchen. Anmeldung: henning.schierbaum@rub.de und über die Geschäftsstelle: ☎ 80583.

Im Lichterglanz bei Kakao und Glühwein aufwärmen

St. Pius Rüdinghausen lädt zum zehnten Adventsmarkt ein: 4. Dezember von 16 bis 19 Uhr

Die Lichter weisen den Weg, der Duft von gebrannten Mandeln lockt in den Innenhof. Die katholische Kirchengemeinde St. Pius Rüdinghausen lädt wieder ein: am Samstag, 4. Dezember, zum

zehnten Adventsmarkt. Von 16 bis 19 Uhr wird es an der Piusstraße 1 (Ecke Kreisstraße) Vorweihnachtliches geben. Bei – hoffentlich – winterlichen Temperaturen können sich die

kleinen und großen Besucher mit Kakao und Glühwein aufwärmen – weitere kulinarische Leckereien runden das Angebot ab. Das Pius-Team hat sich aber weit mehr einfallen lassen: Wer sich noch nicht für eine adventliche Dekoration entschieden hat, darf sich auch auf weihnachtliches Kunsthandwerk und Holzarbeiten freuen. Nicht nur die kreativen Stände sorgen für Kurzweil. Mitmach-Stationen laden die kleinen Besucherinnen und Besucher ein (Kerzenziehen). Und der Kinderchor wird singen, wenn der Bischof Nikolaus zu Gast im Mellmausland ist. Die Veranstaltung wird nur auf dem Außengelände stattfin-

den und auch hier gilt die 3G-Regelung. tas



Fotos: Tanja Schneider

Runden drehen. „Das ist nur durch das Sponsoring möglich“, sagt Karsten Zierdt. „Die Kinder haben in der Pandemie auf vieles verzichten müssen. Daher war es uns ein Anliegen, dies wieder möglich zu machen.“ Anmeldungen und Buchungen sind per E-Mail an eisbahn21@snl-event.de und telefonisch unter 02302 28276814 möglich.

Verkaufsoffener Sonntag am 19. Dezember

Der Sonntag vor Heiligabend ist seit Jahren in Witten verkaufsoffen: am Sonntag, 19. Dezember, öffnen die Geschäfte der Wittener Innenstadt. Nicht nur die fehlenden Weihnachtsgeschenke können dann von 13 bis 18 Uhr gekauft werden. „Außerdem haben wir auf dem Berliner Platz nicht nur am verkaufsoffenen Sonntag, sondern an jedem Adventssamstag einen Bus stehen“, erklärt Matthias Pöck. „Hier kann man seine Einkäufe deponieren, um sich dann noch mal auf dem Weihnachtsmarkt zu stärken.“ Die Wabe betreut diesen kostenlosen Service.

Für Santas kleine Helfer gibt es wieder die Kreativhütte. Hier können sich die Kinder freitags, samstags und sonntags von 16 bis 18 Uhr künstlerisch verausgaben und für Weihnachten basteln. Freuen dürfen sich die kleinen Gäste auch wieder auf die Geschichten am Stall: täglich um 16 Uhr werden adventliche Geschichten vorgelesen. Am 29. November, 7. Dezember und 14. Dezember gibt es Geschichten in polnischer Sprache. An verschiedenen Terminen werden die Geschichten am Stall zudem musikalisch begleitet.

An den Adventssamstagen leuchtet Witten übrigens noch eine Spur weihnachtlicher. Zwischen 18 und 22 Uhr werden abwechselnd verschiedene Gebäude in weihnachtlichen Farben und mit winterlichen Motiven angestrahlt. Der Sternenzauber beginnt am kommenden Samstag, 27. November, am Bergerdenkmal. Am 4. Dezember wird der Wasserturm Bommern und am 11. Dezember das Haus Herbede beleuchtet. Abschließend wird am 18. Dezember die Johanniskirche weihnachtlich angestrahlt. tas

Öffnungszeiten Weihnachtsmarkt

Montags bis samstags: 11 bis 20 Uhr, sonntags: 13 bis 20 Uhr. Montags bis donnerstags und sonntags haben die Ausschankbetriebe bis 21 Uhr, freitags und samstags bis 22 Uhr geöffnet.

Öffnungszeiten Eisbahn

Montags bis freitags: 13 bis 19 Uhr
Samstags bis sonntags: 11 bis 19 Uhr
Happy Hour (montags bis donnerstags): 19 bis 20 Uhr / ermäßigter Tarif: Erwachsene 5 €, Kinder 4 € inkl. Schlittschuhverleih. Außerhalb der Öffnungszeiten kann die Eisbahn für Geburtstage, Weihnachtsfeiern oder andere Events zum Schlittschuhlaufen oder Eisstockschießen gebucht werden.

Jonas Schreiber holt Bronze Judo-Europameisterschaft U 23 in Budapest

Am zweiten Tag der Judo-Europameisterschaften der Frauen und Männer unter 23 Jahren in Budapest (Ungarn) erkämpfte Jonas Schreiber von der Sport-Union Annen einen dritten Platz in der Klasse über 100 Kilo. Im „kleinen Finale“ setzte sich der 21-Jährige nach einer spannenden Begegnung gegen Junioren-Weltmeister Saba Inaneishvili aus Georgien durch. Inaneishvili lag bis

vier Sekunden vor Kampfende mit hoher Wertung vorne. Dann gelang Schreiber mit einer großen Außensichel doch noch die Wertung zum Ausgleich und der Georgier gab im anschließenden Haltegriff auf. Nach der Bronzemedaille bei den U 18-Weltmeisterschaften 2017 in Santiago de Chile war dies die zweite Medaille für den Wittener bei einer internationalen Meisterschaft.



Jonas Schreiber (ganz rechts) erkämpfte sich bei der Europameisterschaft U23 die Bronzemedaille. Foto: EJU/Rui Telmo Romão

Annener Ringer behalten die Oberhand im Derby SUA mischt in der Oberliga oben mit

Die Unioner haben das Lokalderby gegen den KSV Witten 07 II am grünen Tisch mit 22:15 Punkten gewonnen und mischen in der Oberliga Westfalen weiterhin oben mit. Vor ca. 200 Zuschauern lieferten sich beide Teams packende Kämpfe. „Es war eine tolle Werbung für die schönste Sportart der Welt – Ringen. SUA – Wo Ringen Spaß macht“, lautet die Devise der SUA-Ringer. Die Oberliga-Ringer um Trainer Thorsten Busch haben die Hinrunde damit als Spitzenreiter

abgeschlossen. In der kleinen, engen Turnhalle der Erlenschule sorgten die Zuschauer für prächtige Stimmung. Dass der KSV Witten II in zwei der Gewichtsklassen gänzlich unterbesetzt sind, kostete den durchaus möglichen Sieg. Denn zehn Punkte, das stand schon vorher fest, wanderten über den „grünen Tisch“ aufs Konto der Unioner. Weil der angeschlagene Calvin Stiller (57 F) mit Übergewicht auf die Waage ging, gab's hier vorab fünf Zähler für Maxim Skrypka.



Das Ringerteam der Sport-Union Annen. Foto: SUA

Klaus Hellmann ist Bezirksmeister Ü60 Tischtennis: Lisa-Marie Wonsak verbucht zwei Siege für sich

Bei den Tischtennis-Bezirksmeisterschaften in Sundern (Sauerland) waren unter anderem die Neuzugänge der DJK Blau-Weiß Annen – Lisa-Marie Wonsak und Klaus Hellmann – am Start. Lisa-Marie Wonsak ging in der

Damen A Konkurrenz an den Start, in einem sehr gut besetzten Feld war sie in ihrer Gruppe an Position 3 gesetzt. In ihrem ersten Einzel musste sie gegen die von der Setzung her wesentlich höher eingestufte Spielerin Medeea Grozav-Marcu aus der NRW-Liga aus Cappel antreten. Dieses Spiel konnte Lisa-Marie mit 3:2 für sich entscheiden; im zweiten Einzel gegen Viktoria Diekel vom TTF Bönen kassierte sie eine klare 0:3-Niederlage. Das letzte Gruppenspiel gegen Johanna Bambach, ebenfalls TTF Bönen, musste nun über das Weiterkommen entscheiden. Dort behielt Lisa-Marie nach einem großen Kampf und einem 5:9 Rückstand im fünften Satz die Nerven und konnte diesen noch mit 11:9 für sich entscheiden. Somit war der Einzug in die Hauptrunde perfekt, angesichts

der nominellen Einstufung ein hervorragendes Ergebnis. Die Gegnerin im Viertelfinale war nun die ehemalige Annenerin Sophie von Buttlar. In diesem Spiel war Lisa-Marie ohne Chance und verlor klar mit 0:4. Mit dem Erreichen der Hauptrunde und zwei Siegen gegen starke Spielerinnen kann Lisa-Marie Wonsak auf ein erfolgreiches Wochenende zurückblicken. In der Klasse Ü-60 startete Klaus Hellmann. In seiner Vorrundengruppe landete er einen 3:0- sowie einen 3:2-Sieg und war damit für die Hauptrunde qualifiziert. Nach einem Freilos traf er im Halbfinale auf Norbert Schweika vom DSC Wanne-Eickel und entschied das Spiel ungefährdet für sich. Das Endspiel gegen Norbert Riehl (TSC Eintracht Dortmund) war eine sehr spannende An-

gelegenheit, in der Klaus sich etwas glücklich mit 3:2 Sätzen durchsetzen und damit erneut den Bezirksmeistertitel erringen konnte. Jetzt heißt es Daumen drücken für die Westdeutschen Meisterschaften!



Lisa-Marie Wonsak



Klaus Hellmann Fotos: DJK BWA

Circus Antoni präsentiert den 1. Weihnachtscircus im EN-Kreis
WITTEN
von Freitag 17. Dez. 21 bis Sonntag 2. Jan. 22
Direkt an der A44 / neben Ostermann (Navi: Fredi-Ostermann-Straße)
Vorstellungen:
Täglich um 16.00 Uhr
samstags um 15.00 + 18.30 Uhr
Familientage: freitags 17./24. + 31.12. Erwachsene zahlen Kinderpreise (auf Sperrsitz und Loge)
Heiligabend und Silvester nur um 14.00 Uhr
Infos über Facebook & Whatsapp oder Ticket-Hotline 0170/24 77 362
Kasse öffnet 90 Min. vor Showbeginn • Es gelten die 3G's (Änderungen vorbehalten)

1 Weihnachtscircus im EN-Kreis Circus Antoni präsentiert Weihnachtsshow

Freitags ist Familientag
(Erwachsene zahlen Kinderpreise auf den Plätzen Sperrsitz und Loge)
Veranstaltungsort: Circus Antoni, Fredi-Ostermann Straße, Witten
Telefon: 01702477362, E-Mail: vronistephan@yahoo.de
Öffnungszeiten Showzeiten: Freitag 17.12.2021 bis Sonntag 2.1.2022
Tickets ab sofort an der Circuskasse erhältlich
Ticketsservice Telefon: 0170 2477362

SCHACH-TREFF Schach lernen und trainieren!



Ein Projekt des FAMOUS in Zusammenarbeit mit der Sport-Union Annen e. V. Abteilung Schach: Der Schachtreff findet in der Regel in der Zeit von 17:00 bis 18:30 Uhr jeden 2. und 4. Freitag im Monat im FAMOUS statt. Die nächsten Präsenztermine im FAMOUS sind:
Fr. 26.11.2021 von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Fr. 10.12.2021 von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Fr. 14.01.2022 von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Fr. 28.01.2022 von 17:00 Uhr bis 18:30 Uhr
Wenn du Lust hast online Schach zu spielen, dann klick auf die Schachseite: <https://lichess.org/>

ZFF Praxis für Podologie
Zentrum für Haut- & Fußgesundheit
Medizinische Fußpflege
Spezialbehandlung bei:
Diabetes
Nagelpilz
eingewachsenen Nägeln
Unsere Kernkompetenz liegt in der Fußgesundheit. Neben der klassischen medizinischen Fußpflege behandeln wir auch Nagelpilz, schmerzende Hühneraugen, drückende Schwielen und eingewachsene Nägel mittels einer Zehennagelspange.
Annenstraße 156 Telefon 02302 . 984 86 98
58453 Witten www.zff-witten.de

Blote Vogel Schulführung 2. Dezember 18:00 – 19:00 Uhr

Lernen Sie die Waldorfschule in Witten bei einer Schulführung kennen. Sie haben die Möglichkeit hinter die Kulissen zu blicken und dem Lehrpersonal Fragen jeder Art zu stellen. Anmeldung erforderlich: Sekretariat, Fr. Liedloff, Tel. 02302 956600

Heim@tWitten – Für Ihre Zukunft

Wir sind wieder unterwegs und vor Ort für Sie da!
montags 10 – 12 Uhr im TheaterSpielLaden, Annenstr. 3
montags 14 – 15 Uhr im Annener Wohnzimmer, Annenstr. 156
Freitag 11.30 – 13 Uhr am Cafe Schelle, Schellingstr. 2
oft mittwochs ca. 11 – 15 Uhr auf dem Aldiparkplatz in Heven
oft donnerstags auf dem Wochenmarkt auf dem Rathausplatz, Ecke Rathausapotheke
und an vielen weiteren Plätzen in den Stadtteilen.
Infos: <http://www.biwaq-witten.de>
Achten Sie auf unser Beratungsmobil und sprechen Sie uns an.



Wünsche werden wahr!
Einstärkenbrille 48,-* inkl. Hartschicht + Volltenspiegelung schon für 99,-*
Sehtest-Gutschein** für eine kostenlose Überprüfung Ihrer Sehstärke
20,- Gutschein** Einlösbar beim Kauf einer Brille ab 100,-
50,- Gutschein** Einlösbar beim Kauf einer Brille ab 250,-
Optic Bongers
Inh. Doris Drevermann
Annenstraße 131
58453 Witten
Telefon 02302-60534
Gerne sind wir für Sie da:
Mo - Fr 9:00 - 13:00 Uhr
14:30 - 18:00 Uhr
Sa 9:00 - 13:00 Uhr
kontaktlinsen u. brillenmoden



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

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 Pflegenden 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*



SENIORENHAUS
WITTEN-STOCKUM

Zuhause - hier bei uns.

Wir bieten Ihnen Kurzzeitpflege und Vollstationäre Pflege.

Seniorenhaus Witten-Stockum GmbH | Helfkamp 8 b | D-58454 Witten
Telefon: 02302 9886100 | Fax: 02302 9886155 | E-Mail: info@seniorenhaus-witten-stockum.de

WWW.SENIORENHAUS-WITTEN-STOCKUM.DE

Das Seniorenhaus Witten Stockum ist unterwegs

Getrost nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ trotzen wir gemeinsam Wind und Wetter. Der soziale Dienst bricht regelmäßig mit den Bewohnern zu kleinen Spaziergängen in der Umgebung auf. Dabei sind nicht nur die Mitarbeiter als unterstützende Hand zugegen, besonders die Bewohner untereinander unterstützen sich tatkräftig. Die fitteren Senioren schieben die Rollstühle für die darauf angewiesenen Senioren, so können viel mehr Leute die Spaziergänge begleiten.



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“, 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*



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

Frohes Fest!

Silke Beyer
Ergotherapie & Familientherapie

Unsere zwei Standorte in Witten-Annen:
Annenstraße 180 · Tel. 02302 176 711-1
Westfeldstraße 56b · Tel. 02302 176 616-0

Wir behandeln:
Schlaganfälle, psychische Erkrankungen, Lern- und Leistungsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten, Handverletzungen, u.v.m.

Besuchen Sie uns auf
www.ergotherapie-in-witten.de

- Persönliche Betreuung
- Abwechslungsreiches Beschäftigungsprogramm
- Fachkundige Pflege mit hoher medizinischer Kompetenz

- Abhol- und Bringservice
- Eigener ambulanter Pflegedienst
- Enge Kooperation mit Ärzten u.v.m.
- Tagespflege, ärztliche Verordnungen, ambulante Pflege, Kurzzeitpflege

Alles aus einer Hand!

Herzlich Willkommen
Tagespflegezentrum
Witten

Theodor-Heuß-Straße 2-4 · 58452 Witten
(Stadtzentrum am Berliner Platz neben der Targo Bank)

Ansprechpartner:
Sascha Lengnick
Telefon 02302 4009823 · Fax 02302 4009824
Mobil 0172 7859674
Mail: tagespflegezentrum@residenz-wetter.de

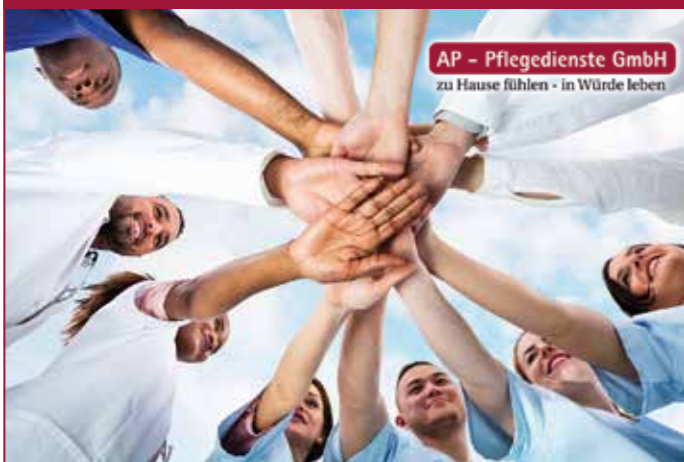


Eine Einrichtung der:
Dr. med. Lührmann
Tagespflegezentren GmbH

©Image-Magazin



Werden Sie Teil unseres Teams!



Wo? Witten-Herbode, Seniorenzentrum „Am Alten Rathaus“

Wer? ex. Pflegefachkraft m/w/d, 30-32 Std./Woche
ex. Pflegefachkraft m/w/d, für den Nachtdienst, 36-Std./Woche

- Unbefristeter Vertrag
- Gutes Arbeitsklima
- 13. Gehalt + Urlaubsgeld + Boni
- BGM (z.B. Massagen) + Zuschüsse



Seniorenzentrum Am Alten Rathaus // Sabine Goedtke
Wittener Str.6 // 58456 Witten-Herbode
02302 282 681 141 // goedtke@seniorenzentrum-witten.de

Nebenwirkungen von Medikamenten auf Handy-App

In einer einfachen Handy-App können Ärztinnen und Ärzte erstmals nachschlagen, ob und welche Nebenwirkungen von Medikamenten auf den Harntrakt ausgehen. Prof. Dr. Andreas Wiedemann, Deutschlands erster Prof. für Uro-Geriatrie und Chefarzt der Urologie am Ev. Krankenhaus Witten, hat sie mit seiner Arbeitsgruppe am Lehrstuhl für Geriatrie der Universität Witten/Herdecke entwickelt. Der „Wittener Harntrakt-Rechner“ ist im Netz unter <https://www.harntrakt.de/> zu finden.



„Dass viele Medikamente teilweise unbekannte Nebenwirkungen entfalten, sich nicht mit anderen Medikamenten vertragen und deren Abbau hemmen oder fördern, ist gerade in der Altersmedizin seit langem bekannt“, schildert Prof. Wiedemann. Oftmals schaukele sich die „Multimedikation“, bei der Ältere 5, 10 oder 15 Medikamente gleichzeitig einnehmen müssten, zu einem gefährlichen Cocktail auf. Nicht selten seien solche Medikamentennebenwirkungen bei Blutverdünnern, Zuckermedikamenten oder Blutdruckpräparaten der Grund für eine Krankenhausaufnahme.

In der App können die Ärztinnen und Ärzte sowohl verschiedene Handelsnamen oder aber auch Wirkstoffe nachschlagen und sich deren Nebenwirkungen mit dem „Theorie-“ und dem „Praxis-Punktwert“ anzeigen lassen. Oder sie können die Nebenwirkungen eingeben und die App zeigt dann mögliche „Übeltäter“ an. Erstmals wird es damit möglich, bei der Neuverordnung eines Medikaments einzuschätzen, ob es bei den jeweils bekannten Risiken und Vorerkrankungen der Patientinnen und Patienten zu Nebenwirkungen im Harntrakt kommen kann. Außerdem kann man einen bestehenden Medikationsplan durchsehen und klären, ob eine Störung im Harntrakt medikamentös (mit-) verursacht ist. Der „Wittener Harntraktnebenwirkungsrechner“ wurde erstmals bei dem Deutschen Urologenkongress im September vorgestellt.

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 Knappschafts-Krankenhaus 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.



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

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,

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.“

Das besondere Dankeschön: André kocht 3-Gänge-Menü für die Mitarbeiter



Ein besonderes Dankeschön, in Form einer Zuwendung für jeden Mitarbeiter für den alltäglichen, vorbildhaften Einsatz – besonders auch in Coronazeiten – erhielt die gesamte Mitarbeiterschaft des Seniorenzentrums am alten Bahnhof von der Geschäftsleitung im November.

rants in Herbode und Bochum-Stiepel betreibt, den ca. 40 Mitarbeitern des Seniorenzentrums ein vorzügliches 3-Gänge-Menü. Beim Kochen ließ er sich auch gerne einmal über die Schulter schauen und beantwortete Fragen.

Alle Mitarbeiter waren begeistert über das leckere Essen und verbrachten einen schönen und geselligen Abend zusammen.

Die Belegschaft durfte sich für einen bestimmten Betrag gemeinsam etwas wünschen. Die Mitarbeiter aus den Bereichen Pflege, Betreuung und Hauswirtschaft entschieden sich für ein gemeinsames Abendessen zur Festigung und Förderung des gesamten Teams im eigenen Hause. Vielleicht könnte man sich ja bekochen lassen? Hier kam die Hauswirtschaftsleiterin Heike Carl auf die Idee, den Gastronom und Koch André Vordenbäumen anzusprechen. Dieser war sofort begeistert und sagte zu. An einem Freitag im November servierte der bekannte Koch, der selbst zwei Restau-



Schützen Sie ihre Augen durch regelmäßige Sehtests

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 Lebensqualität. 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.

Die Empfehlung selbst für sehr agile Best-Ager lautet: einmal im Jahr zum Sehtest, einmal im Jahr zur Augenuntersuchung (Glaukom-Vorsorgeuntersuchung). Zusätzlich ist ein Diabetes-Test empfehlenswert.

Beste Sicht am Arbeitsplatz.

Arbeitsplatz-Gläser

- Verbesserte Sicht am Bildschirm und Arbeitsplatz
- Blaulichtreduktion
- Schnelle und entspannte Blickwechsel zwischen Arbeitsbereich und Lesebereich

Seeing beyond

BRILLENFABRIK 24 Alte Bahnhofstr. 5 44892 Bo-Langendreer 02 34 -96 29 15 00 kontakt@brillenfabrik24.de

Haarmann Alte Bahnhofstr 196 44892 Bo-Langendreer 02 34 - 28 04 85 info@haarmann-optik.de

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 Kräuterkundin 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 Vogelmeiere 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 vergleichbar 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**

Zuckerkrankheit Diabetes: So wichtig ist der Blutzuckerwert

Diabetesberaterin Anne Richter, EvK Witten, hilft beim Umgang mit der Stoffwechselerkrankung

Die Zahl der Patienten mit Zuckerkrankheit steigt. Fast acht Millionen Menschen leiden in Deutschland unter Diabetes. Oft kommen gerade ältere Menschen aufgrund einer anderen Erkrankung in die Klinik – die meisten von ihnen wissen um ihren Diabetes, aber nicht alle. Deshalb wird am EvK Witten bei der Aufnahme der Blutzucker überprüft. Bei bekanntem, gut eingestellten Diabetes wird die bisherige Therapie fortgesetzt. Wird ein bisher unerkannter Diabetes festgestellt oder entgleist der Blutzucker, wird das diabetologische Team hinzugezogen. Dazu gehört Diabetesberaterin Anne Richter.

IMAGE: Erklären Sie uns die unterschiedlichen Diabetestypen und Ihre Aufgabe beim Patienten.

RICHTER: Wir unterscheiden beim Diabetes Typ 1 und Typ 2. Während im ersten Fall ein Insulinmangel vorliegt, sprechen wir im zweiten Fall – umgangssprachlich auch als ‚Altersdiabetes‘ bezeichnet – von Insulinresistenz. Beide Typen können grundsätzlich aber in jedem Alter auftreten. Die Veranlagung zu Typ 2 ist zu einem hohen Prozentsatz vererbt. Wir messen bei unseren Patienten täglich den Blutzucker und achten dabei vor allem auf den Langzeitwert HbA1c. Das Hämoglobin, das von den roten Blutkörperchen transportiert wird, geht mit dem im Blut gelösten Zucker eine chemische Verbindung ein. Je stärker und je länger der Blutzuckerspiegel erhöht ist, desto mehr Hämoglobin kann sich mit Zucker verbinden und desto höher wird letztlich der HbA1c. Wir erkennen an diesem Wert die Blutzuckereinstellung der letzten acht bis zwölf Wochen. Meine Aufgabe ist es, Patienten und ihre Angehörigen zu beraten, sie zu schulen und individuell anzuleiten, gerade dann, wenn dieser Wert nicht gut ist. Entscheidend sind die Lebensgewohnheiten des Patienten sowie die Alltagstauglichkeit der Therapie.

IMAGE: Warum ist Zucker im Blut überhaupt so schädlich?

RICHTER: Zu viel Glukose im Blut verursacht Entzündungsprozesse, in deren Folge Botenstoffe entstehen, welche Schäden an Nerven und Gefäßen verursachen. Es kommt vermehrt zu Ablagerungen an den Innenwänden der Gefäße. Die Gewebestrukturen verkleben förmlich und sind dadurch nicht mehr so flexibel wie die stoffwechselgesunder Menschen. Das führt dazu, dass die Durchblutung sowie die Sauerstoff- und Nährstoffversorgung nicht mehr optimal verlaufen. Auch die Wundheilung ist gestört. Das Infektionsrisiko steigt. Ebenso ist die Kommunikation zwischen den Nervenzellen sowie die Funktion der Nervenzellen selbst beeinträchtigt.

IMAGE: Welche therapeutische Möglichkeiten gibt es?

RICHTER: Der Umgang mit Medikamenten, Diabetesnotfällen, Ernährung und Sport sind wichtige Bausteine einer Therapie. Ziel ist es, dass der Patient diese zuhause selbstständig durchführen kann. Grundsätzlich ist die Therapie absolut individuell und vor allem muss sie alltagstauglich sein. Grundlage jeder Diabetes-Behandlung ist ein angepasster Lebensstil. Dazu gehören: körperliche Aktivität, Verzicht aufs Rauchen und eine ausgewogene Ernährung. Das Stück Kuchen muss sich auch ein Diabetiker nicht verkneifen, aber das Reduzieren von Übergewicht wirkt sich positiv auf den Blutzucker aus. Menschen mit Diabetes können prinzipiell alles essen, eine spezielle Diabetes-Diät gibt es nicht. Zucker ist nicht tabu, auch spezielle Lebensmittel sind nicht nötig. Aber es gibt Empfehlungen und Wissen, welche Ernährung nicht nur für Diabetiker sinnvoll ist.

IMAGE: Wie sieht die gesunde Ernährung aus?

RICHTER: Dazu gehören zwei Portionen Obst und drei Portionen Gemüse – jeden Tag. Eine Portion entspricht dabei etwa einer Handvoll. Beim Fett kommt es auf die Zusammensetzung an. Anstatt auf gesättigte Fettsäuren, die vor allem in tierischen Lebensmitteln wie Fleisch, Milch und Käse stecken, lieber auf ungesättigte Fette setzen. Diese

sind etwa in pflanzlichen Produkten wie Olivenöl enthalten und können dazu beitragen, den Anteil an LDL-Cholesterin im Blut zu senken. Getreideprodukte aus Vollkorn sind gut. Bei stärker verarbeiteten Lebensmitteln gehen die Kohlenhydrate meist rascher ins Blut über. Kartoffelbrei oder Pommes Frites haben deshalb einen höheren glykämischen Wert als Pellkartoffeln. Wasser, Tee und Kaffee sollten die Getränke der Wahl sein. Alkohol ist nur in Maßen erlaubt. Grundsätzlich gilt die mediterrane Küche mit vielen Vitaminen und Ballaststoffen als besonders gut geeignet. Frischer Fisch und mageres Fleisch – optimal aus guter Herkunft – sowie Salzarmut sind gesund.



Diabetesberaterin Anne Richter, EvK Witten
Foto: EvK/Gorny

IMAGE: Welche Folgeschäden kann Diabetes hervorrufen?

RICHTER: Eine schlechte Blutzuckereinstellung begünstigt Folgeerkrankungen wie Nieren- (diabetische Nephropathie) und Nervenschäden (diabetische Polyneuropathie, diabetische Retinopathie), das diabetische Fußsyndrom sowie Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Ein hoher Zuckergehalt im Blut schädigt kleine und große Blutgefäße (Mikro- und Makroangiopathie) sowie die Nerven. Es drohen Schlaganfälle, Herzinfarkte, Amputationen von Zehen, Füßen oder Beinen oder die Dialyse, um die fehlende Entgiftungsfunktion der Nieren auszugleichen. Gerade bei älteren Patienten muss auch berücksichtigt werden, dass sie sich oft nicht oder nur wenig bewegen. Wichtig ist auch, eine Unterzuckerung zu vermeiden. Wir wissen heute, dass Unterzuckerung gerade bei älteren Diabetespatienten das Risiko für eine Demenz ganz erheblich erhöht. Auch das Risiko für Infekte ist bei Diabetespatienten deutlich erhöht. Deshalb ist es sehr wichtig, sich selbst genau zu beobachten und jede Wunde von einem Arzt anschauen zu lassen. Ein ganz besonderes Augenmerk sollte der Patient auf seine Füße legen. Der „diabetische Fuß“ ist für die Hälfte aller Krankenhaustage bei Diabetikern verantwortlich. In Deutschland kommt es jedes Jahr zu rund 40.000 Amputationen. Und die Aussichten sind bedrückend: Die Amputationen gehen mit einer Ein-Jahres-Sterblichkeit (je nach Studie) von 13 bis 40 Prozent und einer Fünf-Jahres-Sterblichkeit von 39 bis 80 Prozent einher. Vorsorge für die Augen und die Nieren gehören ebenso ins Pflichtprogramm.

IMAGE: Noch ein Wort zum Zusammenhang zwischen Diabetes und der Corona-Pandemie. Wer unter Diabetes leidet, gilt auch hier als besonders gefährdet?

RICHTER: Studien haben gezeigt, dass Erwachsene mit Vorerkrankungen – wie Diabetes – höchst gefährdet sind, an einer schwereren Coronavirus-Infektion zu erkranken. Die langfristigen Folgen eines schlecht eingestellten Diabetes mellitus sind aber vielfältig und betreffen auch das Gehirn und die Psyche. Viele Menschen mit Diabetes haben das Gefühl, dass die Krankheit ihnen die Selbstbestimmung nimmt. Diese emotionale Dauerbelastung kann schließlich zu einer Depression führen und/oder eine Angststörung verursachen. Aber mit einem gut eingestellten Diabetes kann man gut leben. Zu meinen Aufgaben gehört es, dieses Wissen zu vermitteln. Auch mit einer chronischen Stoffwechselerkrankung kann man mit viel Lebensqualität im Alltag ein hohes Alter erreichen. *anja*

EvK – Der Mensch im Mittelpunkt

Gut versorgt in Medizin, Pflege und Therapie.



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27
58455 Witten
02302.175-0



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[®]



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 Herdsätze **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.

Erika Hoos leitet Helene-Lohmann-Realschule

Am 13. September 2021 betrat Erika Hoos (Foto) zum letzten Mal als Konrektorin das Gebäude der Otto-Schott-Realschule – gleich am nächsten Tag übernahm die Wittenerin die Leitung der Helene-Lohmann-Schule in Bommern.



Dass ihr die neue Aufgabe als Schulleiterin großen Spaß macht, ist schon aus ihren ersten Worten zu hören: „Die Helene-Lohmann-Schule ist wirklich eine freundliche Schule mit einem super engagierten Kollegium, in der sehr viel Wert auf eine gute Zusammenarbeit unter den Kollegen und mit den Eltern gelegt wird“, so Erika Hoos im Interview. Aktuell besuchen rund 330 Schüler die Schule am Bommerfelder Ring 111, wo sie von 30 Lehrern unterrichtet und gefördert werden. „Wichtig auch, dass viele Schüler mit einem sonderpädagogischen Förderbedarf gut in das Schulleben integriert werden“, betont Erika Hoos.

Naturwissenschaft und Sport und Bewegung

Schwerpunkte setzt die Schule zum einen auf den naturwissenschaftlichen und technischen Bereich, für den sie über entsprechende Fachräume und einen Computerraum verfügt. „Erweitert werden die Möglichkeiten unserer Schule aber noch durch eine Kooperation mit der Ruhr-Universität Bochum. Dort experimentieren zum Beispiel unsere Schülerinnen und Schüler im Labor der Uni“, freut sich die neue Schulleiterin. Neben den traditionellen Klassenräumen ergänzen auch

künstlerische Fachräume und eine Küche das Raumangebot. „Um das, was wir den Schülern vermitteln möchten, zu erreichen, haben wir aber zu wenig Platz. Dazu zählt das selbstständige Lernen der Schülerinnen und Schüler, um sie noch besser auf die Berufswelt vorzubereiten“, sieht Erika Hoos noch Verbesserungsbedarf für ihre Schüler- und Lehrerschaft.

Eine besondere Betonung finden auch die Themen „Sport und Bewegung“ an der Bommeraner Realschule. Herausragend: eine Gruppe von Schülern und Lehrern trainiert für den anstehenden Alpen-Cross – nicht zum ersten Mal. Bereits in der Vergangenheit fuhren Gruppen mit Lehrer Christian Bockelbrink von der Zugspitze bis zum Gardasee – auf dem Mountainbike. Allein das Vorbereitungsprogramm umfasste Trainingsfahrten über 1.350 Kilometer. Der Sportunterricht findet „nebenan“ in der Zweifach-Sporthalle in Kooperation mit dem TuS Bommern statt. Sport und Bewegung liegen der neuen Schulleiterin auch privat sehr am Herzen, zählen doch Wandern und Radfahren, aber auch Reisen zu ihren Hobbys. Gerne nimmt sie auch mal ein gutes Buch in die Hand.

Schulhof ist oft verdreckt

Eine ärgerliche „Baustelle“ der Helene-Lohmann-Schule ist leider der Zustand des Schulhofes – in der Regel nach einem Wochenende. Während die Schule sehr darauf achtet, dass der Schulhof von den über dreihundert Kindern nach jeder Pause ohne Müll und Abfall hinterlassen wird, finden sich am Wochenbeginn regelmäßig Zigarettenkippen, Fast-food-Verpackungen und leere Flaschen und Glasscherben auf dem Platz. „Vielleicht könnte ein Streetworker eine Verbesserung bei denjenigen erreichen, die hier ihren Unrat hinterlassen“, so die Überlegung der neuen Schulleiterin. dx

Informationen

Die zweizügige Helene-Lohmann-Realschule wurde zum Schuljahr 1999/2000 gegründet und das Gebäude am Bommerfelder Ring 111 im Jahre 2002 bezogen. Die ca. 330 Schülerinnen und Schüler kommen bisher aus den Stadtteilen Herbede, Vormholz und Durchholz. Der Schulweg ist für die Hälfte der Schülerschaft so weit, dass sie zur Schule fahren muss. Die Schülerinnen und Schüler sind in den Jahrgangsstufen 5 bis 10 in zwölf Klassen aufgeteilt und werden in ihrer 6-jährigen Schulzeit von durchschnittlich 30 Lehrkräften unterrichtet.

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. anja

Info: www.lumagica.com

LUMAGICA HATTINGEN

JETZT TICKET SICHERN

13.11.21 BIS 09.01.22

DER MAGISCHE LICHTERPARK

HENRICHSHÜTTE HATTINGEN

Tickets und weitere Informationen unter lumagica.de

Logos: Reschop Carré, LWL, Hattingen Marketing, mk, reservix, WAZ, cöolibri



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, Eichenholzfässern 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

(6 Flaschen kaufen, 5 bezahlen!)

Unverwechselbar und authentisch.



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)

Das perfekte Geschenk!

21⁹⁰/₁€ statt **39⁹⁰/₁€**
 Sonderpreis + versandkostenfrei ab 3

Jetzt zugreifen auf gutscheinbuch.de

Ihr **Rabattcode: IMAGE22**

Gutscheinbuch.de
 VMG, Vertriebs-Marketing-Gesellschaft mbH, Niesheimer 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 Geschenkajagd. 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 Ennepe-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-

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!

MITMACHEN:
 Image verlost
 60 Schlemmerblöcke!

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!

Ihre Fachanwälte in Sprockhövel



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



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 Gründe 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.“



Hackerangriff: Daten erbeutet und veröffentlicht

Am Sonntag, 17. Oktober 2021, ist die Stadt Witten in den frühen Morgenstunden Opfer eines großangelegten Hackerangriffs geworden. Seither war kontinuierlich überwacht worden, ob Daten veröffentlicht werden. Die kriminellen Hacker haben doch Daten erbeutet, die eindeutig von der Stadt Witten stammen, und diese Daten im Netz veröffentlicht. Derzeit überprüft die Stadt Witten gemeinsam mit Experten der Polizei, welche Daten genau veröffentlicht wurden. Aktuell identifiziert wurden Dokumente von Laufwerken, nicht erkennbar ist ein Abfluss ganzer Datensätze aus Datenbanken der Verwaltung (z.B. Meldedatensätze). Wenn neben internen Daten der Verwaltung (z.B. Rechnungsdaten, Vertragsdaten) auch private Daten von Bürger*innen auftauchen, die für kriminelle Handlungen missbraucht werden können, wird die Verwaltung unter Beteiligung der Polizei schnellstmöglich die notwendigen Schritte einleiten.

„Einmal mehr zeigt sich, dass ganz besonders die Bürgerinnen und Bürger die Opfer dieses Hackerangriffs sind: Zunächst, indem sie unsere Dienstleistungen nur eingeschränkt nutzen können. Und nun auch, indem von Einzelnen Daten öffentlich wurden. Wir tun alles dafür, den Schaden so gering wie möglich zu halten“, sagt IT-Dezernent Matthias Kleinschmidt.

Bis zum Abschluss der laufenden Untersuchungen und Ermittlungen bittet die Stadtverwaltung alle Bürger*innen oder Kund*innen kommunaler Einrichtungen um erhöhte Aufmerksamkeit. „Achten Sie bitte auf ungewöhnliche Kontaktversuche z. B. per E-Mail, SMS oder Telefon, die Sie sich nicht erklären können. Antworten Sie bitte nicht auf verdächtige E-Mails. Öffnen Sie bitte keine Anlagen und klicken in entsprechenden E-Mails nicht auf Links, die Ihnen verdächtig vorkommen“, sagt Matthias Kleinschmidt. Ob die kriminellen Hacker weitere Daten veröffentlichen werden, ist völlig unklar. Sollte es dazu kommen, wird die Stadt Witten natürlich darüber informieren.





Wir für Sie vor Ort...

Lösen Sie das Sudoku und gewinnen Sie 30 Euro!

Wenn Sie das Sudoku richtig auflösen, ergeben sich aus den farbig markierten und mit kleinen Buchstaben versehenen Feldern unsere drei Gewinnzahlen. Notieren Sie diese mit den dazugehörigen Buchstaben und Ihrem Absender (E-Mail-Adresse oder 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 Hattlinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

Untermarkt 4-8 (Neben dem Alten Rathaus)
 45525 Hattlingen · 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



Mit wenigen Handgriffen weihnachtliche Stimmung zaubern.
 Foto: Engin Akyurt auf Pixabay.

Auf Weihnachten einstimmen

Wir verbringen jetzt besonders viel Zeit in der eigenen Wohnung, holen oft sogar unseren Arbeitsplatz in die eigenen vier Wände. Image hat einige Tipps gesammelt, wie Sie noch ein paar weihnachtliche Akzente setzen können.

★ **Tipp 1: Abstimmen und Planen**
 Sofern Sie nicht in einem Single-Haushalt wohnen, überlegen Sie kurz, wie ausführlich die Weihnachtsdeko für Sie und Ihre Lieben sein sollte. Je nach Anspruch reichen dem einen Adventskranz und Tannenbaum, um in besinnliche Stimmung zu verfallen. Der andere kann gar nicht genug von blinkenden Lichtern, Schleifen und Figuren im Haus und um das Haus herum bekommen. Im Mittel sollen sich alle wohlfühlen!

★ **Tipp 2: Die Natur einbeziehen**
 Weihnachtsdeko gibt es in allen Formen und Farben. Gehen Sie doch mal zurück zur Natur! Kleine Blumentöpfe mit Tannen- oder Kieferzapfen, umgeben von Moos oder ein Stück Rinde auf der Anrichte, darauf eine kleine Kerze (auf einer feuerfesten Unterlage) – die Auswahl der Natur ist riesig. Zudem würzen Zutaten aus der Natur wie Zimtstangen, Mistelfrüchte oder getrocknete Mandarinenscheiben die Heizungsluft mit der Duftnote „Waldaroma“.

★ **Tipp 3: Der erste Blick: Türen und Fenster**
 Kommen Sie ins Haus oder gehen Spaziergänger vorbei, fällt der erste Blick meist auf die Tür oder durchs Fenster. Dieser Eindruck lässt Geschmack und Stil der Besitzer erkennen. Würde Ihnen eine mit Tannenzweigen dekorierte Holzkiste, eine alte Wurzel oder eine Kerze in einem Glas neben dem Eingang gefallen? Vor allem in Treppenhäuser und an Treppengeländer lassen sich einfach, aber wirkungsvoll herabhängende Deko-Elemente anbringen.

Auch die Farbe „weiß“ wie der Schnee passt in der dunklen Jahreszeit gut. Stellen Sie doch kleine Schneemänner aus Watte auf Ihre Fensterbank, spielen Sie auf der kleinen Fenster-Bühne mit Licht, das von Kerzen oder – je nach Vorliebe – blinkenden oder gleichmäßig scheinenden Lichterketten in Ihr Heim und nach draußen strömt. Ein wenig Kunstschnee an den Scheiben rundet den Eindruck winterlich ab.

★ **Tipp 4: Wohnzimmer, Bade- und Schlafzimmer**
 Wenn es Ihnen gefällt, wählen Sie für jedes Zimmer der Wohnung einen individuellen Stil. In der Küche können allein schon rote Geschirrtücher die Weihnachtszeit begleiten. Für die Gardinen und Kissen im Wohnzimmer wirken kräftigere Farben wie dunkelrot, grün oder weiß. Im Badezimmer finden Deko-Elemente auf einer kleinen Holzleiter Platz – und wirken. Wie wäre es mit einer weihnachtlichen Tagesdecke auf dem Bett oder einem Lichtervorhang an der Wand?

★ **Tipp 5: Selber zu Schere, Papier und Klebstoff greifen**
 Tim Bendzko musste „Nur noch schnell die Welt retten“. Dabei macht es so viel mehr Spaß, sich eine kleine Auszeit zu nehmen. Holen Sie die alten Bastelbücher hervor und lassen Sie sich von bewährten Ideen inspirieren! Alleine oder zusammen mit Partner und Kindern werden Ihnen diese Stunden auch innerliche Ruhe und Kraft geben und noch lange in Erinnerung bleiben. dx

Benking & Gibis GmbH

Allen Kunden ein „Dankeschön“ für das entgegengebrachte Vertrauen im Jahr 2021!

Wir wünschen frohe Festtage und ein gesundes neues Jahr!

Elektro Benking & Gibis GmbH
 Wittener Bruch 43 · 58453 Witten
 Telefon 0 23 02/8 49 50 · Telefax 0 23 02/91 28 64
 info@elektro-benking-gibis.de

- Elektroinstallationen
- Nachtspeicher-Steuerungsbau
- Nachtspeicherheizungen
- Fußbodenheizungen
- Satelliten-Anlagen
- Beleuchtungstechnik
- Netzwerk-Anschlüsse und -Anlagen
- Photovoltaik-Anlagen
- Blitzschutz-Anlagen

M MECKE MOTORSERVICE

KAROSSERIE-FACHBETRIEB
 AUTOLACKIEREREI

- Karosserie-Fachbetrieb
- Fahrzeugtechnik
- Fahrzeugelektrik
- Autolackiererei
- Klimaanlagen-Service für Neu- und Gebrauchtwagen
- Automatikgetriebe-Service & -spülung (Mercedes Benz 7G BMW/V.A.G. SDG ETC)

Wir wünschen unseren Kunden ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Start ins neue Jahr!

Frankensteiner Straße 22
 58454 Witten (nahe TÜV)
 ☎ 0 23 02/91 21 91

M.D. Edelmetalle
 An- und verkauf

Markus Drein

5% Rabatt bei Vorlage der Anzeige

Ruhrstraße 25 · 58452 Witten
 ☎ 0 23 02/91 22 11
 Fax: 0 23 02/20 27 37 0

10 % Gutschein

*für deinen nächsten Einkauf bis zum 31.12.21

INTERSPORT im UG
 GUEVENC

Stadiallerie 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

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

Wir sind nur eines zufrieden wenn Sie begeistert sind!

AUTOHAUS KOST

Hufeisenstr. 9 · 45525 Hattlingen
 Telefon 02324 - 27001-3
www.renault-kost.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		

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

Auflösung in der nächsten Ausgabe

Auflösung aus der November-Ausgabe

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

WOHNMOBIL-CENTER
 Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

☎ 03944-36160
www.wm-aw.de

JUWELIER LÜTTGEN
 UHREN & SCHMUCK
 SEIT 1980

Goldankauf

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



Naturschutz im Kreisgebiet: Ranger weisen auf Verhaltensregeln hin

Lärm, Müll, freilaufende Hunde und querfeldein fahrende 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 Zusatzausbildung 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 Ordnungsämtern der

kreisangehörigen Städte. So können die Ordnungsämter 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 Ordnungsämter, 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 Wupperschleife Bilstein-Deipenbecke in Schwelm. Naturschutzgebiet „Alte Ruhr / Katzenstein“ in Hattingen. Naturschutzgebiete Felsen am Harkortsee in Herdecke und Wetter. pen

Foto oben v.l.n.r.: 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

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 realitätsgetreu 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.

Veränderung der Heizkosten einer durchschnittlichen Wohnung*

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

RPS Polstertechnik
Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel

Inh. J. Lasberg Tel.: 023 02/9 14 22 66
Annenstr. 87 Fax: 023 02/9 14 22 67
58453 Witten Mobil: 0170/1 90 11 35

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

Öffnungs-, Beratungs- und Planungszeiten finden Sie auf unserer Homepage.

seit 20 Jahren

KüchenTreff Rensinghoff
Westfalenstraße 110 a · 58453 Witten
Telefon: 023 02-2051 60
www.kuechentreff-rensinghoff.de

KüchenTreff

Fast 500 Euro Sparpotenzial bei den Heizkosten pro Jahr
Das Sparpotenzial liegt in einer durchschnittlichen Wohnung laut Heizspiegel bei 490 Euro pro Jahr. Am meisten bringen eine Sanierung und der Umstieg auf erneuerbare Energien. Wie groß das persönliche Sparpotenzial in einer Wohnung oder einem Haus ist, können Eigentümer:innen auf heizspiegel.de berechnen.

Heizen mit erneuerbaren Energien: für niedrigere Kosten und bessere Planbarkeit

Seit diesem Jahr fällt fürs Heizen ein CO₂-Preis an, der von Jahr zu Jahr steigt. Dadurch werden vor allem Heizöl und Erdgas immer teurer. Dazu kommen starke Preisschwankungen. Langfristiges Planen mit Heizöl und Erdgas wird so immer schwieriger – neben dem Klimaschutz ein Grund mehr, jetzt auch bei der Heizung den Umstieg auf erneuerbare Energien zu prüfen.

*Grundlage für den Heizspiegel sind über 123.000 Datensätze aus zentral beheizten Wohngebäuden in ganz Deutschland aus dem Jahr 2020. Als durchschnittliche Wohnung wird für den Heizspiegel eine Wohnung in einem typischen Mehrfamilienhaus mit 70 Quadratmetern Wohnfläche und Erdgas-Zentralheizung angenommen. Quelle: [co2online](http://co2online.de)



Verbraucher müssen für 2021 mit stark steigenden Heizkosten rechnen. Foto: www.heizspiegel.de



**Haben Sie Probleme mit Ihrem Fahrzeug?
Bei uns ist Ihr Auto in den richtigen Händen!**

**Hans-Böckler-Straße 1 - Ecke Herbeder Straße
Telefon & Fax 02302/5 1565 + 27 50 86**

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.

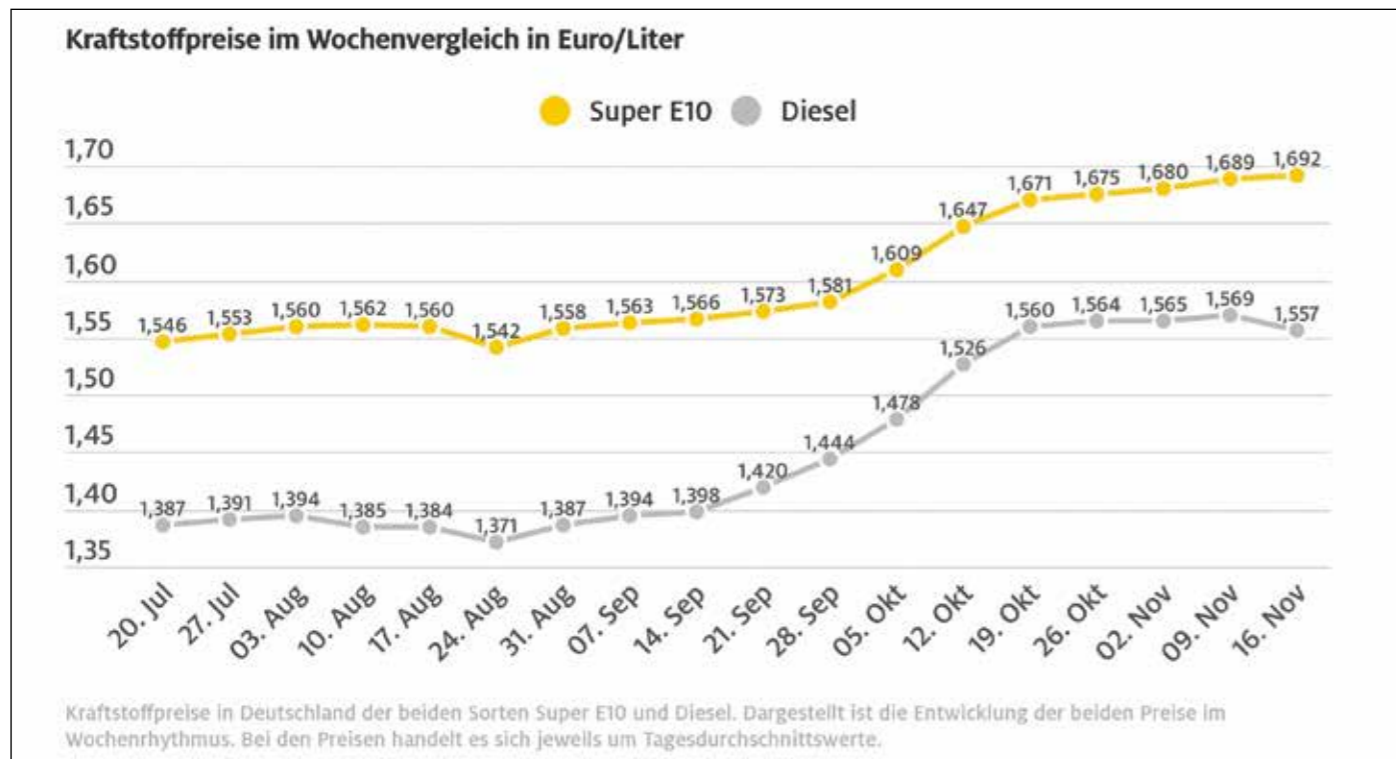
Bisher waren Terminabsprachen ausschließlich telefonisch möglich. Einzige Voraussetzung für die Nutzung des Portals ist eine gültige E-Mail-Adresse. Diese wird für den Empfang der Terminbestätigung benötigt. Darin ist ein QR-Code enthalten, der im Eingangsbereich der Führerscheinstelle eigenständig eingescannt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

Preisanstieg bei Diesel vorerst gestoppt

Zumindest bei Diesel ist der Preisanstieg der vergangenen Monate erstmals gestoppt. Wie der ADAC ermittelt hat, sank der Preis für einen Liter gegenüber der Vorwoche im Bundesdurchschnitt um 1,2 Cent auf 1,557 Euro. Benzin hingegen verteuerte sich im Mittel um 0,3 Cent und kostete durchschnittlich 1,692 Euro pro Liter. Somit wird die Preisdifferenz zwischen den beiden Kraftstoffen wieder größer.

Vor dem Hintergrund sinkender Rohölpreise und eines günstigeren Dollarkurses sieht der Automobilclub aber Spielraum für weitere Preisrückgänge an den Tankstellen. aum

*Untenstehende Grafik:
Die Entwicklung der Kraftstoffpreise in den vergangenen Wochen.
Foto: Autoren-Union Mobilität/ADAC*



Rundum-Sorglos-Paket bei KFZ Frömling

Vergrößerung bietet neue Möglichkeiten der Komplett-Abwicklung

Größer, moderner und alles auf dem neuesten Stand – und das alles an einem Ort. Dieses Ziel haben Michel Weishaupt und Marek Lasczyk (Inhaber KFZ Frömling) dieses Jahr an ihrem altbekannten Standort an der Jahnstraße 13 verwirklichen können.

Hybrid, Elektro oder Wohnmobil

„Man muss immer mit der Zeit gehen, stetige Weiterbildungen und Modernisierungen sind deshalb unerlässlich“, erklärt Marek Lasczyk im Gespräch. „Deshalb bieten die erweiterten Werkstatträume insgesamt 450 qm Platz, um allen Arten von Fahrzeugen gerecht werden zu können.“ Anfang des Jahres hatte die Firma zunächst den Standort von KFZ Ulrich in der Bochumer Straße übernommen. Als dann allerdings die Möglichkeit zur Vergrößerung an der Jahnstraße bekannt wurde, war klar, dass dies viele Möglichkeiten zur besseren und unkomplizierteren Abwicklung für Kunden und Firma bietet. Deshalb wurde der Standort an der Bochumer Straße geschlossen.



Die neuen erweiterten Werkstatträume an der Jahnstraße sind größer und moderner ausgestattet, denn KFZ Frömling hat sich den Bedürfnissen der Kunden angepasst. „Die Autos heutzutage sind größer und haben oft einen Hybrid- oder Elektromotor. Darauf müssen wir natürlich vorbereitet sein“, erklärt Michel Weishaupt. „Deshalb ist unsere Technik nun auf dem neuesten Stand der Dinge und unsere Schwerlastbühnen sind sogar für Wohnmobile und Lieferwagen ausgelegt.“

Abwicklung von A – Z

Kommen die Kunden im Schadensfall zu KFZ Frömling, können Sie weitere Vorteile genießen, denn ab da übernehmen die Fachmänner

und Fachfrauen. Von der Schadensaufnahme über Rechtsbeistand und Abwicklungen mit Versicherungen bis hin zum Leihwagen und der Instandsetzung – KFZ Frömling übernimmt die komplette Abwicklung für den Kunden. „Das schätzen viele Kunden besonders bei uns, denn nach einem Unfall ist die Überforderung oft groß. Welche Ansprüche habe ich? Was zahlt die Versicherung? Um was muss ich mich zuerst kümmern? Mit diesen Fragen müssen sich unsere Kunden gar nicht beschäftigen. Sie geben ihr Auto bei uns ab und wir übernehmen den kompletten Rest“, erklärt Michel Weishaupt. „Wir arbeiten mit dem TÜV Rheinland zusammen und haben täglich einen Gutachter vor Ort. Ab dem 1. Januar 2022 wird dieser ebenfalls mit in unseren Räumlichkeiten ansässig sein“, ergänzt Marek Lasczyk. Bei KFZ Frömling bekommt man eben das Rundum-Sorglos-Paket – alles aus einer Hand! JM

*Wir bedanken uns bei all unseren Kunden für Ihr Verständnis und Ihre Geduld während unserer Umbaumaßnahmen und der Umstrukturierung!
Eine schöne Adventszeit, frohe Weihnachten und einen guten Start ins neue Jahr wünscht Ihnen
Ihr Team von KFZ Frömling!*

Wussten Sie schon?

Windschutzscheibenfachbetrieb

KFZ Frömling ist offizieller Partner von KS Autoglas und bietet Ihnen trotz Werkstattbindung der Versicherung Windschutzscheibenerneuerungen für alle Fahrzeuge. Tägliche Hauptuntersuchungen und Abgasuntersuchungen vor Ort sind ebenfalls immer möglich.

Reifeneinlagerung

Durch die Vergrößerung sind neue Reifenlagermöglichkeiten entstanden. Interesse an Lagerung und Reinigung? Alle Infos unter: 02302 56835

SERVICE

- Inspektion nach Herstellervorgabe
- Reparaturen aller Art
- Hauptuntersuchung (HU)
- Kia Original Batterie mit 3 Jahren Garantie
- Unfallinstandsetzung
- Zubehör
- Montage

20 JAHRE

KIA

Unsere Werkstatt bleibt für Sie geöffnet!
Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-14 Uhr
Oberscheidstr. 12 · 44807 Bochum
Tel. 02 34 / 9 53 60 36 · Fax 54 11 06
info@kia-bentrop.de

Autohaus Bentrop GmbH

20 JAHRE

KIA

Unsere Werkstatt bleibt für Sie geöffnet!
Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-14 Uhr
Oberscheidstr. 12 · 44807 Bochum
Tel. 02 34 / 9 53 60 36 · Fax 54 11 06
info@kia-bentrop.de

KFZ FRÖMLING

autoPRO

DIE WERKSTATT.

Jahnstr. 13, 58455 Witten, Tel.: 02302 56835

- Wohnmobil- und Wohnwagen-Reparatur
- 3-D-Achsvermessungen für alle Fahrzeuge (inkl. Wohnmobile)
- Windschutzscheibenfachbetrieb

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 8–18 Uhr, Samstag nach Vereinbarung



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

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 Rathaushausplatz 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, Baumkorrekturschneiden, 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 verträgt der Baum nicht. Das kann man schon heute erkennen. Für die Wälder gilt wie für die Schonung: ein schlecht versorgter Baum sieht auch schlecht aus.“

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

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.

Grönland-Halbmarathon – einfach unvergesslich

Andrea Gelfarth und Jola Lorenz von FunVorRun Witten können auf eine große Lauferfahrung mit vielen Starts im In- und Ausland verweisen. Den mit Abstand spektakulärsten Halbmarathon finishten die beiden FunVorRun-Läuferinnen jetzt auf Grönland.

Die Herausforderung: 21 km mit Spikes, davon 6 km pures Eis, Schnee bis zum Knie und 15 km Schotterpiste bei Temperaturen von bis zu 25 Grad – minus natürlich. Die Vorbereitungen liefen entsprechend in zwei Richtungen: zum einen musste natürlich die körperliche Fitness auf den Stand gebracht werden, zum anderen galt es, die passende Ausrüstung zu beschaffen.

Nach einer Anreise mit Zwischenstopp in Kopenhagen dann Ankunft im 500 Einwohner-Ort Kangerlussuaq auf Grönland. Von dort führte auch eine 30 km lange Straße zum Russel-Gletscher und dem endlosen Inland-Eis. „Die Aussicht war einfach klasse! Eine massive Präsenz von Eis und Schnee, wie wir sie noch nie zuvor gesehen haben. Vor allem der Gletscher war unglaublich schön“, erzählt Andrea Gelfarth begeistert.

Fünf Tage später fiel endlich der Startschuss. Die Zeit bis dahin nutzten die beiden Läuferinnen u. a. mit einer Fahrt zum Inland-Eis, um die spätere Laufstrecke in Laufsachen und vor allem mit Spikes zu begutachten und abzugehen. „Wir hatten viel Spaß, sind teilweise auf dem Hintern übers Eis gerutscht und haben es genossen“, erinnert sich Andrea Gelfarth und Jola Lorenz ergänzt: „Eins ist sicher, wir hatten eine Menge Spaß!“

21 km über Eis und Geröll

Am Lauftag wartete das Frühstück bereits um 5.30 Uhr. Um 7 Uhr brachten fünf Busse die Teilnehmer dann zum Rand der rund 600 km langen Eiszone. Nur in Laufsachen, die allerdings aus drei Schichten Kleidung bestanden, Stulpen über den Hosenbeinen sowie Spikes an den Schuhen ging es um 8.30 Uhr auf die 21 km lange Strecke. „Es waren minus 6 Grad, später dann ‚nur‘ noch minus 2 Grad, aber es blies ein beißend kalter Wind“, so Andrea Gelfarth. Die Spikes – auf dem Eis mit ihnen zu laufen noch „ein super Gefühl“ – wurden mit jedem Kilometer nun immer schwerer.

Nach einem 75 m langen Anstieg kurz vor dem Ziel liefen die beiden FunVorRun-lerinnen dann gemeinsam über die Ziellinie. „Mit einer herzlichen und langen Umarmung, einem warmen Getränk und einem Sandwich wurden wir im Ziel empfangen. – Einfach unvergesslich.“ *dx*



Großer Laufspaß im ewigen Eis: Jola Lorenz (li.) und Andrea Gelfarth (re.) starteten beim Grönland-Halbmarathon. Foto: privat

LWL-Industriemuseum | Westfälisches Landesmuseum für Industriekultur

Witten | Hattingen

Dunkle Stollen und glühendes Eisen

Industriekultur im Ruhrtal

Zeche Nachtigall mit Besucherbergwerk
Henrichshütte Hattingen mit Schaugießerei

www.lwl-industriemuseum.de

LWL
Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

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

Traumhaft schöne
Weihnachtsbäume
aus eigener Baumschule

Bochumer Str. 30
58455 Witten

ab 10. Dezember täglich
von 9 bis 19 Uhr

Mit Glühwein und
gratis Mini-Baum für die Kinder.

Rudolph wartet auf Euch!

jungermann
FORSTBAUMSCHULEN

Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest!

Wittener Tafel feiert

Ein Viertel Jahrhundert ist die Wittener Tafel im November alt geworden. Den runden Geburtstag begeht der Verein coronabedingt ohne Feierlichkeit, genauso wie seine Hilfe mehr als zweitausend Wittener still und leise erreicht.

Seinerzeit las Jürgen Schumacher von der ersten Tafel in Berlin und wusste sofort: das ist auch ein Projekt für Witten. Rund vierzig Gleichgesinnte meldeten sich in der Folge auf ein Zeitungsinserat und gründeten schließlich am 13. November 1996 die 92. Tafel in Deutschland. Die gleichlautenden Ziele lauten seitdem auch in der Ruhrstadt: Lebensmittelrettung, Schaffung eines Ortes der Kommunikation sowie eines Sprachrohrs für die von Armut betroffenen oder bedrohten Menschen.

Brücke zwischen Überfluss und Mangel

Ein eigener Transporter mit Aufschrift „Jeder gibt, was er kann“ fährt dazu bis zu zwanzig Lebensmittel-Sponsoren im Wittener Stadtgebiet an und bewahrt im Jahr rund 250 t überschüssiges Gemüse, Obst, Wurstwaren, Konserven, Milchprodukte und Backwaren vor der Entsorgung. Die Tafel kann deshalb Bedürftigen – ob alleinerziehend, von Altersarmut betroffen, (langzeit-) arbeitslos oder aus der Heimat geflohen – neben Lebensmitteln auch ein kostenloses Frühstück zu go und coronabedingt Fertigmahlzeiten statt frisch gekochtem Mittagessen an der Herbeder Straße 22 anbieten. Jährlich werden rund 16.000 Mahlzeiten ausgegeben und 13.200 Kunden im hauseigenen Tafellädchen bedient, in dem sie Lebensmittel und Dinge des täglichen Lebens für „kleines Geld“ erwerben können.

Was nicht selbst verteilt werden kann, erhalten die Obdachlosenunterkunft „In der Mark“, regionale Verteilstellen und Organisationen wie foodsharing, Help Kiosk und Ruhrtalengel. Nach Voranmeldung kümmern sich die Helfer auch um die Vermittlung von gespendeten gut erhaltenen Möbeln, Kleidung und Elektrogeräten.

Tafeln verbinden auch Menschen

Oft genauso wichtig wie Essen und Trinken: bedürftige Menschen finden mit der Tafel einen Anlaufpunkt, in dem Menschen ihnen zuhören und sie unterstützen. „Es gibt so viele ergreifende, lustige und traurige Geschichten“, weiß das Team.

Der hohe finanzielle Aufwand wird überwiegend aus Spenden und den Einnahmen des „Tafellächchens“ abgedeckt, da auch keine Gelder seitens der Stadt fließen. Fünfzehn meist ehrenamtliche Helfer sind durchschnittlich im Einsatz. Zusätzliche „Manpower“ kommt auch über das Jobcenter und vom Bundesfreiwilligendienst.

„An dieser Stelle sagen wir allen, die uns bisher mit ihrer vielfältigen Unterstützung geholfen haben und uns hoffentlich auch weiterhin die Treue halten, ganz herzlichen Dank“, übermittelt der Vorstand des Vereins. Großes Lob kam auch vom Berliner Dachverband: „Eine Tafel aufzubauen und über so lange Zeit am Leben zu halten und mit Leben zu füllen: dazu braucht es eine gute Organisation, ein noch besseres Miteinander und viele unterschiedliche Talente. Ich bin froh, dass es Menschen wie Sie gibt, die nicht wegsehen und für andere eintreten. Das macht unsere Gesellschaft und die Gemeinschaft bei Ihnen im Ort menschlicher und lebenswerter“, schreibt Jochen Brühl, Vorsitzender der „Tafel Deutschland e.V.“ jetzt zum 25-jährigen Bestehen der Wittener Tafel. dx

Seit 25 Jahren arbeiten Helferinnen und Helfer bei der Wittener Tafel im „Tafellädchen“. Für jeden Besucher haben sie ein offenes Ohr.



Wittener Tafel e.V. www.wittentafel.de

Herbeder Straße 22 | 58355 Witten | Tel. 0 23 02/42 12 50
Bank: Stadtparkasse Witten | DE68 4525 0035 0000 0189 11
Öffnungszeiten: montags bis freitags 8 bis 13 Uhr

Literatur seit über 30 Jahren im Mittelpunkt

Im letzten Jahr wollte der Wittener Autorinnen- und Autorenabend sein 30-jähriges Bestehen feiern. Jetzt wurde der Festakt nachgeholt.

„Ich begrüße Sie herzlich zu unserer Jubiläumsfeier ‚30 Jahre Wittener Autorinnen- und Autorenabend‘. In Wahrheit befinden wir uns schon im 31. Jahr“, eröffnete der Leiter der Wittener Literaturgruppe Hans-Werner Kube die gutbesuchte Veranstaltung. Coronabedingt um ein Jahr verschoben hielt die Literaturwissenschaftlerin Prof. Dr. Julia Genz von der Uni Witten/Herdecke den Festvortrag im großen Saal von Haus Witten. Zwölf Mitglieder der Gruppe lasen anschließend kurze Beiträge aus eigenen Lyrik- und Prosatexten, während Martin Brödemann am Klavier und Carla Tenthoff mit tänzerischen Beiträgen für eine kleine Auflockerung des Programms sorgten.

Mitglieder kommen auch aus dem Umkreis

1990 als „Aktionskreis Literatur in Witten“ gegründet, nannten sich die Freunde der Literatur bald darauf in „Wittener Autorenabend“ um. Die Initiative griffen damals Hugo Ernst Käufer und der langjährige Vorsitzende des Wittener Kulturausschusses Manfred Fritz auf. Zu den Gründungsmitgliedern gehörte neben Sabine Sellmann und Erika Torberg-Kochinke auch der frühere Direktor der Volkshochschule Wilhelm Friedrich Karl Böcher, der dem Autorenabend ein „Dach“ über den Kopf verschaffte.

Bekannte Literaturschaffende wie Hilmar Klute, Buchautor und Redakteur bei der Süddeutschen Zeitung, und Helmut Spiegel, Buchautor und Redakteur bei der WAZ, kamen im Laufe der Zeit hinzu. Viele Mitglieder sind mit Veröffentlichungen von Romanen, Sammlungen von Kurzprosa und Gedichtbänden sowie Beiträgen in Anthologien, Literaturzeitschriften und Zeitungen hervorgetreten. „Wir haben auch Mitglieder aus Bochum und Castrop Rauxel, was zeigt, dass es solche Einrichtungen wie den Wittener Autorenabend nicht überall gibt“, verrät Helmut Rinke auf der Jubiläumsfeier.

„Wir schreiben für euch – wir lesen für euch“



Helmut Rinke entdeckte bereits als Schüler seine Freude am Schreiben. Als die erste Schreibmaschine auf dem Tisch stand, nahm sein Hobby richtig Fahrt auf. Mit seiner Pensionierung in 2002 erstellte der Lehrer auch eine Chronik über 150 Jahre Berufsschule Witten.

dx Anfangs besuchten die Mitglieder Wittener Schulen, um ihre Texte vorzutragen, später folgten regelmäßige Lesungen in Wittener Seniorenheimen und auf dem Weihnachtsmarkt. Die Haupttätigkeit liegt jedoch seit Beginn in der Auseinandersetzung mit den eigenen Prosatexten und Gedichten. Auf eine fachliche Anleitung verzichtet der Autorenabend bewusst. „Wir wählen unsere Inhalte selbst, stellen uns aber alle zwei Jahre ein gemeinsames Thema, das jeder dann aus seiner Sicht umsetzt“, erklärt Helmut Rinke die Vorgehensweise im Autorenabend. Die vorgestellten Lesebeiträge werden anschließend von den Mitgliedern zur Wahrung des literarischen Anspruchs kritisch und ohne Ansehen der Person begutachtet, was besonders Hugo Ernst Käufer, Monika Littau, Ottilie Pfeiffer, Helmut Spiegel und der kürzlich im Alter von fast 97 Jahren verstorbenen Inge Methfessel immer sehr am Herzen lag. „Es ist erstaunlich, wie lebhaft die Chance wahrgenommen wird“, so der pensionierte Berufsschullehrer. Das Buch zum Jubiläum „Wie wir uns täglich umgeben“ ist u.a. für 12 € in der Stadt bei Lehmkuhl, im SCM-Shop in Bommern und bei Storchmann in Herbede erhältlich. dx

Auf den Spuren Otto Schotts

Gut, dass Wittens Stadtkämmerer die Stadtteil-Wanderung der Caritas „Auf den Spuren Otto Schotts“ verpasste – wären die Schott'schen Werke damals in Witten und nicht in Jena gegründet worden, würde heute ein gutgehendes Unternehmen mit 20.000 Beschäftigten den Steuersäckel hier füllen.

So bleibt der Geburtsstadt des „Glas-Doktors“ nur die Erinnerung, der die 25 TeilnehmerInnen an vier Punkten unter Führung der Lehrerin Annemarie Weitkamp nachgingen. „Ihre“ Realschule war natürlich auch eine Station, trägt sie (bislang noch) den Namen des 1851 in der Hauptstraße 69 geborenen späteren Chemikers, Erfinders und Unternehmers.

Das Geburtshaus, ein Fachwerkhäuschen, ging im Bombenhagel des 2. Weltkriegs unter, an der jetzigen Bebauung erinnert nichts an den „größten Sohn der Stadt“. Doch Annemarie Weitkamp gelang es mit ihren Schilderungen, einen Eindruck vom Leben der aufstrebenden Familie zu geben, in die Otto als sechstes Kind hineingeboren wurde. Vater Simon war als Glasproduzent erfolgreich und konnte bald ein eigenes Haus in der Bahnhofstr. 64 errichten lassen.

Aus seinen Memoiren geht hervor, dass Otto dort schon früh nicht nur mit einer kleinen Dampfmaschine experimentierte, sondern mit seinen Versuchen, die ein oder andere kleinere Explosion in der häuslichen Küche auslöste. Folgerichtig absolvierte der junge Mann ein Studium der Chemie und kehrte dann in seine Heimat zurück, wo er im Keller des Elternhauses seine Studien fortsetzte und die Basis für neue Glassorten mit höheren Qualitäten legte. Ein gutes Angebot von Industriellen aus Jena sicherte ihm dann dort beste Forschungsmöglichkeiten, die er auch äußerst erfolgreich unternehmerisch zu nutzen wusste.

Die vierte und letzte Station der kleinen, aber feinen Wanderung durch Wittens Stadtgeschichte war das gut gepflegte Familiengrab im Lutherpark. Auch wenn Otto Schott, der 1935 verstarb, dort nicht selbst bestattet ist, weist eine schön gestaltete Stele auf seine Leben hin. Für den Stadtkämmerer ist es zumindest tröstlich, dass nicht städtische Mitarbeiterinnen für die Pflege eingesetzt sind, sondern Kinder der Otto-Schott-Realschule sich dort um die Anlage kümmern.



Witten unter dem Top 4

256 Kommunen haben sich für den Stiftungspreis „Lebendige Stadt“ beworben, vier haben es zur Preisverleihung geschafft. Darunter ist Witten. Das Motto des Preises in diesem Jahr war „KUNST KANN ÜBERALL: Wie schaffen Städte unter Corona kulturellen Raum?“

In Witten lobt die Stiftung besonders die „Experimentierlabore“, in denen Kulturforum Witten und WERK°STADT neue Formen der Zusammenarbeit mit den Bürgerinnen und Bürgern erproben. Ungenutzte Räume und Flächen in der Stadt dienen als Labore, die nun als öffentliche Orte neu entdeckt und bespielt werden. Die Erschließung neuer Orte für kulturelle Veranstaltungen habe die Wittener Kulturszene motiviert neue Ideen und Formate zu entwickeln; das mache die Bewerbung preiswürdig, so die Stiftung. Zum mit 15.000 Euro dotierten 1. Preis hat es nicht gereicht, er ging an Gevelsberg für das Projekt „Farbe bekennen“ am Rupprechtgebäude.



Kevin Neale, Marktleiter des boni-Centers, und Richard Steinforth, Marktbereichsleiter Privatkunden der Sparkasse Witten.

Ganz einfach Geld abheben

Um ihren Service weiter auszubauen – und ihren Kunden einen weiteren Standort zur Bargeldabhebungen anzubieten, hat die Sparkasse Witten bereits vor wenigen Wochen einen weiteren Sparkassen-Geldautomaten in Betrieb genommen: Das neue Gerät befindet sich im boni-Center, Pferdebachstr. 5-9, und steht während der Öffnungszeiten zur Verfügung.

Damit unterhält die Sparkasse Witten derzeit insgesamt 29 Geldautomaten an 19 Standorten im Wittener Stadtgebiet. Bundesweit stehen den Kunden der Sparkassen-Finanzgruppe rund 23.800 Geldautomaten kostenlos zwischen Aachen und Görlitz, bzw. Flensburg und Oberstdorf zur Verfügung, an denen neben Bargeldabhebungen, dem Laden, bzw. Entladen der GeldKarte „giropay“ sowie dem Ändern der Geheimzahl „Wunsch-PIN“ auch das Auffüllen von Prepaid-Handy-Guthaben bequem und sicher möglich ist.

Richard Steinforth, Marktbereichsleiter Privatkunden bei der Sparkasse: „Ich freue mich, dass wir durch den neuen Standort im stark frequentierten boni-Center unseren Kunden ab sofort ein noch engeres Netz zur Bargeldversorgung anbieten können: Jetzt auch ganz einfach und bequem beim Einkaufen im boni-Center.“

Geldautomatenstandorte der Sparkasse

- Sparkassenhauptstelle, Ruhrstr. 45, 58452 Witten
- Geschäftsstelle Annen, Annenstr. 172, 58453 Witten
- Geschäftsstelle Bommern, Bodenborn 45, 58452 Witten
- Geschäftsstelle Heven, Friedrich-List-Str. 58, 58455 Witten
- Geschäftsstelle Herbede, Meesmannstr. 47, 58456 Witten
- Geschäftsstelle Crengeldanz, Hörder Str. 4, 58455 Witten
- Geschäftsstelle Hammertal, Im Hammertal 73, 58456 Witten
- Geschäftsstelle Rüdighausen, Kreisstr. 99a, 58454 Witten
- Geschäftsstelle Siegfriedstraße, Siegfriedstr. 1, 58453 Witten
- Geschäftsstelle Stockum, Hörder Str. 327, 58454 Witten
- SB-Standort Arthur-Imhausen-Str. 2
- Geldautomaten – verfügbar zu den jeweiligen Öffnungszeiten: boni Center, Pferdebachstr. 5-9, 58455 Witten
- Einrichtungshaus Ostermann, Fredi-Ostermann-Str. 1, Witten
- Evangelisches Krankenhaus, Pferdebachstr. 27, 58455 Witten
- Fachmarkt- u. Freizeitzentrum, Dortmund Str. 19, 58455 Witten
- Hauptbahnhof Witten, Bergerstr. 35, 58452 Witten
- Marien Hospital, Marienplatz 2, 58452 Witten
- real SB-Warenhaus, Annenstr. 125, 58453 Witten
- Stadtgalerie Witten, Hammerstr. 9-11, 58452 Witten

Den Nachmittag gemeinsam genießen!

Seniorengruppe „Vital und Aktiv plus“ lädt zu wöchentlichen Treffen ein

Auch wenn im Herbst die Tage kürzer und die Jacken länger werden, Schmuddelwetter herrscht und die Natur sich ausruht: Da geht noch was! Die dunkle Jahreszeit hält auch viele Lichtblicke bereit für alle, die nicht „einfrieren“ wollen.

Ein solcher Lichtblick möchte die Seniorengruppe „Vital und Aktiv plus“ sein, denn besonders für ältere Menschen ist die Herbst- und Winterzeit oft mit Lustlosigkeit und auch Einsamkeit verbunden. Da bietet es sich geradezu an, den persönlichen Austausch in netter Gesellschaft zu genießen.

Regelmäßige Treffen

Seit gut drei Jahren trifft sich die Gruppe jeden Samstag im Seminarraum des Evangelischen Krankenhauses von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr. Jeweils zwei ehrenamtliche Betreuerinnen des insgesamt vierköpfigen Teams gestalten zusammen mit den Teilnehmern einen schönen Nachmittag! Neben Aktivitäten wie Malen und basteln seien auch Spaziergänge, Spiele in der freien Natur wie Minigolf sehr beliebt, meint Teamleiterin Ursula Ader. Leider seien einige Angebote, wie gemeinsames Waffeln backen, zurzeit aufgrund von Co-

rona-Maßnahmen nicht oder nur eingeschränkt möglich. Nichtsdestotrotz trifft man sich, wann immer es möglich ist und das wichtigste funktioniere nach wie vor: Der persönliche Austausch und das Zusammensein.

„Die Teilnehmer erzählen gerne, was sie so alles erlebt haben während der Woche“, meint Ursula Ader. Bei Kaffee und Keksen könne das schon mal eine Stunde dauern, denn erlebt habe jeder etwas, das sich zu erzählen lohnt. In solch einer „Plauderstunde“ werde zudem über bestimmte Themen geredet. „Beim Thema Urlaub zum Beispiel konnte man einige lustige und auch sehr beeindruckende Geschichten hören“, so Ursula Ader. „Das ging vom erschwerten Rangieren mit kaputtem Rückwärtsgang beim Auto bis zum Hubschrauberrundflug in den USA.“

„Leider hören wir aber auch oft, dass das gesellschaftliche Leben für Senioren schwieriger geworden ist“, bedauert sie, daher möchten wir weitere Teilnehmer ermutigen und herzlich einladen, in die Gruppe zu kommen. „Es wäre schön, wenn noch mehr ältere Menschen einen schönen Nachmittag mit uns erleben möchten.“

Interessierte finden uns von 14.30 bis 16.30 Uhr im Evangelischen Krankenhaus, hinter der Cafeteria, Pferdebachstraße 27 in Witten. Die Teilnahme ist nur nach der 2G-Regel möglich.

Text: Gisela Ladwig

Fotos: Revital e.V.

Anmelden zum kostenlosen Schnuppern kann man sich bei: Thomas Klösters

Revital Herne e.V.

Telefon: 02323 498-2410



Information

Ins Leben gerufen wurde die Gruppe „Vital und Aktiv plus“ von ReVital e.V. Ein in Herne am 23.04.1993 gegründeter gemeinnütziger Rehabilitationssportverein. Der Verein arbeitet mit Sportvereinen, Krankenkassen und Selbsthilfegruppen zusammen. Ziel ist es, die Eigeninitiative und Selbstständigkeit Erkrankter zu fördern und zur sozialen Integration beizutragen. Die Zusammenarbeit mit dem Evangelischen Krankenhaus besteht seit der Gründung und ist stets erhalten geblieben. Mit dem Angebot von Herzsportkursen, Lungensport, Parkinson-Gruppen u.a. ist er für Krankenhäuser ein wichtiger Partner im Bereich der Nachversorgung.

zwei spannenden Vorträgen in das Wittener Ardey-Hotel. Gäste waren Samir Khayat, Geschäftsführer von IN4Climate.NRW, der zum Thema Energie aus Wasserstoff referierte, und Prof. Thomas Schlipköther, Mitglied des Vorstandes (COO) der Duisburger Hafen AG.

Entwicklung des Duisburger Hafens

In seinem Referat über die Zukunft des Wasserstoffs als Energieträger machte Samir Khayat deutlich, dass ohne diesen die Klimaziele für 2045 schwerlich zu erreichen seien. Ab 2030 erwarte er ein exponentielles Wachstum in diesem Bereich. Dabei sei Wasserstoff mehrheitlich für die Industrie, weniger für Kraftfahrzeuge interessant. „NRW und Niedersachsen bilden dabei das Rückgrat für die Versorgung“, so Khayat. Dabei sei IN4Climate.NRW ein Multiplikator, der alle Akteure zusammenführen könne. „Wenn wir nicht schnell genug sind, überholen uns die anderen“, war sein Appell, unter anderem auch an die politischen Entscheidungsträger gegen Ende seines Vortrages. Mit einer gehörigen Prise Humor würzte Prof. Thomas Schlipköther den zweiten Vortrag des Abends, in dem er über die bisherige und geplante künftige Entwicklung des Duisburger Hafens referierte. „Wir sind völlig überreguliert“, war der Tenor des Hafen-Managers mit Blick auf Planfeststellungsverfahren, Klagemöglichkeiten gegen Ausbaupläne von Nichtanliegern und dem schleppenden Ausbau von zum Beispiel Bahntrassen. Die Zukunft des Duisburger Hafens liege in internationalen Beteiligungen, die innovativ gestaltet werden müssen. Dem spannenden Vortrag folgte eine Einladung von Prof. Schlipköther nach Duisburg, der die Wittener MIT gerne folgen wird.

Energie aus Wasserstoff

MIT-Vortragsabend im Ardey-Hotel

Die Mittelstands- und Wirtschaftsvereinigung der CDU Witten lud Mitglieder und Interessierte aus Wirtschaft, Handel und Wissenschaft zu



v.l.n.r.: Samir Khayat, Jürgen Ostwald (MIT-Vorsitzender), Sybille Karger (stv. MIT-Vorsitzende), Prof. Thomas Schlipköther.

Hilfe für Äthiopien: Ahmedin Idris geehrt

Das Organisieren von medizinischen Geräten für Krankenhäuser und das Entsenden von Fachleuten für mehrwöchige Lehrtätigkeiten, das Sammeln von Spenden für den Bau von Schulen und das Finanzieren von Ausbildungen - dies sind nur einige Beispiele dafür, wie Ahmedin Idris sich dafür einsetzt, Menschen in Äthiopien zu helfen. Für sein Engagement erhielt er jetzt

das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland. „Ahmedin Idris und seine Mitarbeiter haben in über einem Jahrzehnt ein leistungsfähiges Hilfswerk aufgebaut, unterstützen insbesondere die Bewohner und das Gesundheitssystem in der nordäthiopischen Provinz Tigray. Getragen werden die Aktivitäten vom Verein Etiopia Wit-

ten, sein Initiator und Motor ist Idris“, machte Landrat Schade deutlich. Seit 1992 praktiziert er in einer eigenen Praxis in Witten-Rüdinghausen als Hausarzt und Internist. Der Verein Etiopia sammelt medizinische Geräte aus deutschen Krankenhäusern und Arztpraxen und verschifft sie nach Äthiopien. So fand beispielsweise eine komplette Intensivstation ihren Weg in das



Ahmedin Idris erhielt aus den Händen von Landrat Olaf Schade das Bundesverdienstkreuz. Foto: UvK/Ennepe-Ruhr-Kreis

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

seit 1913
Bestattungen Bohnet
Universitätsstraße 2 · 58455 Witten
Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847
Erledigung aller Formalitäten • Überführung In- und Ausland
Tag und Nacht dienstbereit • Erd-, Feuer- und Seebestattungen

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: Weihnachtsmarkt Witten, ©Stadtmarketing Witten GmbH
Herausgeber: 02302/9838980
Monika Kathagen
Wasserbank 9, 58456 Witten
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:
Monatlich, kostenlos, Haushaltsverteilung in Witten u. a. Annen, Stockum, Rüdinghausen, Herbede, Heven, Bommern und Umgebung, Innenstadt und Sonnenschein
Auflage:
Insgesamt ca. 50.000 Exemplare - Regionalausgabe Herbede, Heven, Bommern und Umgebung 20.000 Exemplare; Regionalausgabe Zentrum, Annen, Stockum, Rüdinghausen 30.000 Exemplare
Es gilt die Preisliste Nr. 6 ab Ausgabe 5/2020. Die vom Verlag gestellten 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



SELBST
ABLESEN &
GUTES TUN!

SIE LESEN AB –
WIR SPENDEN!

Natürlich.



Melden Sie Ihren Zählerstand jetzt online!

Als Dank dafür spenden die Stadtwerke Witten **50 ct je online eingegebenem Zählerstand** anteilig an **drei gemeinnützige Organisationen** aus der Region.



EINFACH EINGEBEN UNTER:

www.stadtwerke-witten.de/ablesung