

# ImageSprockhövel

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

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



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)

- ressourcenschonend und umweltfreundlich hergestellt
- emissionsarm gedruckt
- überwiegend aus Altpapier

RG4



Das Bildungszentrum in Sprockhövel ist das größte der IG Metall-Bildungszentren und eine anerkannte Einrichtung nach dem Weiterbildungsgesetz für das Land NRW (WbG).

Lesen Sie auch dazu den Text auf Seite 3. Foto: Ulf Kathagen



**Winter** Wir freuen uns auf Sie!

Dorfstraße 21, 45527 Hattingen-Holthausen  
 Öffnungszeiten: Mo - Fr: 7 - 19 Uhr, Sa: 7 - 18 Uhr  
[www.edeka-winter.de](http://www.edeka-winter.de) **Wir ♥ Lebensmittel.**



**Kaufen Sie bei uns –  
 WIR LIEFERN  
 nach Hause!**

**Bestellen Sie  
 von zu Hause –  
 WIR LIEFERN!**

**INFO: Tel. 02324 / 93 50 98**

**Wir LIEFERN Ihre  
 LEBENS-  
 MITTEL!  
 FRISCHE-  
 EXPRESS**



**Liebe Leser,**  
die Zeit rast auch in diesem Jahr ungemein. Kaum hat das Jahr gerade erst begonnen, halten Sie hiermit schon unsere März-Ausgabe in den Händen. Da wünscht man sich doch oft etwas Extra-Zeit. Zum Beispiel um morgens in Ruhe seinen ersten Kaffee genießen zu können. Zubereitet mit dem Kaffevollautomaten? Oder doch mit der Kaffemaschine? Zusammengefasstes Fachwissen zum Thema finden Sie auf Seite 9.  
Auch um das eigene Haus einmal genauer unter die Lupe zu nehmen, könnte man etwas Extra-Zeit manchmal gut gebrauchen. Ist das Dach noch sicherheitskonform gedeckt? Muss mein Teppich mal professionell gereinigt werden? Zu diesen Themen beraten wir Sie auf den Seiten 20 und 21 in unserer Rubrik „Rund ums Haus“. Wo Sie auf jeden Fall etwas extra Zeit einplanen sollten, verraten wir Ihnen dann auf Seite 22. Denn Autofahrern in Sprockhövel, Hattingen und Witten stehen Belastungsproben bevor. Viele Großprojekte im Verkehrswesen werden in den nächsten Jahren für Verkehrsbehinderungen sorgen.  
Doch genug der Wortspielereien. Der ein oder andere hat die Andeutung natürlich schon direkt herausgelesen - Denn was steht am 17. März natürlich vor der Tür? Die Sprockhöveler [EXTRA]ZEIT! Entlang der gesamten Hauptstraße bis zur Zwiebelturmkirche öffnen viele Geschäfte extra für Sie länger - und zwar zusätzlich 18 - 20 Uhr. Genießen Sie die zusätzliche Zeit mit einer kleinen Pause vom Alltag!

**Ihre Image-Redaktion**

**Image bei Facebook**  
image-witten.de/fb  
oder über die Webseite  
www.image-witten.de



Nächster Erscheinungstermin:  
**Image Montag, 4.4.2022**  
Anzeigenschluss: Freitag, 18.3.2022

## Vokalmusik-Fest findet im Sommer in der ganzen Stadt statt

### Bachpreisträger und Bariton Jens Hamann plant in Sprockhövel mit den Lions und der Stadt

Sprockhövel kann sich im Hochsommer auf ein kulturelles Highlight freuen: Das „Vokalmusik-Fest“ findet von Freitag bis Sonntag, 19. bis 21. August, an verschiedenen Orten in der ganzen Stadt statt. Bis zu zwanzig Konzerte und musikalische Veranstaltungen werden angeboten. Viele von ihnen werden kostenfrei zu besuchen sein. Auch für Kinder gibt es verschiedene Angebote.  
Ideeengeber für das Projekt ist der Sprockhöveler Bariton Jens Hamann, der mit seiner Familie in der Zwiebelturmstadt lebt. Mit Werken aus dem klassischen Repertoire, unter anderem von Bach und Haydn, gastiert der Sänger in der ganzen Welt, hat selbst im Petersdom gesungen.

Die Idee, ein Vokalmusik-Fest in seiner Heimatstadt auf die Beine zu stellen, hatte er schon lange, allerdings wurde die Ausführung von der Corona-Pandemie ausgebremst.  
„Es wird ein breitgefächertes Programm an Vokalmusik vom Schulchor bis zu international renommierten Künstlerinnen und Künstlern sowie Gruppen aus ganz Deutschland geben“, erzählt Jens Hamann. „Es wird für jeden etwas dabei sein - für alle Altersgruppen und mit unterschiedlichen musikalischen Vorlieben.“  
Neben Konzerten in drei Kirchen, finden auch viele Open-Air-Aufführungen an besonderen und außergewöhnlichen Orten statt: Zum Beispiel in einer alten Villa,



Jens Hamann plant für den August ein Vokalmusik-Fest in Sprockhövel. Foto: privat

auf einem Bauernhof, in der alten Schmiede, in privaten Gärten oder in der Destillerie & Brennerei Habel. Die Haupt-Open-Air-

Bühne wird an einem zentralen Ort in Sprockhövel aufgestellt. Unterstützt wird der Sänger in seinen Planungen von der Stadt Sprockhövel. „Bei diesem Angebot möchten wir auch viele lokale Partner involvieren“, erzählt Oliver Tollnick, Fachbereichsleiter Bürgerservice/Kultur/Sport der Stadt Sprockhövel. „Sowohl private Bürgerinnen und Bürger als auch Unternehmen, Organisationen, Vereine, Schulen und die Gastronomie.“  
Das Lionshilfswerk Herbede-Sprockhövel e.V. unterstützt die Veranstaltung als Hauptförderer mit einer großzügigen Spende. Der Musikgenuss dürfte weit über die Grenzen der Stadt hinaus für kulturinteressierte Besucher interessant sein. *anja*

## Mutige Frauen gesucht

### Mathilde Anneke-Preis wird ausgeschrieben

Der Anneke-Preis wird von den Städten Sprockhövel und Hattingen in diesem Jahr für mutige und engagierte Frauen ausgeschrieben. Für den Anneke-Preis können Einzelpersonen oder Vereine aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis vorgeschlagen werden, die sich in besonderem Maße für die Gleichstellung der Geschlechter eingesetzt und eine besondere Würdigung verdient haben. „Der Schwerpunkt des Engagements kann im bildungspolitischen, sozialen oder auch im Bereich der Integration liegen“, berichten die beiden Gleichstellungsbeauftragten Maren van Norden und Katrin Brüninghold.

**Ausschreibung Anneke-Preis 2022**

**Jetzt jemanden vorschlagen!**

Der Anneke-Preis wird von den Städten Sprockhövel und Hattingen in dem Jahr 2022 für mutige und engagierte Frauen ausgeschrieben. Preisträger\*innen können Einzelpersonen oder Vereine aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis sein, welche sich in besonderem Maße für die Gleichstellung der Geschlechter eingesetzt haben. Der Schwerpunkt des Engagements kann im bildungspolitischen, sozialen oder im Bereich der Integration liegen. Das bewegte Leben von M.F. Anneke ist den preisverleihenden Städten hier Vorbild und Vermächtnis. Der Preis ist mit einem Geldbetrag in Höhe von 1.000 Euro dotiert.

**Organisatorisches**  
Das Vorschlagsrecht haben alle Bürger\*innen des Ennepe-Ruhr-Kreises sowie die kommunalen Gleichstellungsbeauftragten. Vorschlagende Personen oder Organisationen sollten ihr Engagement im Ennepe-Ruhr-Kreis vorweisen.

Vorschläge können bis spätestens **Samstag, den 30. April 2022** schriftlich oder per Mail bei den Gleichstellungsbeauftragten der Städte Hattingen und Sprockhövel eingereicht werden.

**Einsendeschluss: Samstag, 30. April 2022**

**Der Preis ist mit einem Geldbetrag in Höhe von 1.000 Euro dotiert.**  
Nachdem der Anneke-Preis 2021 aufgrund der Coronalage verschoben werden musste, wird der Preis in diesem Jahr zum 6. Mal ausgeschrieben. Mathilde F. Anneke, eine der berühmtesten Frauenrechtlerinnen und Aktivistin gegen die Sklaverei, ist in Sprockhövel geboren und in Hattingen aufgewachsen. Ihr bewegtes Leben ist den preisverleihenden Städten Hattingen und Sprockhövel bei der Auswahl der Gewinner\*innen Vorbild und Vermächtnis. Vorschläge können bis spätestens Samstag, den 30. April 2022 schriftlich oder per Mail bei den Gleichstellungsbeauftragten Maren van Norden (Gleichstellungsstelle Stadt Sprockhövel, Rathausplatz 4, 45549 Sprockhövel, E-Mail: van-norden@sprockhoevel.de) oder Katrin Brüninghold (Gleichstellungsstelle Stadt Hattingen, Postfach 80 04 56, 45504 Hattingen, E-Mail: k.brueuninghold@hattingen.de) eingehen.  
Die Preisverleihung des Anneke-Preises findet am Sonntag, den 14. August 2022, in Sprockhövel statt. Begleitet wird die Preisverleihung von einem spannenden Rahmenprogramm am 12. und 13. August 2022.

## Silvia Busch erreichte 1. Preis

### Musikschülerin erfolgreich bei „Jugend musiziert“

Bei dem Regionalwettbewerb „Jugend musiziert“ für Akkordeon in Hagen erreichte Silvia Busch in der Altersgruppe V mit 24 Punkten einen 1. Preis mit Weiterleitung zum Landeswettbewerb. Die 16-jährige spielte ein anspruchsvolles Programm mit Werken von Johann Sebastian Bach, Jurij Schamo und Jewgeni Derbenko. Seit neun Jahren nimmt sie am Akkordeonunterricht und seit sieben Jahren am Akkordeonorchester der Musikschule Sprockhövel teil. Sie wurde von ihrer Lehrerin Olga Belyaeva auf den Wettbewerb vorbereitet. Bereits im Jahr 2016 hatte die junge Akkordeonspielerin bei „Jugend musiziert“ einen 1. Preis beim Regionalwettbewerb mit Weiterleitung zum Landeswettbewerb erhalten. Der Landeswettbewerb findet in diesem Jahr vom 18.- 22. März in Detmold statt.  
Die Bürgermeisterin Sabine Noll, der Leiter des Fachbereichs I.2 Bürgerservice, Kultur, Sport, Oliver Tollnick, sowie die Musikschulleiterin Annegret Theis gratulieren herzlich zu diesem schönen Erfolg.

## Geld für die Ortsteile

### 238.500 Euro an Fördermitteln für Haßlinghausen und Niedersprockhövel

Die Stadt erhält in diesem Jahr 238.500 Euro aus dem Landes-Förderprogramm „Zukunft. Innenstadt. Nordrhein-Westfalen.“ des Ministeriums für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung des Landes Nordrhein-Westfalen. 148.500 Euro sind dabei für das Ortszentrum Haßlinghausen vorgesehen, weitere 90.000 Euro für das Ortszentrum Niedersprockhövel.  
Bürgermeisterin Sabine Noll freut sich sehr, dass Sprockhövel beim Sofortprogramm zur Stärkung der Innenstädte und Zentren mit Fördermitteln der Landesregierung berücksichtigt worden ist: „Das ist eine tolle Nachricht für Sprockhövel. Von einer lebendigen und starken Innenstadt profitieren alle Akteurinnen und Akteure hier vor Ort – sowohl die Händlerinnen und Händler sowie die Gastronomie als auch alle Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger. Einen großen Dank möchte ich dabei an meine Kolleginnen aus der Stadtverwaltung richten, die viel Herzblut und Fleiß in ihre Arbeit gesteckt haben – dies zahlt sich jetzt aus.“  
Wirtschaftsförderin Maren Schlichtholz und Susanne Görner, Fachbereichsleitung Planen/Umwelt/Bauen/Wohnen haben die Anträge für das Förder-Landesprogramm gestellt und sind ebenfalls glücklich über die Bewilligung der Fördermittel. „Dies wird dabei helfen, die Innenstadtqualität zu verbessern, unsere Innenstädte zu beleben und die Aufenthaltsqualität und Attraktivität von Sprockhövel weiter zu steigern“, sind sich Schlichtholz und Görner einig. Anfang 2022 wird es noch einmal die Möglichkeit geben, weitere Anträge zur Qualität der Innenstädte, insbesondere zur Begrünung, zu stellen.

## Zum Titelfoto : BILDUNG IN SPROCKHÖVEL... ..eine Marke

Bereits 1971 wurde das ursprüngliche Haus von Bundespräsident Heinemann u.a. feierlich eröffnet. In 40 Jahren wurden dort weit mehr 500.000 Teilnehmer/-innen zum Seminar begrüßt. Bei laufendem Bildungsbetrieb wurde das neue Sprockhövel – unter zeitgemäßen und energieeffizienten Gesichtspunkten – geplant und erbaut. Das neue Gebäude eröffnete schließlich am 9.9. 2011 – und das alte Haus wurde abgerissen. Es ist keine Übertreibung, dass die Besucher/-innen Sprockhövel in nun mehr als 46 Jahren als Ort des gemeinsamen Lernens, des Kennenlernens und des Meinungsaustausches schätzen und lieben gelernt haben. Ihren Aufenthalt hier im Bildungszentrum werden viele als wesentlich für die eigene politische Biographie ansehen. Das soll auch in Zukunft so bleiben!

Pflege mit Gesicht:  
• freundlich  
• zuverlässig  
• gut beraten

**Simone Boecker**  
Pflege & Hilfe zu Hause

Bredenscheider Str. 139 • 45527 Hattingen

**Ihr persönlicher Pflegedienst für Hattingen und Sprockhövel**

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

**Ihr Beratungstelefon: 0 23 24 / 9 02 35 23 (24 Std. erreichbar)**

schreiben – lesen – schenken

# Storchmann

Ihr Fachgeschäft in Herbede

**Ranzenberatung mit Termin**  
**Handy-Nr. 0 15 23 737 83 30**

**Witten-Herbede: Meesmannstr. 47, ☎ 02302 9175040**  
**E-Mail: pbs@storchmann.de, www.storchmann.de**

# Mortimer

## English Club

Englisch für Kinder, Nachhilfe, Erwachsene und Senioren, Business English

Rathausplatz 22 • 45525 Hattingen • ☎ 02324 54470  
silke-koch@web.de • www.mortimer-hattingen.de

## Verteilung der Abfall-Fibel

Sollte ein Haushalt die Abfall-Fibel nicht bekommen haben oder ein Mehrbedarf an Abfall-Fibeln bestehen, wenden Sie sich bitte direkt an die AHE unter ahe@ahe.de.  
Der darin enthaltene Abfall-Entsorgungskalender enthält alle Abfuhrtermine für das Jahr 2022. Die Abfall-Fibel sowie der Abfall-Entsorgungskalender können auch über die Internetseite der Stadt Sprockhövel unter www.sprockhoevel.de eingesehen werden.

**Abfall-Fibel 2022**  
Abfall-Entsorgung in Sprockhövel  
Einschließlich Abfuhrtermine Januar 2022

**AHE**  
Abfall-Entsorgung



# Ja, er ist's! Frühling lässt sein blaues Band flattern

Am 20. März ist Äquinoktium und eine Woche später werden auch die Uhren umgestellt

Ich glaube, noch nie, wirklich noch niemals, haben wir so darauf gewartet – auf das Äquinoktium, die Tagundnachtgleiche. Und die findet am Sonntag, 20. März statt. Dann sind nämlich Tag und Nacht gleich lang und das bedeutet, der Tag feiert seinen Sieg über die Nacht und wir den lang ersehnten Frühlingsbeginn. Es mag ja sein, dass auch an diesem Tag wie an so vielen Tagen davor richtiges Mistwetter ist – aber vom Gefühl her sind wir den schönen Tagen auf einmal viel näher. Im Herbst läuft das zum Herbstanfang übrigens umgekehrt. Beide Tage – Frühlings- und Herbstanfang – haben für die Menschen schon lange eine große Bedeutung. Im Herbst wurde damit die Ernte gefeiert, im Frühling die Rückkehr der Sonne oft mit Feuer begrüßt. Aus astronomischer Sicht markieren die beiden Tage den Zeitpunkt, an dem die Sonne genau senkrecht über dem Äquator steht und deshalb sind die Tage und Nächte gleich lang. Am 20. März wendet sich die Sonne der nördlichen Erdhalbkugel zu und dann beginnt bei uns das Frühjahr. Ab diesem Zeitpunkt wandert die Sonne täglich ein Stückchen weiter am Horizont und steigt dabei höher. Ein halbes Jahr später läuft das umgekehrt.

## Ja, er ist's! Der Frühling kommt

Der Frühling begeistert uns. Mit dem Frühjahrsputz machen wir unseren persönlichen Kehraus, mit neuer Frühlingsmode putzen wir uns heraus. Das wohl bekannteste Frühlingsgedicht mit dem Titel „Er ist's“ stammt von dem deutschen Lyriker Eduard Friedrich Mörike (dem „Biedermeierdichter“ und Pfarrer) aus dem Jahre 1829:

**Frühling lässt sein blaues Band  
Wieder flattern durch die Lüfte;  
Süße, wohlbekannte Düfte  
Streifen ahnungsvoll das Land.  
Veilchen träumen schon,  
Wollen balde kommen.  
– Horch, von fern ein leiser Harfenton!  
Frühling, ja du bist's!  
Dich hab ich vernommen!**

Wenn da nicht die Frühlingsgefühle Purzelbaum schlagen, denn weiß ich auch nicht weiter. Apropos Frühlingsgefühle: Bei Helligkeit ist unser Melatoninspiegel deutlich niedriger. Die vermehrte Lichtzufuhr im Frühling sorgt für Aktivität und für die Stabilisierung des Dopamin- und Serotoninhaushaltes. Diese Hormone sorgen für Glücksgefühle, Lebensfreude und gute Laune. Doch Hormone und Licht sind nicht das Einzige, was uns in Frühlingslaune versetzt. Mit dem Wechsel der Jahreszeit liegt auch ein spezieller Duft in der Luft. Es können Märzveilchen und Hyazinthen sein, aber in die Wirklichkeit mischt sich eine weniger romantische Vorstellung. Der modrige Geruch des Moores und des Laubes beginnt durch das vermehrte Sonnenlicht im Frühling zu faulen und ist somit auch die Ursache des sonderbaren Geruchs, den wir als angenehm empfinden und mit dem Frühling verbinden.



Die meisten Tierkinder werden im Frühling geboren. Dazu gehören auch die Lämmchen. Foto: Pielorz



Ein Rapsfeld in Sprockhövel. Die Farbe gelb symbolisiert den Frühling und das Erwachen der Natur wie kaum eine andere Farbe. Foto: Pielorz

## Gelb und Grün als Frühlingsfarben

Und damit nicht genug: Mit dem Frühling verbinden wir zartes Grün und leuchtendes Gelb als DIE Farben der guten Laune. Blühende Rapsfelder versetzen uns in Entzücken. Das neue gelbe Sommerkleid tut es aber auch. Die Farbpsychologen sagen, Menschen verbinden mit Farben bestimmte Objekte und Gefühle. Gelb ist die leuchtendste aller Farben und steht für Wärme, Sonne und Licht. Sie ist die ideale Farbe gegen depressive Verstimmungen und Alltagsgrau. Sie wird mit Optimismus in Verbindung gebracht – denken Sie nur an den lachenden Smiley. Grün ist die Farbe von Natur, Harmonie und Hoffnung. Beide Farben symbolisieren für die Menschen den Frühling: mehr Licht und Sonne und die Hoffnung auf einen Neustart – nicht nur der Natur. Das Rad des Lebens dreht sich im Frühling auch bei den Tierkindern: schlüpfen, werfen und frischchen ist angesagt. Und das überall. Lämmchen, Eichhörnchen, Häschen, aber auch kleine Enten, Frischlinge und Rehkitze erblicken das Licht der Welt. Die Tage werden länger und es wird wärmer – die ideale Zeit für Tierkinder, auf die Welt zu kommen und deshalb tun sie das meistens im Frühling. Bei den Menschenkindern kann man das übrigens nicht genau festlegen. Schaut man sich verschiedene Statistiken an, so stellt man aber eines fest: die kalten Monate bilden bei der Anzahl der Geburten das Schlusslicht.

## Geburt der Tierkinder und Umstellung der Uhr

Noch etwas begleitet uns in den Frühling: die Zeitumstellung. In diesem Jahr stellen wir in der Nacht vom 26. auf den 27. März die Uhren -ja, wie genau? - richtig – eine Stunde vor von 2 auf 3 Uhr. Bereits im März 2019 hatte das EU-Parlament eigentlich für eine Abschaffung der Zeitumstellung ab dem Jahr 2021 gestimmt. Dazu kam es allerdings nicht. Man kann sich nämlich unter den 27 Mitgliedstaaten nicht einigen, welche Zeit künftig gelten soll. Will man immer eine Sommerzeit, dann würde in Deutschland die Sonne am kürzesten Tag des Jahres erst gegen 9.30 Uhr morgens aufgehen. Bei dauerhafter Winterzeit würde die Sonne am längsten Tag des Jahres schon kurz nach 20.30 Uhr untergehen. Auch nicht ideal! Die Zeitumstellung gibt es bei uns übrigens seit 1980 und wurde damals mit der Begründung eingeführt, durch die bessere Nutzung des Tageslichtes könne man Energie einsparen. Das Umweltbundesamt sagt: Nö, Fehlanzeige! Zwar wird durch die Zeitumstellung im Sommer tatsächlich abends weniger häufig das Licht angeknipst – im Frühjahr und Herbst jedoch wird in den Morgenstunden auch mehr geheizt. Das hebt sich gegenseitig auf. Übrigens: Der erste Vollmond im Frühling ist für das Osterdatum wichtig. Ostern ist immer am darauffolgenden Sonntag. In diesem Jahr findet er Samstag, 16. April, statt. Ostern fällt auf den 17. April. anja

# Erweiterte Öffnungszeiten

Christiane Mielchen sorgt für mehr Präsenz

Die Geschäftsstelle des Stadtmarketing- und Verkehrsvereins Sprockhövel kann durch die neue Mitarbeiterin Christiane Mielchen die Öffnungszeiten im Pavillon am Busbahnhof Niedersprockhövel erweitern. Die Öffnungszeiten lauten ab sofort wie folgt: Montags, mittwochs und freitags wie bisher von 9.30 Uhr bis 12.30 Uhr (Frau Scharloh) sowie dienstags und donnerstags von 15 Uhr bis 18 Uhr (Frau Mielchen).



# Umzug des Seniorenbüros

Im Bürgerhaus Niedersprockhövel, Hauptstraße 6, finden Sie jetzt, nach dem Umzug vom Rathausplatz 4, den Fachbereich Senioren und Demografie der Stadt Sprockhövel. Die neuen Räumlichkeiten sind für Bürgerinnen und Bürger barrierefrei über die Rampe am Hintereingang des Gebäudes erreichbar.

Die allgemeinen Öffnungszeiten des Seniorenbüros sind montags und dienstags sowie donnerstags und freitags in der Zeit von 8 bis 12 Uhr. Darüber hinaus können individuell telefonisch oder per E-Mail Termine außerhalb der allgemeinen Öffnungszeiten vereinbart werden. Für die Pflegeberatung wird grundsätzlich um vorherige Terminvereinbarung gebeten bei Elke Junge, Tel. 02339/917-311, E-Mail: junge@sprockhoevel.de.

# Wie kommt es zu Rückenschmerzen?

Rückenschmerzen sind selten gefährlich. Trotzdem sollten sie immer ärztlich abgeklärt werden, insbesondere wenn Kribbel- oder Lähmungserscheinungen auftreten.

In den meisten Fällen gehen die Beschwerden aber auf Verspannungen der Muskulatur zurück. Dies passiert, wenn die Muskulatur überfordert ist, hervorgerufen durch z.B. monotone Bewegungsabläufe, falsches Sitzen, nach längerer Sporttrainingspause, bei ungewohnter Bewegung oder auch körperlichen Fehlhaltungen. Psychische Faktoren wie Ärger oder Stress können ebenso zur Muskelverspannung beitragen. Hier hilft dem Patienten die Physiotherapie weiter. Der Physiotherapeut geht mit einer individuellen Behandlung auf das Beschwerdebild des einzelnen ein, um diesem zunächst den Schmerz zu nehmen und dann mit bestimmten Übungen den Patienten wieder beschwerdefrei werden zu lassen.

Meist sind hierfür einige Behandlungen notwendig und die Patienten werden auch angehalten, bestimmte Übungen zuhause durchzuführen, um beim Lindern ihrer Rückenprobleme aktiv mitzuhelfen. Bauen Sie hier auf die Fachpraxis Ihres Vertrauens!



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

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

**Jetzt attraktives Varilux Mehrbrillenangebot sichern!**

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

**Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!**

Nach Rücksprache machen wir auch **Hausbesuche!**

Hauptstr. 45 · 45549 Sprockhövel  
Telefon 02324/78164

Augenoptikermeister  
Gunnar Brandes und Pilar Quiles Porta

**Physiotherapie Vanderborcht**

**Haben Sie Rücken?**

**Dagegen können Sie etwas tun und wir helfen Ihnen - von akut bis präventiv**

Sie sind nicht alleine: Unsere Spezialisten begleiten und unterstützen Sie gerne auf dem Weg zur bestmöglichen Wiederherstellung ihrer Lebensqualität und einem schmerz- und beschwerdefreien Leben. In der Therapie dreht sich als erstes alles um eine Schmerzreduktion, damit Sie schnell eine Erleichterung verspüren. Danach geht die therapeutische Arbeit mit individuell auf Ihr Beschwerdebild abgestimmten Übungen weiter.

Das Gelernte können Sie in ihren Alltag umsetzen, damit erhalten Sie die Kontrolle über den eigenen Körper nachhaltig zurück.

Rufen Sie uns an,  
wir freuen uns auf Sie,  
Ihr Praxisteam Vanderborcht

Tel.: 02324/ 743 51  
www.vanderborcht.de  
Alte Bergstr. 2 | 45549 Sprockhövel

**Über 25 Jahre**

**Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!**

**Wir stehen für:**

- ▶ Verlässliche Einsatzzeiten
- ▶ Ausgebildete Mitarbeiter
- ▶ Ausführliche Beratung



# SPROCKHÖVELER [EXTRA]ZEIT

Wir freuen uns auf Sie!

## Fashion Store

Inhaberin: M. Obermann



## Saison-Eröffnung

Street One CECIL s.Oliver

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

**D | K**  
Zum Dorfkrug  
RESTAURANT

Wir begrüßen Sie in unserem traditionsreichen Haus!

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

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

## EXTRAZEIT zum Shoppen und Genießen auch in 2022

Städtische Wirtschaftsförderung und Stadtmarketing: Handel und Gastronomie unterstützen



Der Startschuss fiel im August 2021 in Niedersprockhövel. Bürgermeisterin Sabine Noll und Christiane Beumer von der Wirtschaftsförderung präsentierten das neue Plakat der EXTRAZEIT. Zur Premiere traf man sich auf dem Vorplatz der Sparkasse. Und im November 2021 fand in Hasslinghausen die erste AdventsZEIT statt. Fotos/Stadt Sprockhövel/Pielorz

Extra Zeit haben zum Shoppen, Bummeln und Genießen – wer möchte das nicht haben? In Niedersprockhövel fand unter dem Motto „EXTRAZEIT“ im August 2021 dazu die erste Veranstaltung der städtischen Wirtschaftsförderung und des Stadtmarketings statt. Jeden dritten Donnerstag im Monat soll auch 2022 zusätzliche Zeit mit verlängerten Öffnungszeiten der Geschäfte, einigen Marktständen entlang der Hauptstraße und auf dem Sparkassenvorplatz sowie einem kleinen Musikprogramm und kulinarischen Angeboten stattfinden. Am Donnerstag, 17. März, geht es los. Im Stadtteil Hasslinghausen wird es ebenfalls eine Extraportion Zeit geben – allerdings angedockt an die vier Jahreszeiten. Jeweils im Frühling, Sommer, Herbst und Winter soll dann an der Mittelstraße mit der Aktion Gastronomie und Einzelhandel unterstützt wer-

den. Begonnen hatte man mit der Adventszeit Ende November 2021 – leider mit ziemlich schlechtem Wetter an diesem Tag. Wenn der Frühling sein blaues Band schweben lässt, gibt es eine Neuauflage bei hoffentlich bestem Frühlingwetter. Christiane Beumer von der städtischen Wirtschaftsförderung, zuständig im Schwerpunkt Stadtmarketing und Tourismus, erklärt: „Wir haben nach den ersten drei Veranstaltungen in Niedersprockhövel eine Abfrage bei den Einzelhändlern gemacht und uns den Rückhalt geholt, mit der Veranstaltung in 2022 weiterzumachen.“

### Start am 17. März

Die Zahl der mitmachenden Akteure hatte sich von Mal zu Mal vergrößert. In Zeiten der Coronapandemie ist die Organisation immer eine Herausforderung. So

mussten wir leider Einzelhändler dahingehend eine Absage erteilen, direkt an ihrem Geschäft Sekt anzubieten. Die Gläser müssen ja immer wieder gereinigt werden und dieses Risiko wollten wir in der Pandemie vermeiden. Wenn wir die Pandemie überwunden haben, dann wird auch manches wieder möglich sein. Das gilt auch für musikalische Angebote. Es ist schwierig, Chöre coronakonform auftreten zu lassen. Aber auch hier hoffen wir in 2022 auf Besserung.“ Mit der Veranstaltung liegt Christiane Beumer noch etwas anderes am Herzen. „Wir haben schon im letzten Jahr damit gestartet, Händler von Hasslinghausen für die EXTRAZEIT in Niedersprockhövel zu gewinnen und umgekehrt die Niedersprockhöveler für die EXTRAZEIT nach Hasslinghausen zu holen. Wir glauben, das Format kann helfen, auch zu einem Aus-

tausch zwischen den Stadtteilen zu kommen. Immerhin sind wir doch eine Stadt.“ Akteure, die mitmachen wollen, gäbe es genug. So unterstützt auch die städtische Musikschule die Veranstaltungsreihe. „Alle stehen in den Startlöchern und sind froh, wenn es wieder losgehen kann“, so Beumer, die die Veranstaltungsreihe gemeinsam mit Maren Schlichtholz plant. Als Ansprechpartnerin für alle Themen rund ums Stadtmarketing ist Christiane Beumer seit Mai 2021 bei der städtischen Wirtschaftsförderung dabei und will das Stadtmarketing und den Tourismus gemeinsam mit dem Stadtmarketing- und Verkehrsverein vorantreiben. Bei Fragen oder Anregungen können sich Interessierte unter Tel. 02339/917436 oder beumer@sprockhoevel.de direkt an sie wenden.

Entlang der gesamten Hauptstraße bis zur Zwiebelturmkirche  
**Donnerstag,**  
von 18.00 bis 20.00 Uhr

[EXTRA] Shopping

# 17. März



### Kommentar: Beruf und Ehrenamt

Mit Christiane Beumer hat sich die Wirtschaftsförderung der Stadt Sprockhövel neu aufgestellt. Neben den Kernaufgaben der Wirtschaftsförderung, die von Maren Schlichtholz umgesetzt werden, soll Christiane Beumer mit ihren Erfahrungen als Marketingverantwortliche für ein großes Autohaus in Sprockhövel vor allem die Vermarktung der Stadt nach außen und innen vorantreiben. Sie tut dies hauptamtlich und kann dabei auch noch auf die überwiegend ehrenamtlichen Kräfte im Stadtmarketing- und Verkehrsverein zurückgreifen. Zwei ehrenamtliche Werbegemeinschaften, der ehrenamtlich geführte Stadtmarketingverein sowie die hauptberuflichen Akteure bei der Stadt Sprockhövel – sie alle haben das Ziel, Sprockhövel besser darzustellen und die Identität als EINE Stadt zu fördern. Aber: manchmal verderben zu viele Köche den Brei und bei so vielen Organisationen muss auch das Zwischenmenschliche stimmen. Eine Herausforderung für 2022.

Dr. Anja Pielorz

Mode pro te  
DAMEN UND HERREN

Hauptstraße 31 | 45549 Sprockhövel | ☎ 02324 9027229  
www.mode-pro-te.de

MEYER seidensticker Deaigual N.Z.A. Reset  
ESQUALO Blusen ETERNA

Ich wünsche meinen Kunden eine schöne Extrazeit!

Modestudio  
Silke Mikoleit

Hauptstraße 57 · 45549 Sprockhövel · ☎ 02324 71207  
Mo. – Fr. 9.30 – 18.30 Uhr · Sa. 9.30 – 13.00 Uhr

Kosmetik-Vitrine

Kosmetiksalon und Boutique

Antje Zobel

Hauptstr. 45, 45549 Sprockhövel, Tel. 02324 78284



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

Wir nehmen uns [EXTRA]ZEIT für Sie!



HILDEGARD BRAUKMANN

DECLARE



ARTDECO

In Kooperation mit:



Stadtmarketing- und Verkehrsverein für Sprockhövel e.V.



Stadt SPROCKHÖVEL





Blick in eines der größeren Einzelzimmer. von 40 Zimmern besteht Zugang zu einem Balkon, neben den 54 Einzelzimmern gibt es noch 13 Doppelzimmer.



Die renovierten oder neu errichteten Bewohnerzimmer im Matthias-Claudius-Haus wirken hell und freundlich. Christa Fernholz fühlt sich gleich wohl.

## Matthias-Claudius-Haus erstrahlt im neuen Glanz

„Die umfassende Baumaßnahme im Matthias-Claudius-Haus in Niedersprockhövel ist weitestgehend abgeschlossen. Nur noch wenige Arbeiten werden gerade durchgeführt, dann sind wir fertig“, freut sich Einrichtungsleiterin Andrea Flessa vom Matthias-Claudius-Haus in Sprockhövel.

Nach über 4-jähriger Bauphase stehen der Bewohnerschaft nun neu errichtete oder kernsanierte Zimmer – insgesamt sind es 54 Einzelzimmer und 13 Doppelzimmer – zur Verfügung. Somit bleiben die bisherigen 80 Plätze erhalten.

### Neue Räume zum Wohlfühlen

Alle Bewohnerzimmer haben ein eigenes Badezimmer mit Dusche, von 40 Zimmern aus besteht Zugang zu einem Balkon. Lange war der Unterschied zwischen den schon sanierten Gebäudeteilen und dem „Altbau“ deutlich zu erkennen, aber nun sind alle Bewohnerzimmer, Flure, Aufenthalts- und Gemeinschaftsräume hell und freundlich gestaltet. Auch die Küche wurde kernsaniert und mit

neuesten Geräten ausgestattet. In Kürze wird hier begonnen, für das Matthias-Claudius-Haus und das Haus am Quell zu kochen. Im Erdgeschoß des neuen Anbaus wurde im Mai 2019 eine Tagespflege für 12 Tagesgäste eröffnet, die das Angebot für pflegebedürftige Senior\*innen am Perthes-Ring abrundet. Natürlich bedeutet die Sanierung auch für die Mitarbeitenden des Hauses eine wesentliche Verbesserung des Arbeitsumfeldes.

### Harte Zeit während Umbau und Pandemie

Die Baumaßnahme bedeutete für die Bewohnerschaft und alle Mitarbeitenden eine große Belastung. Besonders in den beiden Jahren der Pandemie war der Aufwand, unter den Bedingungen der Bauarbeiten alle Hygienemaßnahmen umzusetzen, riesig. Doch Bewohnerschaft, Angehörige und Mitarbeitende bewiesen großartigen Zusammenhalt, verbunden mit sehr viel Pragmatismus, Disziplin und Verständnis. Das Ergebnis: ein „neues“ Haus und keine Corona-Infektion in der

Bewohnerschaft. „Das gesamte Haus wirkt neu und einladend. Für die Bewohnerschaft war es immer ein kleines Fest, als ein Bauabschnitt abgeschlossen war und neue Zimmer bezogen werden konnten. Diese Feste haben wir zwischendurch gefeiert“, erinnert sich Andrea Flessa auch an die schöneren Momente der Baumaßnahme.

### Glaskunstopjekt soll für Augenschmaus sorgen

Zurzeit wird das Außengelände auf Vordermann gebracht. Neue Terrassen entstehen und Sitzcken laden zum gemütlichen Verweilen ein.

Da die Baugerüste und Bagger verschwunden sind, kann in diesem Sommer auch der Platz um den Brunnen wieder richtig genutzt werden. „Für die kleine Grünanlage am Brunnen ist geplant, diese im Frühjahr mit einem Glaskunstopjekt des ortsansässigen Glaskünstlers Udo Unterierer auszustatten. Unser sehr aktiver Förderkreis des Hauses ermöglicht uns diesen Augenschmaus.“ dx



Die Aufenthalts- und Gemeinschaftsräume sind nun hell und freundlich gestaltet.



Über die neue Arbeitsumgebung freut sich Luise Schneider von der Wohnbereichsleitung.



Wohnbereichsleitung Martina Hausmann im Dienstzimmer für Medikamente.

# Wenn's um Kaffee geht

Lucas Kemna Ihr Kaffeehändler  
Kompromissloser Kaffeegenuss



**Lulus Coffee Factory**  
Ihr Kaffeehändler in Sprockhövel

Hauptstraße 42 • 45549 Sprockhövel  
☎ 02324 3443707 • [www.luluscoffeefactory.de](http://www.luluscoffeefactory.de)  
Öffnungszeiten: Montag - Samstag 10 - 18 Uhr, Sonntag 13 - 18 Uhr



**Lulus Coffee Service** [www.luluscoffeeservice.de](http://www.luluscoffeeservice.de)

**Wir sind umgezogen!**  
Neue Adresse:  
Hauptstraße 42  
45549 Sprockhövel

Reparieren Anrufen Einkaufen

## Wie trinken Sie Kaffee? Kaffeefullautomat oder Filter?

Auch die Nachhaltigkeit spielt heute bei dem koffeinhaltigen Wachmacher eine große Rolle

Erst einmal eine Tasse Kaffee... Für viele Menschen ist es DAS Ritual zum Wachwerden. Auf jeden Fall ist es auch eine Genussfrage. Längst sind allerdings die Zeiten vorbei, in denen Oma mit einem Porzellanfilter den Kaffee aufbrühte und der Kaffeepriest, der Rest der gemahlene Kaffeebohnen, am Boden zurückblieb. Im Orient oft mitgetrunken, bei Wahrsagern beliebt für den Blick in die Zukunft und in Japan als Gesichtspeeling genutzt, ist selbst der Kaffeesatz eine Wissenschaft für sich. Umso mehr stellt sich die Frage, mit was der Kaffee heute zubereitet wird. Von Hightechmaschine über die schlichte Filtermaschine bis hin zum Handfilter gibt es nichts, was es nicht gibt. Ein Überblick.

### Der Kaffeefullautomat

Wasser und Kaffeebohnen kommen zusammen, raus kommt Kaffee. So einfach ist das nicht. Der Wassertank beispielsweise sollte ausreichend groß sein, damit das lästige Nachfüllen nicht zur Dauerbeschäftigung wird. Außerdem muss er bequem abnehmbar sein. Nicht uninteressant ist auch ein Wasserfilter, der Kalk aus dem Leitungswasser

filtert. Kalk ist schädlich für den Automaten, weil er sich in seinen Leitungen ablagert und diese mit der Zeit verengt. Herzstück der Maschine ist aber das Mahlwerk. Denn während herkömmliche Filtermaschinen mit gemahlene Kaffee befüllt werden, geht es hier um Kaffeebohnen, die frisch gemahlen werden. Ein Scheiben- oder ein Kegelmahlwerk, entweder aus Stahl oder aus Keramik, zerkleinert die Bohnen. Und einstellen kann man das auch.

Im Kaffeebohnenfach lagern die Bohnen. Es gibt aber auch Automaten mit Kaffeepads oder Kapseln. Hier stellt sich allerdings die Frage nach der Nachhaltigkeit. Größe und Verschlussmechanik des Kaffeefaches sind wichtig. Noch wichtiger ist die Qualität der Kaffeebohnen. Viele Menschen achten mittlerweile auf nachhaltig angebaute Kaffee. Faire Preise für die Kaffeebauern, eine gute Qualität der Kaffeebohnen garantieren dann höchsten Kaffeegenuss. Ein Aromasicherungssystem hält die Kaffeebohnen im Automaten länger frisch.

Während man früher die Milch per Hand und nach Belieben in den Kaffeebecher schüttete, gibt es bei den Automaten ein Milchschaum-System. Auf Knopfdruck kann jede Kaffeevariante hergestellt werden - von Latte Macchiato über Cappuccino bis hin zu Café Crema oder einfach nur Milchkaffee. Die Milchschaumdüse ist dafür verantwortlich. Und jetzt wird es richtig kompliziert. Es kommt auf die richtige Reihenfolge mit der richtigen

Schaumbildung an. Beim Latte Macchiato beispielsweise liegt der Kaffee zwischen zwei Ebenen von Milchschaum und die anderen Varianten ersparen wir uns jetzt. Dafür gibt es ja Experten und den Kaffeefullautomaten.

Die Kontaktzeit zwischen Kaffeewasser und Kaffeepulver, der verstellbare Kaffeeauslauf, die Energieeffizienz, Design, Bedienungsfreundlichkeit - wer einen Kaffeefullautomaten erwerben will, muss sich beraten lassen.

### Die Kaffeemaschine

Darunter versteht man in der Regel Filterkaffeemaschinen, bei denen Filterkaffee und Wasser per Hand eingefüllt werden. Unten raus kommt Kaffee und fertig. Nix ist es mit verschiedenen Getränken, wenn der eine Espresso, der nächste Latte Macchiato und der dritte Milchkaffee will. Es gibt Kaffee- und klar, per Hand gibt man Milch dazu. Oder man nutzt mittlerweile einen separaten Milchaufschäumer.

Das größte Problem der preiswerten „Volks-Kaffeemaschine“ ist der Geschmack. Das sagen jedenfalls Kaffeekenner. Klar, bei den Kaffeemaschinen gibt es natürlich Unterschiede. Aber für echte Kaffeegenießer ist das oft Plörre, was da aus der Maschine kommt. Wussten Sie übrigens, dass die erste Filterkaffeemaschine in den 50er Jahren von einem Deutschen erfunden wurde und Wigomat hieß? Der Unternehmer Gottlob Widmann hatte sie erfunden und Retro-Fans haben sie bis heute. Na ja, danach fluteten preiswerte Kaffeemaschinen den Markt.

Prinzip einfach: Wasser in den Frischwasserbehälter, das fließt über ein Rohr am Heizelement vorbei und wird auf Brühtemperatur gebracht. Über den Auslauf gelangt das erhitzte Wasser in ein Filterelement, läuft über das Kaffeemehl im Papierfilter



Die gute alte Kaffeemaschine. Aber macht sie auch guten Kaffee?

und brüht den Kaffee. Der fließt tröpfchenweise in die Kaffeekanne - fertig. Und wenn er nicht schmeckt? Vielleicht hat der Mensch den Papierfilter nicht heiß durchgespült, um seinen Eigengeruch zu entfernen? Oder das Verhältnis von Wasser und Kaffeemehl stimmt nicht - es gibt viele Fehler, die man machen kann. Schon mal was von der Blooming-Phase gehört? Der Automat berücksichtigt das, bei der Filtermaschine ist Handarbeit angesagt. Einschalten und einen Wassertröpfchen geflossen sind und den Kaffeesatz bedecken. Ausschalten und den Kaffee aufblühen lassen! Nach etwa 30 Sekunden wieder anstellen und das Restwasser einfach über den Kaffee laufen lassen. Experten raten übrigens dazu, qualitativ tolle Kaffeebohnen und eine günstige Filtermaschine zu kaufen und nicht umgekehrt! Ach ja, Handfiltern geht natürlich auch! Damit das Ergebnis Kaffeegenuss und keine Plörre ist, wird Equipment und Training vorausgesetzt. Deshalb gibt es ja eine Barista-Ausbildung. anja



Siebträgermaschinen (hier im Retro-Design) werden händisch bedient und oft für espresso genutzt. Der Kaffeefullautomat reagiert auf Knopfdruck. Fotos (4): Pielorz





## Achsen-, Dreh- und Verschiebungssymmetrie Projekttag der 5d im Schülerlabor der Ruhr-Universität Bochum

Am Mittwoch, dem 19.1.2022, war die Klasse 5d im Schülerlabor der Ruhr-Universität Bochum. Im Rahmen eines Inklusions-Projekttag zu Symmetrien im Mathematikunterricht haben die Kinder unter der Anleitung von Student\*innen des Fachbereiches Didaktik der Mathematik bei Frau Prof. Rolka die Achsen-, Dreh- und Verschiebungssymmetrie kennen gelernt. In Gruppen zu fünf oder zu sechst wurden Aufgaben bearbeitet, es wurde geschrieben, gezeichnet und es wurden iPads genutzt. Emely: „Es war toll, mit den Tablets gearbeitet zu haben.“ Das Besondere war, dass in den Tischgruppen sowohl mathematisch stärkere Schüler\*innen als auch z.B. Kinder mit Förderbedarf gemeinsam gearbeitet haben und sich austauschen konnten. Dazu hatten die Student\*innen dieselben Aufgaben auf drei Schwierigkeitsniveaus differenziert, sodass jeder mit seinem eigenen Heft arbeiten konnte. Merle: „Die Hefte mit den Aufgaben waren toll, die Studenten haben immer geholfen, wenn wir Fragen gehabt haben.“ Abschließend konnte das neu gelernte Wissen direkt angewendet werden, indem sich alle Kinder einen eigenen „Symmetrie-Pokal“ gebastelt haben, den sie dann auch mit nach Hause nehmen durften. Es war ein sehr gelungener Tag, der viel Spaß gemacht hat. Luis: „Es war spannend, die Uni kennen zu lernen!“



## Stadt sucht Betreiber für Café

Für ein Ladenlokal in prominenter Lage und mit attraktiver Außenfläche an der Mittelstraße in Hasslinghausen wird ein Café-Betrieb gesucht. Abgerissen ist es bereits – das Haus an der Mittelstraße 20 in Hasslinghausen – in welchem ehemals die Parfümerie Weiss ihre Kundinnen und Kunden mit hochwertigen Drogerieartikeln versorgte. Nun entsteht ein neues Gebäude mit neuer Nutzung: Im Rahmen des Integrierten Handlungskonzeptes für Hasslinghausen soll hier ein Platz mit hoher Aufenthaltsqualität und ein Wohnhaus mit einem Ladenlokal im Erdgeschoss errichtet werden. Für dieses neu entstehende Ladenlokal sucht der Eigentümer noch nach einer passenden Gastronomie, am besten ein Cafébetrieb, welcher den Vorplatz als Außengastronomie nutzt und damit die Mittelstraße belebt. Profitieren sollen hiervon auch die anderen Geschäfte entlang der Mittelstraße, könnte so doch der Publikumsverkehr entlang der gesamten Mittelstraße durch die erhöhte Aufenthaltsqualität verstärkt werden. Sie wollten schon immer ein Café oder anderen Gastronomiebetrieb eröffnen, oder suchen nach einem zusätzlichen Standort für Ihr bestehendes Geschäft? Profitieren Sie von einem nagelneuen Ladenlokal in attraktiver Lage in Hasslinghausen und melden sich bei der Wirtschaftsförderung der Stadt Sprockhövel, Tel.: 02339 917 347 oder schlichtholz@sprockhoevel.de. Der Kontakt zum Eigentümer kann dann über die Wirtschaftsförderung hergestellt werden.

## AEM – Alles einfach melden In Sprockhövel geht das ab sofort ganz einfach

Die Stadt Sprockhövel hat einen neuen Mängelmelder. In nur wenigen Schritten können Bürgerinnen und Bürger Mängel und Anregungen melden: Sie starten die AEM App und schießen ein Foto vom Mangel – hierbei kann es sich beispielsweise um eine kaputte Straßenlaterne, eine defekte Straße oder einen verschmutzten Spielplatz handeln. Insgesamt sind Meldungen aus 14 verschiedenen Kategorien möglich. Anschließend wird in der App der Standort und die Ereignisart ausgewählt und eine kurze Beschreibung des Mangels abgegeben. Zum Schluss werden Kontaktdaten eingefügt und die Datenschutzerklärung bestätigt und schon ist die Mängelmeldung abgeschickt. Bürgerinnen und Bürger erhalten zeitnah eine Rückmeldung und können zudem jederzeit den aktuellen Status der Meldung einsehen. Die gemeldeten Mängel gehen je nach Kategorie direkt bei den

jeweiligen Fachbereichen ein – es erfolgt eine automatische Weiterleitung, um einen Zeitverzug zu vermeiden. Bereits gemeldete Mängel sind zudem jederzeit für alle Bürgerinnen und Bürger ersichtlich, sodass Mehrfachmeldungen verhindert werden können. „Bei dieser Lösung haben wir besonders auf Benutzerfreundlichkeit und einen optimierten Prozess geachtet“, so Digitalisierungsbeauftragter Carsten Galbring. Für Bürgerinnen und Bürger, die kein Smartphone besitzen oder die App nicht nutzen möchten, ist ebenfalls eine Nutzung über einen regulären Internetbrowser möglich. Auf der Startseite der Stadt Sprockhövel gelangt man zum entsprechenden Link. Der Mängelmelder „AEM“ (auch: „alles einfach melden“) freut sich nun endlich in Betrieb zu gehen und fleißig mit Meldungen aus der Bürgerschaft gefüttert zu werden.



Nächster Erscheinungstermin:  
**Montag, 4.4.2022**  
Anzeigenschluss: Freitag, 18.3.2022

Image

**REWE**  
Lenk  
Besser einkaufen. Seit 1963.

**KOSTENLOS!**

Gegen Vorlage dieses Coupons erhalten Sie in unserem Markt

eine Flasche\* Stauder  
Helles Bierchen 0,33l

Einzulösen bis 12. März 2022.

Süffig,  
vollmundig,  
ehrlich!



**Stauder**  
Ehrlich wie das Ruhrgebiet.  
\* Pro Person wird ein Gutschein eingelöst. Nur solange der Vorrat reicht. Das Pfand ist zu entrichten.

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel

Qualität ist unser Prinzip

## Wahlhelferinnen u. -helfer gesucht

Für die Landtagswahl am 15. Mai 2022 sucht die Stadt Sprockhövel freiwillige Wahlhelferinnen und Wahlhelfer, die bereit sind, bei der Durchführung der Wahl und bei der Auszählung der Stimmen mitzuhelfen. Es werden daher in den 20 Stimmbezirken – plus acht Briefwahlbezirke – noch rund 60 Wahlhelferinnen und -helfer benötigt.

### Warum sollte ich Wahlhelferin oder Wahlhelfer werden?

Zur Durchführung von Wahlen sind Wahlhelferinnen und Wahlhelfer unerlässlich. Wahlen sind die Grundlage der Demokratie. Sie lebt von dem ehrenamtlichen Engagement und der aktiven Teilnahme der Bürgerinnen und Bürger. Als Wahlhelferin oder Wahlhelfer erlebt man Demokratie hautnah mit. Die Hilfe am Wahltag in den einzelnen Lokalen und bei der Briefwahl ist Voraussetzung für einen reibungslosen Ablauf der Wahl. Die Tätigkeit ist ehrenamtlich – wer mitmacht, erhält am jeweiligen Wahltermin eine Aufwandsentschädigung in Höhe von 35,00 Euro (für Wahlvorsteherinnen und -steher 50,00 Euro).

### Wie ist der Ablauf? Wo kann ich mich melden?

Der Einsatz im Wahllokal beginnt am Wahltag um 7.30 Uhr. Die Wahlzeit dauert von 8.00 bis 18.00 Uhr, anschließend werden die Stimmen ausgezählt. Wahlhelferinnen und Wahlhelfer bei der Briefwahl beginnen ihren Einsatz gegen Mittag, da dann die Wahlbriefe vorgeprüft werden. Besondere Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Alle Interessenten werden gebeten, sich möglichst schnell an das Wahlbüro der Stadt Sprockhövel zu wenden. Anmeldungen bitte über die Homepage der Stadt Sprockhövel ([www.sprockhoevel.de](http://www.sprockhoevel.de)), das Serviceportal oder an

## Machen Sie den Winter zum Sommer!

Aktiv gegen den „Winterblues“ mit ätherischen Ölen der Firma Taoasis!



### Licht am Ende des Tunnels

**Kokosfett oder Avocadoöl** 10,0g  
**Grapefruit** 2 Tropfen  
**Vanille** 2 Tropfen  
**Zitronenmyrte** 1 Tropfen

Nach dem Duschen die feuchte Haut einölen oder zwischendurch mehrmals täglich auf die Handgelenke reiben.

### Paradiesische Düfte

**Grapefruit** 3 Tropfen  
**Rosengeranie** 1 Tropfen  
**Muskatellersalbei** 1 Tropfen

Alle Zutaten vermischen, auf einen Duftstein oder ein Papiertaschen-

Der Mensch, seit Urzeiten ein „Nasentier“, wird heute noch stark von Gerüchen beeinflusst. Angenehme Düfte, welche an schöne Erlebnisse erinnern, können die Stimmung deutlich anheben. Hier zwei Rezepte zum Ausprobieren:

tuch geben und tief einatmen. Schon das Schnuppern an reinem Grapefruitöl kann die Welt rosiger aussehen lassen.

Quelle: Aromatherapie für Sie von E. Zimmermann

Wenn Sie mehr zu diesem Thema wissen möchten, dann besuchen Sie uns in der Glückauf-Apotheke.

Die ätherischen Öle der Firma Taoasis sind hier erhältlich.

**GLÜCKAUF APOTHEKE**

**Aktiv gegen den Winterblues mit ätherischen Ölen der Firma Taoasis!**

Wir beraten Sie gerne.

Malte Kehrman

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



Foto: Bigstock



# Förster Thomas Jansen: „Die Fällungen sind erst der Anfang“

Die meisten Buchenwälder sind nicht mehr zu retten - Grund ist unter anderem die Trockenheit



Überall liegen abgeholzte Buchen in den Wäldern wie hier in Sprockhövel in der Hohen Egge. Die Bäume wurden durch die Trockenheit zerstört.

Im Ennepe-Ruhr-Kreis brummt die Kreissäge überall. Stapelweise liegen große Buchenbaumstämme und warten nach der Fällung auf ihren Weitertransport. Ganze Waldgebiete werden abgeholzt. Aber warum? Einer, der es wissen muss, ist Revierförster Thomas Jansen, der seit mehr als zwanzig Jahren in den heimischen Wäldern unterwegs ist. Er weiß es auch und die Antwort ist erschreckend: „Diese Altbuchenbestände sind nicht mehr zu retten. Die Trockenheit der letzten Jahre, aber auch Krankheiten, haben zu ihrem Absterben geführt. Es gibt kaum noch fünf Bäume nebeneinander, die gesund sind. Diese Fällungen sind erst der Anfang. Wir werden in den nächsten Jahren dramatische Ergebnisse sehen.“

Die meisten Waldflächen sind in Privatbesitz. Durch viele Wälder führen Wanderwege. Und hier beginnt ein weiteres Problem. Die Bäume werden fortschreitend instabil. Das Risiko, irgendwann einen Spaziergänger oder gar ein Kind zu treffen, welches in den Ästen der alten



Bereit zum Abtransport: Wenn ein Waldbesitzer nach dem Abholzen in den nächsten zwei Jahren wieder aufforsten muss, so fordert es das Landesforstgesetz, sind hohe Kosten zu bewältigen. Fotos: Pielorz

Buche ein Baumhaus gebaut hat, wird immer größer. „Ich bin jedem Waldbesitzer dankbar, der seinen Privatbesitz durchforsten lässt. Doch was wollen Sie machen, wenn der Wald bereits krank ist und stirbt? Sie haben keine andere Wahl, als ihn abzuholzen“, so Förster Jansen.

Gewiss, es gibt das Landesforstgesetz. Es begrenzt die zusammenhängenden Flächen, bei denen der Kahlschlag stattfinden darf und es macht auch die Auflage, innerhalb von zwei Jahren aufzuforsten. Ob der Waldbesitzer selbst anpflanzt oder wartet, dass einzelne verschont gebliebene Bäume einen sogenannten Stockausschlag bilden, spielt dabei keine Rolle. Aber: „In einem Buchenwald wächst nix außer Ilex. Diese Stechpalme muss entfernt werden, wenn ich einen klimangepassten neuen Wald entstehen lassen will. Wir werden in den nächsten Jahren dramatische Veränderungen erleben. Wer sich aktiv um seinen Buchenwald kümmern will, der muss die Buche entfernen. Manchmal haben wir in diesen Wäldern noch Eicheninseln, die mehr Chancen haben, die Klimaveränderungen zu überstehen. Das nächste Problem bei der Aufforstung folgt auf dem Fuße: Der Baumschulmarkt ist leer. Man muss also zunächst einmal passende junge Bäume finden und wenn man sie gefunden und die Bäumchen gepflanzt hat, dann muss man sie schützen. Beispielsweise durch einen Zaun und das wiederum kostet Geld. Trotz einiger Zuschüsse muss der Waldbesitzer viel Geld in die Hand nehmen, wenn er seinen Besitz für die Zukunft fit machen will.“

## Die Menschen lieben den Wald

Die Dramatik der Buchenwälder sei für Außenstehende oft nicht auf den ersten Blick erkennbar. „Die Menschen lieben den Wald. Sie empfinden jeden Eingriff als störend und wenn der Baum ausschlägt und er grün wird, dann ist er aus Sicht vieler Menschen eben gesund. Das ist er aber eben nicht. Ich habe viele Gespräche mit Waldbesitzern und Anwohnern geführt und erklärt, was hier gerade in den Wäldern passiert. Ich habe das Thema auch in Umweltausschüssen der Kommunen vorgetragen und nach dem Vortrag konnte man eine Stecknadel fallen hören. Wir werden unsere Buchenwälder schlicht nicht erhalten können. Sie sterben und das tun sie schon seit Jahren.“

Man habe allein in Hattingen und Sprockhövel rund 1000 Hektar buchendominierten Altwald. „Da kann man sich das Ausmaß doch vorstellen. Das Ergebnis wird so schlimm werden, wie Kyrill und Borkenkäfer zusammen“, sagt der Förster. Dem Gedanken, zunächst nur die schlimmsten Bäume abzuholzen in der Hoffnung, die weniger schlimm betroffenen Riesen würden vielleicht doch überleben, erteilt der Förster eine klare Absage. „Das funktioniert bei der Buche nicht. Das geht bei ganz jungen Bäumen, aber bei Altbäumen, die auf einmal ohne Nachbarn, aber dafür mit ihrem Stamm in der Sonne stehen, wird es nichts nützen. Der Baum hat zunehmenden Stress und wird nicht überleben. Wir stehen erst am Anfang eines großen Problems. Bis ein abgeholzter Wald wieder aufgeforstet ist, das dauert seine Zeit.“

Für die heimische Buche jedenfalls kommt jede Hilfe zu spät. anja

# Versicherungen bieten unterschiedliche Leistungen



## Physiotherapie wichtiger Faktor bei Prävention und Rehabilitation

In Deutschland arbeiten rund 183.000 Physiotherapeut\*innen für die Gesundheit der Menschen. [1] Und das aus gutem Grund, denn etwa jeder fünfte Bundesbürger\*in muss im Laufe eines Jahres die Physiotherapie in Anspruch nehmen.[1] Ob Orthopädie oder Neurologie, chronische Rückenschmerzen oder Sportverletzungen – die „heilenden Hände“ können selbst bei der Rehabilitation einer überstandenen COVID-19-Erkrankung helfen. Um die Arbeit der Physiotherapeut\*innen in den Fokus der Öffentlichkeit zu rücken und ein Bewusstsein für ihren Beitrag zur globalen Gesundheit zu schaffen, untersucht der digitale Versicherungsmanager CLARK die Leistungsunterschiede der privaten und gesetzlichen Krankenversicherungen in der physiotherapeutischen Behandlung und erklärt, worauf bei einem Wechsel in die private Krankenversicherung hier zu achten ist.

## Physiotherapie: So viel mehr als Krankengymnastik

Neben der klassischen Physiotherapie zur Behandlung und Rehabilitation bei Verletzungen, Unfällen oder Krankheiten, zeigt sich die Bedeutung des Berufsfeldes vor allem in der Prävention. So lassen sich durch physiotherapeutische Behandlungen Volkskrankheiten wie Rückenschmerzen frühzeitig verhindern. Mit ihren präventiven Angeboten leistet die Physiotherapie einen wichtigen Beitrag zur Kostenreduktion im Gesundheitswesen. Doch inwiefern unterscheiden sich in Sachen Physiotherapie die Leistungen zwischen gesetzlichen und privaten Krankenkassen?

## Große Unterschiede in der physiotherapeutischen Versorgung

Sowohl beim Präventionsangebot als auch bei der tatsächlichen Therapie und Rehabilitation weichen die Angebote der gesetzlichen Krankenkasse stark von denen der privaten Kassen ab: Während die gesetzliche Versicherung im Rahmen der Physiotherapie feste Behandlungszeiten vorgibt (15 bis 20 Minuten pro Sitzung), richten sich die privaten Krankenkassen meist an die von den Therapeut\*innen empfohlenen Behandlungszeiten. Auch bei den Therapieformen gibt es Unterschiede: Privatpatient\*innen können aus verschiedenen Therapieleistungen wählen und diese kombinieren. Gesetzlich Versicherte sind hingegen an die Leistungen des Heilmittelkatalogs gebunden. Auch die Menge der Behandlungen ist bei der gesetzlichen Krankenversicherung auf eine bestimmte Anzahl an Sitzungen festgelegt (wie beispielsweise sechs Sitzung nach einer Knieverletzung). Bei Privatversicherten fällt der Umfang der physiotherapeutischen Verordnung von vornherein meist größer aus.

## „Privatversicherte sollten sich stets vorab erkundigen“

Doch erstattet die private Krankenversicherung wirklich alle Kosten? Die Leistung der Physiotherapie fällt in der Regel unter die Heilverfahren. Hier kann die Kostenübernahme bei der PKV je nach Anbieter und Tarif zwischen 70 und 100 Prozent liegen. „Es ist daher ratsam, bevor eine physiotherapeutische Behandlung begonnen wird, Rücksprache mit der privaten Krankenversicherung zu halten, wie es um die Erstattung der Kosten steht und ob diese an mögliche Bedingungen geknüpft

Wohlfühlen inmitten der Natur.

**Mitarbeiter (m/w/d) gesucht!**

Dipl.-Ök. Marion Siegel  
45549 Sprockhövel • Tel.: 0 23 39 / 13 80 00 • Fax: 92 49 89 8

Therapiezentrum Hermessiepen • Hermessiepen 5  
Individuelle Terminabsprache zwischen 8 und 18 Uhr

### Unsere Leistungen:

- Krankengymnastik • Krankengymnastik auf neurophysiologischer Praxis • Bobath für Säuglinge/Kinder und Erwachsene • Postoperative Nachbehandlung
- Massage/Bindegewebsmassage • Manuelle Lymphdrainage, auch in Verbindung mit Tiefen-Oszillation und als Krebsnachbehandlung • Manuelle Therapie auch nach dem Mulligan-Konzept • Eis- und Wärmeanwendung
- Prävention speziell für Musiker • Funktionelle Bewegungstherapie • Brügger-Therapie
- Dorn-Breuß • Yoga
- Hausbesuche

ist“, empfiehlt Dr. Marco Adelt, COO und Co-Gründer von CLARK. Bei der Tarifwahl sollten Privatversicherte außerdem auf folgende Punkte achten: Viele private Krankenkassen erheben bei Heilverfahren eine jährliche Höchstgrenze von um die 1.000 Euro. Zudem gibt es hier in den privaten Kassen auch Einschränkungen hinsichtlich der Sitzungsanzahl pro Jahr.

„Die Unterschiede in den Leistungen der privaten und gesetzlichen Versicherungen werden für Verbraucher\*innen gerade bei der Physiotherapie deutlich – hier lohnt sich ein Vergleich besonders“, sagt Dr. Adelt. Einen kompakten Überblick über die Vor- und Nachteile der privaten Krankenversicherung geben Ratgeber-Artikel im Netz. Darüber hinaus ist es wichtig zu wissen, dass der Wechsel in die private Krankenkasse seit Jahresbeginn einfacher geworden ist. „Jedoch sollte sich jeder vor einem Wechsel persönlich beraten lassen. Schließlich ist die eigene Gesundheit unser höchstes Gut und sollte daher stets richtig abgesichert sein“, so Adelt abschließend.

Quelle Text + Foto: [1] Deutscher Verband für Physiotherapie (ZVK) e.V., <https://ots.de/QRvDDi> <https://www.presseportal.de/pm/139186/5008323>

## AIS - An Ihrer Seite

Betreuungsdienst im Ennepe-Ruhr-Kreis  
Ulrike Kathriner  
45549 Sprockhövel  
Tel. 0178 / 20 69 156  
E-Mail: [ais-an.ihrer.seite@gmx.de](mailto:ais-an.ihrer.seite@gmx.de)

### Wir bieten an:

- Haushaltshilfe
- Begleitung bei Arztbesuchen & Einkäufen
- Betreuung im Alltag durch ausgebildete Betreuungskräfte
- Abrechenbar über die Pflegeversicherung



# Image-Serie: Wie tickt der Mensch?



## Warum ist Vertrauen so wichtig für unser (Über)Leben?

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 Martmüller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie (Tiefenpsychologie) in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen auf und stellt verblüffende Antworten aus der Psychologie vor.



mit Dr. med. Willi Martmüller

„Vertrauen ist ein Risiko, denn ich mache mich vom Verhalten des Gegenübers abhängig. Ich kann enttäuscht werden. Doch wer nicht vertraut, geht keine Bindung ein. Wer nicht vertraut, traut auch sich selbst nichts zu. Während der ersten Lebensmonate entwickelt sich bei den meisten Menschen ein Urvertrauen, wenn seine Bedürfnisse verlässlich befriedigt werden. Geschieht dies nicht, entsteht bereits früh ein Mangel an Vertrauen“, erklärt Dr. Willi Martmüller. Je öfter im Leben Vertrauen enttäuscht wird, desto schwieriger wird es für den Menschen, eine Bindung zu entwickeln. „Vertrauen entsteht durch die Summe der positiven Erfahrungen, die wir im Leben machen. Vertrauen ist die Zuversicht in eigene Fähigkeiten (Selbstvertrauen) und in die sichere Erwartung, sich

## Wenn Vertrauen enttäuscht wird, dann...

Die Hirnforschung belegt, dass für das Entstehen von Vertrauen und Empathie die „Spiegelneuronen“ im Gehirn verantwortlich sind. Durch diese Wahrnehmung entstehen bei einem Menschen genau solche Gefühle, die sich entwickeln würden, wenn nicht das Gegenüber sondern wir selbst die Handlung durchführen würden. Dabei werden verschiedene Neurotransmitter ausgeschüttet. Eines davon ist das Hormon Oxytocin. Es wirkt beziehungsfördernd und beeinflusst positiv das soziale Miteinander. Die Wissenschaft hat außerdem Unterschiede zwischen männlichen und weiblichen Gehirnen nachgewiesen. Das weibliche Hirn ist stärker auf Empathie und Vertrauen ausgerichtet als das männliche Systemhirn.

Wird das Vertrauen immer wieder enttäuscht, kann aus dieser Enttäuschung Wut entstehen. In einer Gesellschaft mit immer weniger Vertrauen kann das fatale Folgen haben.

in kritischen Situationen auf andere verlassen zu können (Fremdvertrauen). Die Corona-Pandemie hat das Thema Vertrauen überdeutlich in den Alltag gespült. Wer vertraut den Maßnahmen gegen Corona, den handelnden Personen, beispielsweise Politikern oder den wissenschaftlichen Experten? Wer vertraut dem Impfstoff? Wer vertraut seinem guten Freund, der sich jetzt plötzlich als Impfgegner herausgestellt hat? Vertrauen besteht wie ein gutes Parfum aus Kopf-, Herz- und Basisnote. Zunächst wird die Kopfnote wahrgenommen. Beim Vertrauen ist das die Art der Kommunikation. Dann folgt die Herznote. In unserem Fall sind das die Empathie und die Übereinstimmung gleicher Wertansichten. Beides geschieht auf einer stabilen Basis – beim Vertrauen ist das die Bindung. Ohne sie bleibt der Mensch als soziales Wesen in der Gemeinschaft ein Außenseiter. Er ist zwar in der Lage, Vertrauen aufgrund positiver Erfahrungen auch zu einem späteren Lebenszeitpunkt aufzubauen. Aber: Je traumatischer frühere Erlebnisse waren, desto enttäuschter der Mensch ist, desto problematischer ist der Aufbau von Vertrauen. Natürlich sind Enttäuschungen im Leben und in Beziehungen nicht vermeidbar. Die Fähigkeit zu verzeihen, ist für eine dauerhafte Vertrauensbeziehung unerlässlich. Entscheidend ist aber, ob jemand immer wieder die Erfahrung der Enttäuschung machen muss und dies vor allem bei Personen, die ihm besonders wichtig sind. Dann zieht sich der enttäuschte Mensch irgendwann zurück oder wird aggressiv.“ *anja*

◆ Einen Serienteil verpasst? Lesen Sie online: [www.image-witten.de](http://www.image-witten.de) oder [www.martmoeller.de](http://www.martmoeller.de)

## Corona: Zwei Impfungen mit Impfstoff Nuvaxovid nötig – Vakzin ist kein klassischer Totimpfstoff – zugelassen in der EU für Menschen ab 18 Jahre

Deutschland wird bis zum 20. März voraussichtlich 3,8 Millionen Impfdosen des Unternehmens Novavax erhalten. Für das Gesamtjahr ist laut Gesundheitsministerium eine Lieferung von bis zu 34 Millionen Impfdosen vorgesehen. Da es sich bei dem Novavax-Präparat nicht um einen mRNA- oder Vektor-Impfstoff handelt, haben einige Landesregierungen die Hoffnung, dass sich damit auch bisher Ungeimpfte zur Impfung entschließen. Dies gilt insbesondere für Beschäftigte der kritischen Infrastruktur.

Für das Personal in Krankenhäusern und Pflegeheimen gilt ab dem 15. März eine Impfpflicht. Ob diese allerdings von allen Behörden und Arbeitgebern sofort umgesetzt wird, ist aufgrund der knappen Personaldecke insbesondere im Gesundheits- und Pflegewesen nach wie vor offen.

### Doch was genau ist das für ein Impfstoff? Dr. med. Willi Martmüller erklärt:

„Nuvaxovid (NVX-CoV2373) heißt das Vakzin von Novavax und wird der Gruppe der Proteinimpfstoffe zugeordnet und basiert auf im Labor produzierten Proteinen. Diese Labor-Proteine sind exakte Kopien jenes Spike-Proteins, welches das ursprüngliche Coronavirus umhüllt. Allerdings wurden die Labor-Proteine so verändert, dass sie weder eine Infektion auslösen, noch Schaden im Körper anrichten können. Der Impfstoff wird künstlich und massenhaft in Insektenzellen reproduziert. Zusätzlich wird ihm ein Adjuvans oder Wirkverstärker beigemischt, der die Reaktion des Immunsystems auf den Impfstoff verstärkt. Nach der Injektion erkennt der Körper die im Labor produzierten Proteine als fremdartig und bildet Antikörper und T-Zellen, die für eine gewisse Zeit im Körper verbleiben. So wird mit hoher Wahrscheinlichkeit eine Covid-19-Infektion abgewehrt und ein Immunschutz aufgebaut. Dabei ist Nuvaxovid kein Totimpfstoff im klassischen Sinne. Er enthält genauso wie die mRNA- und Vektorimpfstoffe gegen Covid-19 keine vermehrungsfähigen Viren. Als Spaltimpfstoff enthält er aber auch keine vollständig abgetöteten Viren wie etwa der noch nicht zugelassene Impfstoff VLA2001 von Valneva, der zu den Ganzvirus-Impfstoffen gehört und damit als klassischer Totimpfstoff bezeichnet wird.“



Foto: Bigstock

### Die Herstellung ist durch andere Vakzine bekannt

„Im Gegensatz zu den mRNA- und Vektorimpfstoffen kennen wir das Prinzip der proteinbasierten Impfstoffe mit einem gentechnisch hergestellten Antigen aber schon von anderen Impfstoffen. Dazu gehören beispielsweise der Hepatitis-B-Impfstoff, der Impfstoff gegen das Humane Papillomvirus (HPV) und der Herpes-Zoster-Impfstoff. Auch bei der Herstellung von Grippeimpfstoffen hat sich die Technologie von proteinbasierten Vakzinen seit vielen Jahren bewährt. Das könnte die Akzeptanz der Impfung zum Schutz vor Covid-19 in bestimmten Bevölkerungsgruppen erhöhen“, so Martmüller. Zuerst zugelassen wurde das Vakzin in Indonesien und auf den Philippinen. Am 20. Dezember 2021 wurde Nuvaxovid für Menschen ab 18 Jahre in der EU zugelassen. Einer im Sommer 2021 veröffentlichten Studie mit mehr als 30.000 Teilnehmern zufolge ist dieser Corona-Impfstoff aus dem Hause des US-Herstellers Novavax hoch effektiv. Er wirkt ähnlich stark wie die bereits zugelassenen mRNA-Impfstoffe von BioNTech und Moderna. Für den vollständigen Impfschutz sind zwei Impfungen im Abstand von drei Wochen nötig. Der Impfstoff ist als gebrauchsfertige Flüssigformulierung in einem Fläschchen mit zehn Dosen konfektioniert, die bei 2 bis 8 °C gelagert werden.“ *anja*

Die Corona-Pandemie hat die zwischenmenschliche Kommunikation drastisch verändert: Lockdowns, Homeoffice und Homeschooling bedeuten weniger physische Kontakte und dafür zahlreiche Online-Konferenzen und Telefonate. Wie stark der Hörsinn im Homeoffice gefordert ist, belegt eine repräsentative Civey-Umfrage im Auftrag des Bundesverbandes der Hörsysteme-Industrie (BVHI). Danach hat sich für knapp 50 Prozent der Deutschen die Kommunikation mit ihren Arbeitskollegen durch das Arbeiten im Homeoffice verschlechtert. Mehr als die Hälfte klagte über Lärm am Heimarbeitsplatz.

## Kommunikationsprobleme im Homeoffice

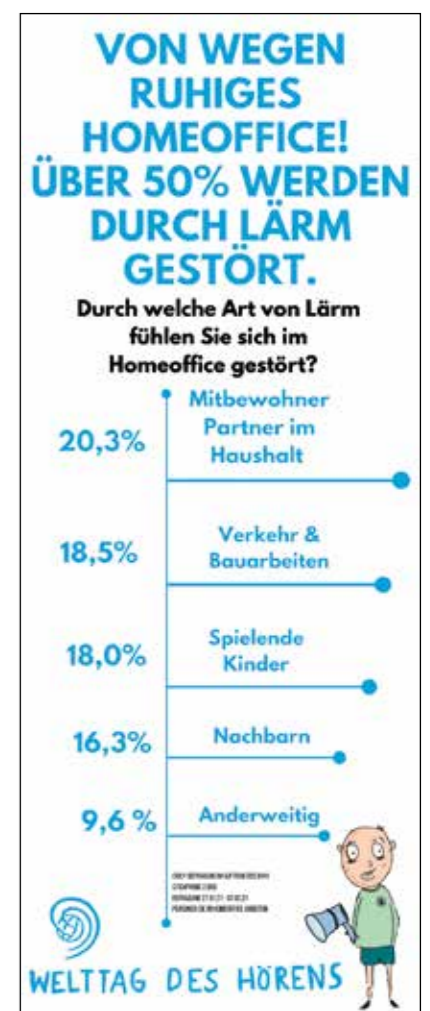
Von ruhiger Arbeitsatmosphäre am Heimarbeitsplatz kann für viele Menschen keine Rede sein: 57 Prozent der Befragten klagten über eine höhere Lärmbelastung im Vergleich zum Büro. Störungen und ablenkende Geräusche werden vor allem durch Mitbewohner im Haushalt (20 Prozent), Baustellen und Verkehrslärm (19 Prozent) sowie spielende Kinder (18 Prozent) und Nachbarn (16,3 Prozent) verursacht. Mehr als jedem vierten Beschäftigten fällt es im Homeoffice schwerer, Gesprächen und Video-Telefonaten zu folgen. 46,7 Prozent der Befragten berichten von einer insgesamt verschlechterten Kommunikation mit ihren Arbeitskollegen; kein Wunder, fallen im Homeoffice doch wichtige Kommunikationsebenen – im Vergleich zum Büro – weg.

Ohne die – vor allem für die Vermittlung von Emotionen – so wichtige gestische, mimische und insgesamt nonverbale Kommunikation müssen sich auch Personen mit intaktem Gehör sehr fokussieren. Besteht zudem eine unentdeckte Hörminderung, bedeutet Kommunikation im Homeoffice

zusätzlichen Stress. Menschen mit einer (ggf. unentdeckten) Hörminderung sind ungleich mehr gefordert, da ihnen viele Kompensationsmöglichkeiten (wie das Lippenlesen) in Telefonaten und häufig auch in Videokonferenzen nicht zur Verfügung stehen. Wer nicht gut hört, muss wiederholt nachfragen, Sachverhalte klären oder auf andere zeitraubende, schriftliche Formate wie E-Mail zurückgreifen.



„Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, wie positiv sich die Versorgung einer Hörminderung bereits im mittleren Lebensalter auswirkt. Physische und kognitive Leistungsfähigkeit sowie Stressresilienz können bewahrt und die Lebensqualität gesteigert werden“, erklärt Dr. Stefan Zimmer, Vorstandsvorsitzender des BVHI. „Je schneller man bei einer Hörminderung handelt, diese fachärztlich diagnostizieren und hörakustisch versorgen lässt, desto besser. Ein einfacher



**Unser Service für Ihr Hörgerät**

- Kostenloser Hörtest
- Feinjustierung Ihres Hörgerätes nach individuellen Bedürfnissen
- Reinigung des Hörgerätes
- Funktionskontrolle
- Sofortige Durchführung von Kleinreparaturen
- Leih-Hörgerät im Reparaturfall
- Individueller Gehörschutz
- Hausbesuche

Das Hattinger Haus für Sehen und Hören - Untermarkt 4-8 · Hattingen · [www.duo-optik-akustik.de](http://www.duo-optik-akustik.de)





Medikamente sollten zur richtigen Zeit und in der richtigen Form eingenommen werden.

## Medikamente einnehmen – aber richtig

Wie die Bundesvereinigung Deutscher Apothekenverbände ermittelt hat, nehmen 40 Prozent, also zwei von fünf Erwachsenen durchgängig drei oder mehr Medikamente am Tag ein. Vielen Menschen ist oft nicht bewusst, wie wichtig die richtige Form der Medikamenten-Einnahme und der Zeitpunkt sind, um die erwünschte Wirkung zu erzielen und Neben- und Wechselwirkungen zu vermeiden.

### Wie große Tabletten schlucken?

Während eine kleine Tablette ihren Weg meist einfach durch den Mund in den Magen findet, sind die großen Formate schon schwieriger. Große Tabletten handlicher zu machen und kurzerhand durchzuschneiden, ist meist keine gute Idee. Selbst wenn Tabletten vom Hersteller mit einer Kerbe ausgeliefert werden, sollten sie nicht geteilt werden. Eine angebrachte Kerbe dient überwiegend zur Unterscheidung von anderen Medikamenten.

Große Tabletten haben ihre Form deshalb erhalten, damit sie sich erst nach und nach im Magen auflösen und so dosiert ihre Wirkung erzeugen. Wird die Tablette geteilt, löst sie sich schneller auf. Hinzu kommt, dass Tabletten oft auch einen Schutzfilm besitzen, um sie vor dem schnellen Zerfall im Magen zu bewahren. Ein Schnitt mit einem Messer würde sofort auch den Schutzfilm zerstören und der Wirkstoff der Tablette zu schnell freigesetzt werden. Am besten also einmal im Beipackzettel nachsehen, ob eine Zerkleinerung möglich ist oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

### So gelingt die Einnahme

Der Tipp: nehmen Sie eine dicke Pille zusammen mit einem Schluck Wasser ein und legen Ihren Kopf nicht in den Nacken, sondern Richtung Brustbein. Das erleichtert den Schluckvorgang. Eine andere Möglichkeit besteht darin, ein Stückchen Brot lange kauen und dann zusammen mit der Tablette einnehmen. Apotheken bieten sogar spezielle Schluckhilfen an.

### „Vor dem Essen“ oder „zum“ oder „nach dem Essen“

Neben der Form der Medikamenteneinnahme ist vor allem der richtige Zeitpunkt entscheidend. Lautet die Vorgabe „vor dem Essen“, dann sollte der zeitliche Abstand immerhin noch 30 Minuten vor dem ersten Bissen betragen. Die Tablette findet so einen leeren Magen vor. Mit „nüchtern“ sind sogar acht Stunden nach der letzten Nahrungsaufnahme gemeint. Kommen bestimmte Medikamente wie Schild-

drüsenhormone, Antibiotika oder Osteoporose-Mittel mit Milch in Berührung, wirkt das in der Milch enthaltene Kalzium sogar störend. Dramatischer können die Folgen bei der Kombination von Alkohol mit Antihistaminika, Psychopharmaka oder Schlafmitteln werden. Die Tablette neben den Teller legen, einnehmen und anfangen zu essen, entspräche einer Einnahme „zum Essen“. Die Tablette „nach dem Essen“ erfordert sogar einen zeitlichen Abstand von zwei Stunden zur letzten Nahrungsaufnahme. Auch hier gibt es schon spezielle Apps, die an die Einnahme von Tabletten erinnern. Wer seine Medikamente dagegen lieber vor Augen hat, kann sie übersichtlich in eine Pillenbox nach Tag und Uhrzeit sortieren. Ziel von Forschungen ist, die Einnahme an die „innerliche Uhr“ des Menschen auszurichten. dx

## CHRONOMEDIZIN

Die Chronomedizin rückt die „innere Uhr“ von Lebewesen in den Focus. Der interne Chronograph steuert alle vitalen Prozesse in unserem Körper und stimmt sie aufeinander ab, schützt beispielsweise Hormone zu unterschiedlichen Zeiten im Körper aus, reguliert die Verdauung und die Entgiftung des Körpers durch die Leber. Die Chronomedizin – ihre Forscher erhielten für ihre Arbeiten 2017 den Nobelpreis – setzt an diesem Punkt an und empfiehlt, Medikamente gemäß der individuellen inneren Uhr einzunehmen.

Bekannt ist, dass bei bestimmten Formen von Rheuma morgens der beste Zeitpunkt ist, um Cortisonpräparate einzunehmen. Auch Mittel gegen Bluthochdruck sollten morgens nach dem Aufwachen genommen werden, wenn der Blutdruck steigt und leider auch die meisten Herzinfakte am Morgen auslösen.

Asthmamedikamente wirken dagegen in der Regel bei einer Einnahme am Abend, da die Lunge in der Nacht sehr sensibel hinsichtlich allergieauslösenden Substanzen reagiert. Am Abend ist auch die Zeit der Medikamenteneinnahme gegen Magengeschwüre gekommen, da die Säureproduktion besonders nachts hochtourig läuft.

Die Schwierigkeit: es gibt keine einheitlichen Zeiten für alle Menschen. Denken wir an die „Lerchen“ oder die „Nachteulen“, so wissen wir, dass manche Menschen morgens um 6 Uhr frohgelaut aus dem Bett hüpfen und voller Energie in den Tag starten. Für andere beginnt der Tag erst später. Neben den Früh- und Spättypen gibt es auch die Normaltypen. Entscheidend sind die menschlichen Gene. Noch kann die jeweilige innere Uhr nur durch Abfragen per Fragebogen, Beobachtungen im Schlaflabor oder durch zeitaufwändige Bluttests bestimmt werden. NDR/ratgeber; dx

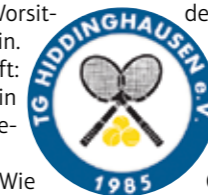


Vier der sechs Außenplätze bekommen einen Belag, der ganzjährig nutzbar ist

## Spatenstich für das Projekt AllWeatherCourts

Die TG Hiddinghausen ist mit dem erfolgtem 1. Spatenstich richtig in die Zukunft gestartet. Dazu fanden sich (im Bild v.l.): Stephan Rath (Sportwart), Bürgermeisterin Sabine Noll, Christoph Schmidt (Schatzmeister), Sparkassen-Vorstand Daniel Rasche, Ton Alblas (1. Vorsitzender), Bärbel Stahlhut (Stadtsporthaus) und Ulf Köhrs (2. Vorsitzender) auf den schon vorbereiteten Asche-Tennisplätzen ein. Ton Alblas betonte dabei: „Die TGH investiert in die Zukunft: ‚All-Weather-Courts‘ werden auf vier Plätzen erstellt. Ein Schritt, der neben mehr Nachhaltigkeit auch mehr Mitglieder verspricht.“

Für diese Umsetzung gibt es eine kräftige Finanzspritze. Wie die NRW-Landesregierung mitteilt, bekommt der Verein im Rahmen des Programmes „Moderne Sportstätte 2022“ eine Förderung in Höhe von 65.000 Euro. Die Staatssekretärin für Sport und Ehrenamt Andrea Milz: „Ich freue mich, dass wir mit den nun erteilten Förderentscheidungen unseren Vereinen tatkräftig unter die Arme greifen können. Wir haben uns zum Ziel gesetzt einen spürbaren Beitrag zur Modernisierung unserer Sportstätten in Nordrhein-Westfalen zu leisten. Dies ist uns mit diesem Förderprogramm gelungen. Nun können wir den Sanierungstau deutlich reduzieren.“



Doch das alleine reicht nicht, denn etwa 150.000 Euro wird der gesamte Umbau kosten.

„Die TG Hiddinghausen hat das Projekt gut durchgeplant – und somit auch die Finanzen“, bestätigt Bärbel Stahlhut. Neben Geldern aus dem Landesförderungsprogramm helfen die Stadt Sprockhövel und die Sparkasse Sprockhövel. Dazu gibt es Spenden von Mitgliedern, jede Menge Eigenleistung und überdies hat der Verein einen überschaubaren Kredit aufgenommen.

Der neue Belag, „der das Ballverhalten wie auf Asche haben soll“, so Vorstandsmitglied Stephan Rath, kann durchaus mit Granulat und Ziegenmehl bearbeitet werden. Er wird auf einem wasserdurchlässigen und frostsicheren Untergrund verlegt. „Dieser neue Platz hat viele Vorteile“, so Rath weiter. „Er ist schonender für die Gelenke, der Ball verspringt nicht, die aufwendige, wetterabhängige Zubereitung im Frühjahr fällt nahezu komplett weg und man benötigt weniger Wasser.“ Für die Arbeiten sind je nach Wetterlage ca. 3-4 Wochen eingeplant, sodass zur Saisonöffnungsaktion „Deutschland spielt Tennis“ schon auf den neuen Plätzen gespielt werden kann. Über die Angebote der TG Hiddinghausen kann man sich unter Tel.: 02339/3222 und [www.tg-hiddinghausen.de](http://www.tg-hiddinghausen.de) informieren.

## Marie-Sophie Macke hofft auf den großen Wurf

Der Start in die neue Saison lässt Diskuswerferin Marie-Sophie Macke hoffen: beim offiziellen Winterwurf-Wettkampf in Düsseldorf übertraf die Sprockhövelerin bereits jetzt ihr Jahresziel von 50 Meter. „Beim Einwerfen hat man schon gesehen, dass heute einiges drin war. Dass es dann aber wirklich über die 50 Meter geht, hab ich ehrlich gesagt nicht gedacht“, freut sich die passionierte Diskuswerferin. Für sie war es nur eine Frage der Zeit, bis ihr Diskus diese Marke überfliegen wird. „Dass es dann doch schon jetzt im Winter der Fall war, gibt natürlich sehr viel Selbstvertrauen. Da ist immer noch viel Potential nach oben!“ Mit ihrer in Düsseldorf geworfenen Weite von 50,89 m hätte Marie-Sophie Macke schon jetzt die WM-Norm von 49,50 m übertroffen. Es zählen jedoch erst die ab April erzielten Ergebnisse. Im Sommer winken dann zwei Plätze bei der Weltmeisterschaft. Die Zahlen



Foto: Diskuswerferin Marie-Sophie Macke mit 50,89 m in bestechender Frühform.

sprechen für die Werferin aus dem deutschen Nationalkader: mit 50,89 m steht Marie-Sophie Macke aktuell auf Platz 3 in Deutschland, Platz 3 in Europa und Platz 3 in der Welt. Natürlich weiß Marie-Sophie Macke, dass sie sich so kurz vor der Deutschen Meisterschaft nicht auf ihren Erfolg ausruhen darf – die Konkurrenz schläft schließlich nicht. Zumal: alle Konkurrentinnen befinden sich ebenfalls in einer sehr guten Form. Es dürfte also ein ganz hartes, knappes und spannendes Jahr werden. „Da wird sich keiner die Chance entgehen lassen und hart an sich arbeiten – ich auch!“ Die Motivation scheint zu stimmen.

Jetzt geht es erst mal zur Deutschen Meisterschaft und darum, dort abzuliefern und Konstanz zu zeigen! Natürlich möchte die Sprockhövelerin mit einer Medaille von der Deutschen heimkehren. dx

# Tornisterkauf: Natürlich bei Geller in Niedersprockhövel

Jetzt neu bei uns:

ergobag



Ganz individuell – ganz du selbst!



Step by Step  
PASST GARANTIERT IMMER



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

Tornister nur  
Gutenbergstraße 2 • Sprockhövel

Schuhmode **GELLER**

02324 / 686790

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



# Buschlinik Jahaly in Gambia: Die Arbeit geht weiter

Die Corona-Pandemie kann die wichtige Hilfe nicht ausbremsen, auch wenn vieles länger dauert

Jahaly ist ein Dorf im westafrikanischen Gambia. Seit 1985 hilft der gemeinnützige Verein „Projekthilfe Gambia“ vor Ort. 1991, vor 31 Jahren, wurde dort mit der Buschlinik ein medizinisches Hilfsprojekt eingeweiht, was bis heute eine große Erfolgsgeschichte ist.

„Den ersten persönlichen Kontakt mit Gambia gab es 1985 in meiner Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger. Damals hatten die Augusta-Kliniken in Hattingen/Bochum eine Projektverbindung zu einer Kinderklinik in Njaba Kunda auf der Nordbank von Gambia. Im Jahresurlaub bin ich mit Frank Heuer, der die gleiche Ausbildung machte, nach Gambia geflogen und wir haben vor Ort gearbeitet. Das hat uns geprägt. Zurück in Deutschland haben wir dann mit sieben Personen die ‚Projekthilfe Gambia‘ gegründet. Durch einen weiteren Kontakt zu einem gambischen Geschäftsmann, der in Jahaly wohnte, entstanden die Voraussetzungen für das Projekt der Buschlinik. 1987 gab es die ersten Gespräche, danach wurden Spenden gesammelt und 1991 wurde die Klinik eingeweiht“, erzählt Matthias Ketteler, Gründungsmitglied und Vorstandsmitglied.

Die Klinik stand quasi im Nichts. „Es gab kein öffentliches Stromnetz. Wir hatten eine kleine Solaranlage und einen kleinen Generator. Wasser bekamen wir über einen Brunnen. Seine Pumpe wurde ebenfalls über Solar angetrieben. Es gab ein Gebäude mit einem großen Saal“, erinnert sich Ketteler.

Von Anfang an kamen die Menschen aus den Dörfern und dem Umland in die Klinik. Sie waren froh über die medizinische Hilfe. Bis heute gehören Malaria, Atemwegserkrankungen, Durchfall, Hauterkrankungen, Schnittverletzungen oder Verbrennungen zu den häufigsten Erkrankungen, die behandelt werden.

In den dreißig Jahren seit Bestehen der Klinik ist viel passiert. Heute gibt es eine ambulante und stationäre Abteilung mit 27 Betten. 2017 wurde Jahaly an das öffentliche Stromnetz angeschlossen und 2019 bekam auch die Klinik endlich den Stromanschluss. Die Mitarbeiter leben mit ihrer Familie auf dem Klinikgelände und die Klinikleitung liegt in den Händen einer examinierten gambischen Krankenpflegerin und Hebamme. Mitarbeiter des Vereines sind mehrmals im Jahr für längere Zeiten vor Ort. „Eine Krankenschwester verdient im Monat etwa 150 Euro. Dabei sind die Gehälter unserer Mitarbeiter höher als in vergleichbaren staatlichen Einrichtungen. Unsere Patienten bezahlen eine sehr geringe Behandlungsgebühr zwischen 25 und 50 Cent. Seit April 2019 kommen 1,65 Euro Medikamentengebühr dazu. Einer der Gründe ist die hohe Zahl der Patienten und unsere Garantie der Medikamentenversorgung. Andererseits möchten wir auch zeigen, dass Medikamente wertige Produkte sind, die in der Herstellung etwas kosten und die es nicht zum Nulltarif geben kann.“

Neben der Buschlinik und vielen anderen Hilfsprojekten vor Ort unterstützt die Projekthilfe auch das staatliche Gesundheitssystem. Regelmäßig gehen Hilfscontainer auf die weite Reise. Ein großer 40-Fuß-Hilfscontainer der Projekthilfe Gambia wurde im September 2021 aus Essen auf die Reise geschickt und brauchte vier Monate, bis er in Gambia eintraf. An Bord unter anderem 32 gebrauchte Klinikbetten, 14 Infusionsständer, drei Zentrifugen, drei Mikroskope und ein Spek-



Endlich! Nach vier Monaten kommen die Hilfsgüter in Gambia an und werden entladen. Foto: Projekthilfe Gambia

trophotometer vom Uniklinikum Essen/Ruhrlandklinik Essen, zwei Paletten Malerzubehör von der Firma Friess-Techno-Profi aus Essen-Kettwig sowie 14.400 FFP2-Masken von Tungsten Consulting GmbH in Berlin. Die Corona-Pandemie ist längst auch in Gambia angekommen. Allerdings, so die Projekthilfe, sind verlässliche Zahlen Mangelware. Es gibt viel zu wenig Testungen und Ende 2021 waren erst rund zehn Prozent der Bevölkerung vollständig geimpft.

„Das medizinische Equipment, was jetzt gerade in Gambia angekommen ist, ist bestimmt für das Kanifing General Hospital, das wir im Mai 2021 besucht haben. Damals stellten wir fest, dass es dem Krankenhaus in allen Bereichen massiv an allem mangelt. Das Krankenhaus versorgt ein Einzugsgebiet von 600.000 Menschen. Im Mai haben wir dem Krankenhaus bereits ein gebrauchtes Ultraschallgerät zur Verfügung gestellt, das wir vom Kindergarten Bottrop in Gambia e.V. erhalten haben“, so Ulfert Engelkes vom Vorstand der Projekthilfe.

Und die Dinge, die per Hilfscontainer nach Gambia geschickt wurden, kommen dort an, wo sie dringend gebraucht werden. „Zum Beispiel ein Rollstuhl bei Modou, einem Schüler an der Tanji Lower Basic School. Er ist ein sehr guter Schüler, sagt sein Lehrer Lamin Koopmans. Jetzt kann Modou auch alleine von zuhause in die Schule kommen. Sein Schulweg: fünf Kilometer.“

Niemand, so die Projekthilfe heute, habe die Dimensionen der Hilfe bei Vereinsgründung erraten können. Der Verein hat heute 50 Mitglieder und über 300 Förderer und Paten. „Wir freuen uns über jeden, der dabei sein möchte oder der unsere Projekte im Rahmen eines Praktikums oder eines Freiwilligen Sozialen Jahres kennenlernen will.“ Infos unter [www.buschlinik.de](http://www.buschlinik.de) *anja*



Die Buschlinik in Jahaly und die Klinikbetten aus der neuesten Lieferung der Projekthilfe Gambia.



Fotos: Projekthilfe Gambia/Engelkes



13. März, 17 Uhr  
Ev. Kirche Herzkamp

## Tango: Los Cuatro de la Sala

Vier Musiker aus der Tiefe des Raumes

„Der Tango ist eine wahrhaft ursprüngliche Musik. Mal ist sie schäbig, mal elegant, immer aber ist sie sinnlich, rhythmisch und leidenschaftlich – der vertikale Ausdruck einer horizontalen Sehnsucht.“ (Teddy Peiro, argentinischer Schauspieler)

Die Musik von Los Cuatro de la Sala geht sofort unter die Haut und trifft mit voller Wucht die Gefühlswelt: akustisch, instrumental, echt, pur und rein. Die vier Musiker (Los Cuatro) kommen aus der Tiefe des Raums (de la Sala) und dieser Raum kann ein eleganter Konzertsaal sein, eine verruchte Bar oder einfach ein gemütliches Wohnzimmer. Das spielt keine Rolle. Denn Raum und Zeit verlieren sich von Lied zu Lied, von Melodie zu Melodie. Es bleibt einzig die Musik und die Gefühle, die sie hervorruft.

Das Quartett (Akkordeon, Klarinette, Kontrabass, Gitarre) packt den Tango an seinen Wurzeln und interpretiert ihn glasklar mit einer Seelenruhe und voller Sensibilität, sodass man sich nicht entziehen kann. Jeder der gestandenen Musiker ist ein Köhner an seinem Tonwerkzeug und jedes Instrument bekommt ausreichend Raum zu atmen. Rhythmus, Leidenschaft, Eleganz, Melancholie, Sehnsucht, Ehrlichkeit - alles, was der Tango verlangt und verspricht, ist präsent.

Alexander Pankov (Akkordeon), Guido Simon (Klarinette/ Saxophon), Martin Schulte (Gitarre), Matthias „Matze“ Bangert (Kontrabass). Der Eintritt kostet 14/12 Euro, Vorverkauf: Blumenhaus Frenzel, Egen 27, Wein Noll, Elberfelder Str. 138, Gemeindebüro Haßlinghausen, Gwelsberger Str. 1, Der Buchladen, Hauptstraße 34, Verkehrsverein und Stadtmarketing Sprockhövel, Hauptstraße 68; online: [wuppertal-live.de](http://wuppertal-live.de). Kontakt: [hwz@kultur-kirche-herzkamp.de](mailto:hwz@kultur-kirche-herzkamp.de)

### Weitere Veranstaltungen in ev. Kirche in Herzkamp

**Sonntag, 3. April, 17 Uhr**  
**Musik aus dem Augenblick** – intuitive Musik – Stockhausen – Göbel – Füsser: Der Begriff Intuitive Musik stammt vom Vater des hier auftretenden Ausnahmetrompeters Markus Stockhausen, dem Komponisten Karlheinz Stockhausen (1928-2007), mit dem der Sohn ein Vierteljahrhundert intensive klangforscherische Arbeit geteilt hat.

**Sonntag, 22. Mai, 17 Uhr**  
**„Wölfe mitten im Mai“** – Lieder und Texte zum rechten Aufmarsch in Europa gesungen, gelesen und kommentiert von Rolf Becker und Kai Degenhardt.

**Sonntag, 14. Juni, 17 Uhr**  
**La Banda di Palermo:** Die Band verwebt traditionelle Stücke der Straßenbands Siziliens mit Elementen griechischer, spanischer, osteuropäischer, irischer und anderer Weltmusik. Es gelten die aktuellen Coronaschutzverordnungen zum Zeitpunkt der Veranstaltung!

## Motivieren und animieren

- Anzeige -

Der Gesundheits- und Fitness-Treff ist eine Abteilung der Turn- und Sportgemeinschaft TSG 1881 Sprockhövel. Hier stehen insgesamt 10 Trainerinnen und Trainer Sportbegeisterten und Rehasportpatienten zur Verfügung. Zusätzlich sind 20 weitere Übungsleiterinnen und -leiter beschäftigt.

### GuFit will Menschen zu mehr Bewegung aktivieren!

Angefangen mit 2 Kursen pro Woche wurde das Angebot bis heute auf 36 Kurse pro Woche erhöht. GuFit-Studieleiterin Stefanie Basner, ausgebildete Diplom-Sportlehrerin, möchte Sportmuffel und jene, die länger keinen Sport betrieben haben, wieder neu motivieren. Viele Menschen haben, bedingt durch die Computerarbeit, heute Rückenprobleme.

Der Mangel an Bewegung fördert diese Rückenschmerzen noch. Die Wirbelsäule möchte unterschiedlich bewegt und durchblutet werden, um ihre Funktion zu erfüllen – ein Leben ohne Rückenschmerzen! GuFit bietet viele unterschiedliche Kurse an, hier ist für jeden etwas dabei. Besonders beliebt ist der Kurs Yoga, ebenso auch Yoga ab 60 Plus. Mitmachen kann jeder ab 16 Jahren, die älteste Teilnehmerin zählt 93 Jahre. Im GuFit wird individuell auf die Teilnehmer eingegangen, nach Vorerkrankungen gefragt, um so ein maßgeschneidertes Fitnessprogramm für den einzelnen zu erstellen.

Sport soll der Bewegung dienen – Spaß machen – so fühlt man sich danach wie „neugeboren“.



**GuFit**  
Gesundheits- und FitnessTREFF

**Kraftfitness • Bewegungskurse**  
**Rehabilitation • Prävention**  
**Entspannung • Ernährung**

**Wirbelsäulengymnastik**  
(Montags 8:30-9:30 Uhr, Baumhofhalle) **sucht Verstärkung!**  
Kontakt: 0 23 24 / 686 47 46

**Im Baumhof 15 + Hauptstrasse 19,**  
**45549 Sprockhövel**  
**Tel. 0 23 24 / 74 774**  
**[www.gufit.de](http://www.gufit.de)**

### Veranstaltungen des LWL-Industriemuseums in der Henrichshütte Hattingen

**Sonntag, 6. März, 14 Uhr**  
**Führung: „Kolleginnen und Kollegen“** – Beim Rundgang lernen Sie das Hüttenwerk aus unterschiedlichen Perspektiven kennen. War die Hütte wirklich eine reine Männerwelt? Welche Erfahrungen machten hier Frauen, welche Männer? Verschiedene Sichtweisen laden zum gemeinsamen Austausch ein. – Museumseintritt

**Samstag, 12. März, 14 Uhr**  
**Futur 21: Lastenfahrrad-Rennen mit Präsentation zum Thema** – Mal was anderes... Lernen Sie die Welt der Lastenfahrräder kennen. Wer am Rennen mit einem Lastenfahrrad teilnehmen möchte oder Fragen dazu hat, kann sich melden unter Tel. (02324) 9247151 oder [birgit.schulz@lwl.org](mailto:birgit.schulz@lwl.org).



**HK**üchen  
Ihr Küchenteam mit Leidenschaft

Bei uns bekommen Sie eine fachkundige Beratung, Aufmaß, Lieferung und eine 1A-Montage aus einer Hand.  
WIR SIND FÜR SIE DA!  
Vereinbaren Sie gerne einen Beratungstermin telefonisch oder per E-Mail.

PLANUNG VERKAUF MONTAGE & MODERNISIERUNG KÜCHENUMZÜGE

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73 + 75!

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

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

## Das Dutzend ist voll

### AVU als Top-Lokalversorger ausgezeichnet

Eine Meldung, die Verlässlichkeit und Kontinuität bedeutet: Die AVU ist zum zwölften Mal in Folge als Top-Lokalversorger ausgezeichnet worden. Der Energieversorger hatte sich sowohl für die Sparten Strom und Gas als auch für die separate Prüfung als Wasserversorger beworben. „Wir freuen uns sehr über diese Auszeichnung und verstehen sie als Ansporn, weiter für unsere Kunden einen erstklassigen Service zu bieten“, erklärte AVU-Vorstand Uwe Träris. „Wir unterscheiden uns von der Konkurrenz der Billiganbieter, indem wir auf Sichtbarkeit und Engagement vor Ort, vorausschauendes Handeln und fair kalkulierte Preise setzen.“ Träris spielt damit auf die Unruhe des Marktes mit enorm gestiegenen Preisen für Strom und Gas an. Etliche Billiganbieter haben ihren Kunden gekündigt oder sogar Insolvenz angemeldet.

### Strenges Prüfungsverfahren

Für den Top-Lokalversorger gab es insgesamt 636 Bewerbungen von Stadtwerken in vier Sparten. 271 Unternehmen erhielten die Auszeichnung. Das Siegel wird für das jeweilige Kalenderjahr vergeben. Die teilnehmenden Unternehmen müssen eine umfangreiche Selbstauskunft vorlegen und sich einem strengen Prüfungsverfahren unterziehen. Dabei müssen Versorger an einem festen Stichtag im Januar des betreffenden Kalenderjahres durch ein ausgewogenes Versorgungspaket im Vergleich zur bundesweiten Konkurrenz ausreichend punkten. Mehr Informationen: [www.top-lokalversorger.de](http://www.top-lokalversorger.de)

Verkauf  
 Vermietung  
 Verwaltung



**Rund um die Immobilie sind wir für Sie da!**

**BRÜCKNER**  
IMMOBILIEN

VERWALTUNG · VERMITTLUNG · VERKAUF

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

Image

Nächster Erscheinungstermin:  
**Montag, 4.4.2022**  
Anzeigenschluss:  
Freitag, 18.3.2022

## Wenn Dachziegel fliegen: Hausbesitzer in der Pflicht

Ist das Dach noch sicher und wetterfest? Eine wichtige Frage für alle Hausbesitzer, denn kein anderes Bauteil des Hauses wird so stark beansprucht: Zwischen hochsommerlicher Hitze und eisigen Frostnächten ist schon mal ein Temperaturunterschied von bis zu 60 Grad möglich. Dazu noch Stürme, die mit ungeheurer Kraft an den einzelnen Teilen der Dacheindeckung ziehen: Das alles kann zu Schäden an Dächern führen, die oft erst einmal unbemerkt bleiben. Im schlimmsten Fall lösen sich aber beim nächsten Sturm Ziegel, Schiefer oder Dachsteine vom Dach. Und was viele nicht wissen: Eigentümer von Gebäuden haften für Schäden, die Passanten oder parkenden Fahrzeugen durch herunterfallende Bauteile zugefügt werden. Und: Versicherungen übernehmen die Schäden nur, wenn eine regelmäßige Dachwartung durch einen Fachbetrieb belegt werden kann. „Die Rechtsprechung hat in mehreren Urteilen bestätigt, dass der Versicherungsschutz teilweise oder sogar ganz erlöschen kann. In Extremfällen, zum Beispiel, wenn Personen durch herabfallende Dachteile verletzt oder gar getötet werden, kann diese Rechtslage den wirtschaftlichen Ruin des Hausbesitzers bedeuten“, erklärt Ulrich Marx, Hauptgeschäftsführer des Zentralverbands des Deutschen Dachdeckerhandwerks (ZVDH).



Anschlüsse an Dachdurchdringungen bei Dachfenstern werden beim DachCheck begutachtet. Foto: HF Redaktion/akz-o

### Dächer rechtzeitig checken lassen

Der ZVDH rät daher Hausbesitzern und Hausverwaltungen, nach dem Winter das Dach und seine Bauteile überprüfen zu lassen. Nur so können mögliche Schäden rechtzeitig behoben werden, bevor der nächste Sturm einen Angriffspunkt findet oder Regenwasser sich einen Weg durchs Dach in die Dämmschicht bahnt. Im Rahmen eines DachChecks wird das gesamte Dach einer gründlichen Sichtprüfung unterzogen. Dabei können erfahrene Dachdecker-Innungsbetriebe Schwachstellen bereits durch eine erste Inaugenscheinnahme erkennen. So werden zum Beispiel alle funktionswichtigen Einbauelemente auf mögliche Undichtigkeiten überprüft, die Verklammerungen und Befestigungen der Dachziegel kontrolliert sowie Dachdurchdringungen bei Satellitenschüsseln, Lüftungen und Dachfenster begutachtet. Angeschaut werden auch Schneefanggitter und Solaranlagen. Zum Schluss wird ein umfassendes Dach-Check-Protokoll als Inspektionsnachweis erstellt, das im Falle eines Versicherungsschadens als Vorlage beim Gebäudeversicherer dient. Damit sind Hauseigentümer auf der sicheren Seite. Sollten Schäden gefunden werden, wird der Kunde umfassend informiert und beraten. Unter [www.dachcheck.dachdecker.org](http://www.dachcheck.dachdecker.org) sind alle wichtigen Informationen für Hauseigentümer zusammengefasst. Auch Dachdeckerbetriebe können über diese Website gefunden werden. akz-o



## Ihr „neues“ Lieblingsstück

Das Sofa soll nicht mehr hellblau, sondern geblümt sein. Sie wollen Ihrem Lieblingsmöbelstück eine Frischzellenkur verpassen und legen viel Wert auf Langlebigkeit. Qualität ist Ihnen deshalb besonders wichtig. Mitarbeiter des Raumausstattungs- und des Polsterhandwerks besitzen umfassende Kenntnisse über die vielen Stoffe und Materialien von Seide bis Leinen, aber auch Geschick beim Zuschneiden und Nähen von Bezügen, Vorhängen und Bespannungen.

### Sie finden, dass zu viel weggeworfen wird

Eigentlich gefällt Ihnen Ihre Sitzzecke ja auch noch gut, aber sie ist halt nicht mehr so bequem und der Bezug ist verschlissen und unmodern. Hier reicht einfaches Aufpolstern oft nicht, da Lieblingsstücke intensiv genutzt werden. Hier kann die Polsterung ersetzt werden – ein langlebiger, nachhaltig produzierter Stoffbezug lässt die Sitzzecke wie neu aussehen und ihren Charakter bewahren.

### Neuer Bezug mit ausgefallenen Stoffen oder Leder

Sie haben ein Möbelstück, auf das Sie nicht verzichten möchten und das jetzt nicht mehr so ganz zur neuen Einrichtung passt. Hier ist der Bezug das Wichtigste. Auffallend, dezent, gestreift oder gepunktet: trendig ist das Hauptkriterium.

### Der geerbte Sessel vom Großvater

Ein Möbelstück voller Kindheitserinnerungen. Sie sind zufrieden, wenn er wieder gut gepolstert ist und der Bezug nicht zu stark vom Originalzustand abweicht. Lassen Sie die Polsterung behutsam aufarbeiten und den Sessel mit einem neuen Stoff, der dem bisherigen Sesselcharakter sehr nahe kommt, beziehen.

## Teppichreinigung lohnt sich

Teppiche machen Räume wohnlicher und setzen Farbakzente. Aber Teppiche können auch Bakterienschleudern sein. Der Blick durch ein Mikroskop bringt es an den Tag. Was mit bloßem Auge sauber zu sein scheint, erschreckt. Schon nach kurzer Zeit beherbergen Teppiche eine Vielzahl von Verunreinigungen, Mikroorganismen und schlimmstenfalls auch schlechte Gerüche. Also besser vorsorgen und einmal mehr den Staubsauger zur Hand nehmen. Das Staubsaugen hilft, aber leider reicht es nicht aus, da nicht die Gesamtheit des Schmutzes aufgenommen werden kann. Es gibt also gute Gründe für eine professionelle Teppichreinigung.

### Schädliche Substanzen beseitigen

Eine professionelle Teppichreinigung kann die Entfernung von Staub, Ablagerungen, Hausstaubmilben, Bakterien usw. gewährleisten. Hartnäckige Flecken von Wein oder Kaffee trocknen sehr schnell ein und sind selbst oft sehr schwer zu entfernen und sehr ärgerlich. Sie können aber bei der professionellen Teppichreinigung mit beseitigt werden. Durch eine neue Imprägnierung wird Ihr Teppich länger gegen Schmutz und Feuchtigkeit geschützt und sauberer und frischer aussehen.

### Pflege besser und umweltfreundlicher als ein neuer Teppich

Lassen Sie sich doch einmal im Fachgeschäft beraten und ein unverbindliches Angebot erstellen. Sie können natürlich auch selbst mit speziellen Reinigungsmitteln, Shampoos oder Seifen Hand anlegen, die Reinigungsprofis verfügen aber über moderne Geräte und geschulte Fachkräfte, die über das Fachwissen und Know-how verfügen sollten, wo, wann und welches Reinigungsverfahren angewendet werden muss, um Ihre Teppiche makellos, sauber und frisch zu machen!

## Berkermann Bauelemente GmbH

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

### Unsere Leistungen:

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

## Markisen für Fenster & Fassade

### Variantenreiche Verschattung

Fenstermarkisen können ein Gewinn für jedes Gebäude sein. Es gibt sie nicht nur funktional, sondern auch ästhetisch. Ganz gleich in welcher Ausführung: Fenstermarkisen sollten effektiv vor Sonneneinstrahlung schützen, den Energieverbrauch vermindern und Fassaden optisch aufwerten. Lassen Sie sich inspirieren von der großen Auswahl an Designs, Farben und Stoff-Qualitäten von Fenstermarkisen.

**ORIENT-TEPPICH-HAUS**  
*Bijan*

Ihr Teppich in guten Händen

**Fachmännische Reparatur und Reinigung**

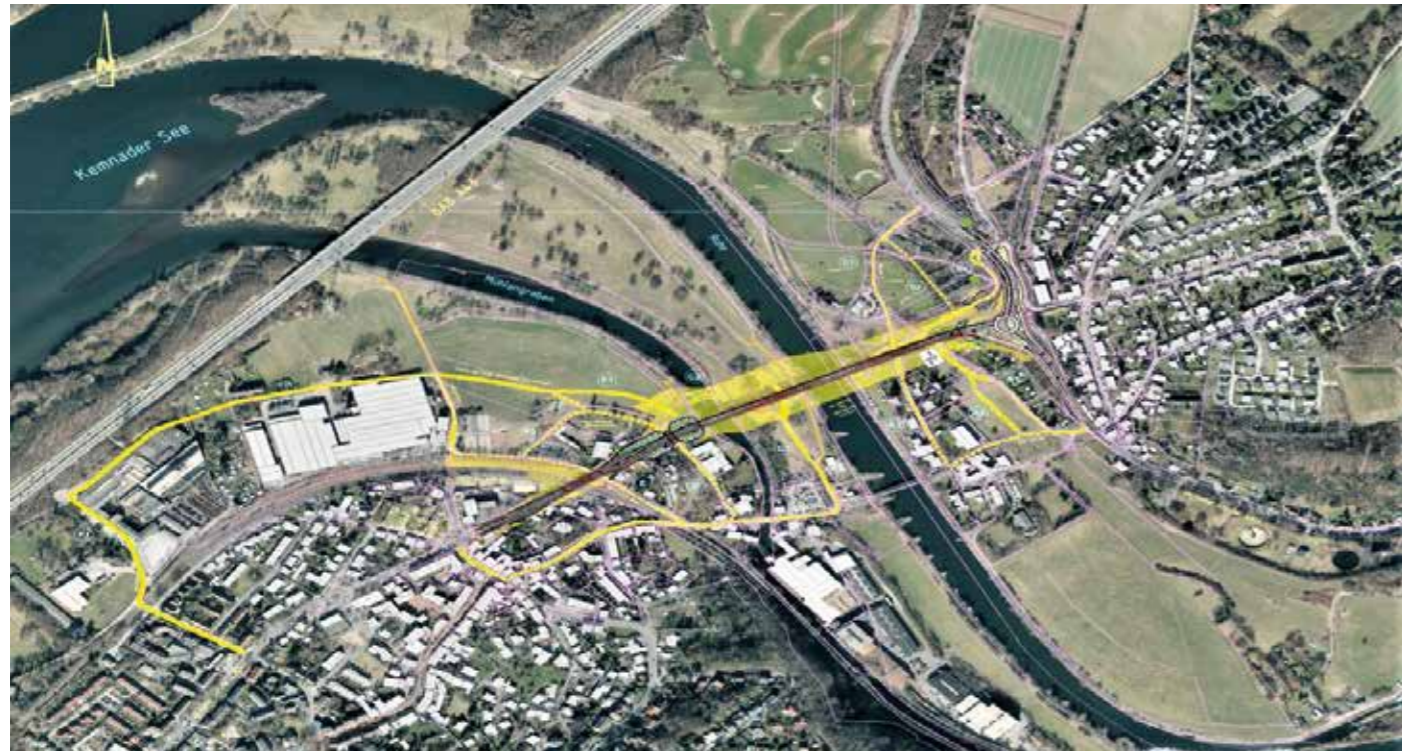
**Kostenloser Abhol- und Bringservice**



Echte Orientteppiche • Direkt Import • Sonder- und Übergrößen  
Modern, apart oder klassisch • Hergestellt aus Naturprodukten  
Handgewaschen, ohne chemische Produkte • Orientalische Accessoires

Mo.–Fr. 10–13 + 15–19 Uhr, Sa. 10–16 Uhr  
Bahnhofstraße 1 • 45525 Hattingen • Tel. 02324-201724





Zur Orientierung: mit der dicken gelben Markierung ist die Ruhrbrücke zu erkennen. Unmittelbar davor auf der Herbeder Seite die Omegabrücke. Rechts von der Ruhrbrücke befindet sich die Lakebrücke. Auf der Hevener Seite am Ende der Ruhrbrücke der geplante Kreisverkehr an der Ecke Wittener Straße, Herbeder Straße und Seestraße.  
Quelle: Plan StraßenNRW zur Vorstellung der Pläne Herbst 2021

## Verkehrsverbindungen nach Hattingen und Witten marode

Bevor alles schön wird, kommt die Geduldprobe: Los geht es mit der Wittener Straße im Sommer

Den Autofahrern in Sprockhövel, Hattingen und Witten stehen Belastungsproben bevor. Viele Großprojekte im Verkehrswesen werden in den nächsten Jahren für Verkehrsbehinderungen sorgen, bevor alles saniert und wieder schön ist. Bereits im Juni 2020 haben die Bauarbeiten auf der maroden **Wittener Straße (L 924)** begonnen. Nach zehn Monaten war zunächst einmal Schluss, weil der Landesbetrieb StraßenNRW die Sanierung der Straße zwischen Hammertal, Steinenhaus und der A43-Auffahrt auf 2022 verschoben hatte. Diese Gnadenfrist ist jetzt um - im Sommer soll es losgehen. Dann muss die Schotterpiste saniert werden. Die Fahrbahn wird komplett erneuert. Außerdem wird die Straße um einen gemeinsamen Rad- und Fußweg auf der Straßenseite erweitert, auf der Seite gegenüber Firmen wie Bötzel oder Wengeler & Kalthoff. „An der Einmündung Kämpenstraße ist eine Ampel geplant. Außerdem entsteht eine weitere Fahrspur vor dem Abzweig zur Autobahn. Baubeginn könnte dann im

Spätsommer sein, vielleicht zum Ende der Ferien“, sagt Sprecher Andreas Berg, Regionalniederlassung Südwestfalen Außenstelle Hagen. Etwa ein Jahr lang werden die Arbeiten wohl dauern. Durchgeführt werden sie ohne Vollsperrung, aber mit einer Einbahnstraßenregelung in Richtung Hattingen.

### Mammutprojekte Straßen- und Brückenbau

Die Umleitung für die Autofahrer ist groß, denn StraßenNRW kann nur über Landesstraßen, nicht aber innerstädtisch umleiten. Wer aus Hattingen kommend die Wittener Straße in Richtung Autobahn befahren will, wird durch das Hammertal über Sprockhövel zur Anschlussstelle der A43 geleitet und von dort über Hiddinghausen, Durchholz und Vormholz zurück bis zur Baustelle. Ortskundige könnten auch über die Rüsbergstraße fahren. Mögliche Schleichwege sind schon heute als Anliegerstraßen ausgeschildert, doch verhindern kann man diese Verkehrsbelastung nicht. Würde man Einbahnstraßen oder Sackgassen einführen,

wären auch die Anwohner selbst betroffen. Also will man den Baubeginn im Sommer abwarten und die Verkehrsentwicklung beobachten. Nur die Radfahrer dürften keine Probleme haben, denn der Radverkehr soll von Haus Kemnade parallel zur Bahntrasse an den Arbeiten vorbeigeleitet werden. Wenn die Bauarbeiten im Sommer 2023 abgeschlossen sein werden, steht **ab 2024** das nächste Bauprojekt auf dem Programm. Es entsteht ein **neuer Kreisverkehr an der Ecke Wittener Straße, Herbeder Straße und Seestraße** auf der Hevener Ruhrseite.

### Neue Ruhrbrücke ab 2024

Daran anschließend wird der **Brückenzug über die Ruhr** parallel zur jetzigen Brücke (nahe des Golfplatzes) errichtet. Insgesamt besteht der Brückenzug aus drei Bereichen: die Herbeder Ruhrbrücke, die Omegabrücke und die Lakebrücke. Beim Bau der neuen Ruhrbrücke hofft man einen Abzweig zur Von-Elverfeldt-Allee errichten zu können. Die Parallelbauweise soll vor allem

eines erreichen: die wichtige Verbindungsroute und Hauptschlagader zwischen Witten und Herbede aufrechterhalten. Zeitgleich dazu möchte die Stadt Witten die **Lakebrücke** erneuern. Sie soll in Zukunft nicht nur für Radfahrer und Fußgänger nutzbar sein, sondern verbreitert werden, damit über die Brücke zukünftig auch Polizei, Feuerwehr und Krankentransporte möglich würden. Geplant ist die Fertigstellung dieser Arbeiten bis 2027 zur Internationalen Gartenschau IGA, die im mittleren Ruhrtal stattfindet. Es ist die erste IGA, die in NRW stattfindet.

Nach der IGA soll dann mit dem Bau der neuen **Omegabrücke** über die Bahngleise begonnen werden. Etwa ein Jahr rechnet man auch für dieses Projekt. Erst wenn die Ruhrbrücken-Baustelle fertig ist, startet StraßenNRW mit dem **Neubau der Herbeder Straße** entlang der Ruhr und bis in die Innenstadt. In weiter Ferne liegt noch die Ankündigung der Autobahn GmbH zur Planung des **sechsspurigen Ausbaus der A 43** bis Heven. Sie soll nicht vor 2030 starten. *anja*

## ŠKODA TOUR-Sondermodelle:

### Top-Ausstattung und attraktive Preisvorteile

Machen Sie sich bereit für Ihre nächste Tour! Am besten mit einem der TOUR Sondermodelle von ŠKODA. Ob FABIA, SCALA, KAMIQ, KODIAQ oder OCTAVIA: Sie alle bringen serienmäßig starke Extras mit – und bieten Ihnen obendrein attraktive Preisvorteile. Als besonderes Highlight sind sogar 5 Jahre Garantie mit dabei.

Alle TOUR-Sondermodelle zeichnen sich durch eine TOUR-Plakette, Einstiegsleisten vorn und spezielle Sitzbezüge in Schwarz-Anthrazit aus. Im Interieur setzt die Dekorleiste im Design Anodized-Cross Akzente. Zudem gehören immer Leichtmetallfelgen zum attraktiven Gesamtpaket. Hinzu kommt die dreijährige Neuwagenanschlussgarantie Garantie+ mit einer Laufleistung bis zu 50.000 Kilometer innerhalb des Garantiezeitraumes von fünf Jahren zusätzlich zur zweijährigen Herstellergarantie.

### ŠKODA SCALA TOUR Preisvorteil<sup>2</sup> von bis zu 1.580,- €

Freuen Sie sich auf serienmäßige Extras wie Fahrlichtassistent mit Coming- und Leaving-Home-Funktion, Zwei-Zonen-Klimaanlage Climatronic, LED-Ambientebeleuchtung in Weiß, beheizbare Vordersitze und vieles mehr.

### ŠKODA OCTAVIA TOUR Preisvorteil<sup>2</sup> von bis zu 1.970,- €

Das ist wahre Größe: Der OCTAVIA TOUR bietet Ihnen neben außergewöhnlich viel Platz auch außergewöhnlich viele Extras. Und das serienmäßig! Freuen Sie sich auf LED-Hauptscheinwerfer, Heckleuchten in Kristallglasoptik und animierte Blinker, Drei-Zonen-Klimaanlage Climatronic, ein beheizbares Lenkrad, Parksensoren vorn und hinten, 17“-Leichtmetallfelgen und vieles mehr.

### ŠKODA KAMIQ TOUR Preisvorteil<sup>2</sup> von bis zu 1.580,- €

Ob Stadt, Land oder Autobahn: Der ŠKODA KAMIQ TOUR macht jede Tour zum Vergnügen. Der kompakte Crossover überzeugt mit Highlights wie einem Fahrlichtassistenten mit Coming- und Leaving-Home-Funktion, Zwei-Zonen-Klimaanlage Climatronic, beheizbaren Vordersitzen, LED-Ambientebeleuchtung in Weiß, 17“-Leichtmetallfelgen und vielem mehr.



### ŠKODA KODIAQ TOUR Preisvorteil<sup>1</sup> von bis zu 3.800,- €

Gehen Sie auf Entdeckungsreise: Seine selbstbewusste Erscheinung und seine umfassende Ausstattung werden Sie begeistern. So sind serienmäßig Highlights wie Matrix-LED-Scheinwerfer, dynamischer Fernlichtassistent (Light Assist), Parklenkassistent, Parksensoren vorn und hinten, LED-Ambientebeleuchtung, Navigationssystem Amundsen, 19“-Leichtmetallfelgen und vieles mehr an Bord.

### Kommen Sie bei uns vorbei und lassen Sie sich Ihr individuelles Angebot erstellen.

<sup>1</sup>Preisvorteil am Beispiel des ŠKODA KODIAQ Tour gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der ŠKODA Auto Deutschland GmbH für ein vergleichbar ausgestattetes Serienmodell der Ausstattungslinie Ambition und unter Berücksichtigung der 36-monatigen Garantieverlängerung (Gesamtfahrleistung 50.000 km)

<sup>2</sup>Preisvorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der ŠKODA Auto Deutschland GmbH für ein vergleichbar ausgestattetes Serienmodell der Ausstattungslinie Ambition und unter Berücksichtigung der 36-monatigen Garantieverlängerung (Gesamtfahrleistung 50.000 km)

### Der ŠKODA FABIA TOUR.

Wie auch immer die Tour Ihres Lebens aussieht: Der ŠKODA FABIA TOUR macht darin eine prima Figur. Freuen Sie sich auf ein Sondermodell mit vielen serienmäßigen Extras. Zum Beispiel LED-Hauptscheinwerfer mit integriertem Kurven- und Abbiegelicht, Parksensoren hinten, Multifunktionslederlenkrad, 16“-Leichtmetallfelgen und vieles mehr. Ein weiteres Plus: 5 Jahre Garantie<sup>3</sup> sind beim FABIA TOUR auch schon mit dabei. Jetzt bereits **ab 140,00 €** monatlich<sup>1</sup>. ŠKODA. Simply Clever.

EIN ANGEBOT DER ŠKODA LEASING <sup>1</sup> :	
ŠKODA FABIA TOUR (Benzin) 1,0 I MPI 48 kW (65 PS)	
Leasing-Sonderzahlung	1.839,00 €
Jährliche Fahrleistung	10.000 km
Vertragslaufzeit	48 Monate
<b>48 monatliche Leasingraten à</b>	<b>140,00 €</b>
<b>Kraftstoffverbrauch in l/100 km, innerorts: 5,8; außerorts: 3,9; kombiniert: 4,6. CO<sub>2</sub>-Emission in g/km, kombiniert: 106. Effizienzklasse B.<sup>2</sup></b>	

<sup>1</sup>Ein Angebot der ŠKODA Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, Inkl. Überführungskosten, Bonität vorausgesetzt.  
<sup>2</sup>Ermittelt im neuen WLTP-Messverfahren, umgerechnet in NEFZ-Werte zwecks Pflichtangabe nach Pkw-EnVKV. Nähere Informationen erhalten Sie bei uns oder unter [skoda.de/wltp](http://skoda.de/wltp)  
<sup>3</sup>36 Monate Garantieverlängerung im Anschluss an die zweijährige Herstellergarantie mit der ŠKODA Garantie+, der Neuwagen-Anschlussgarantie der ŠKODA AUTO Deutschland GmbH, Max-Planck-Str. 3-5, 64331 Weiterstadt, bei einer maximalen Gesamtfahrleistung von 50.000 km. Die Leistungen entsprechen dem Umfang der Herstellergarantie. Mehr Details hierzu erfahren Sie bei uns oder unter [skoda.de/garantieplus](http://skoda.de/garantieplus)

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.



**Automobile Friedenseiche GmbH**  
Castroper Hellweg 109, 44805 Bochum  
Tel.: 0234352914, Fax: 02349362186  
[info@automobile-friedenseiche.de](mailto:info@automobile-friedenseiche.de)  
[www.automobile-friedenseiche.de](http://www.automobile-friedenseiche.de)





✉ Leserbrief

Zu unserem Artikel „Gesundheitstipps“, Image 12/2021 Sprockhövel, erhielten wir folgenden Leserbrief, den wir hier auszugsweise wiedergeben:

1. Es wird allen Menschen unterstellt, dass der Wechsel von warmer Luft innen zu kalter Luft draußen unangenehm ist! Ich mag diese Temperaturunterschiede und empfinde es sehr anregend, nach einem Spaziergang in winterkalter Luft wieder in die warme Stube zu kommen! Auch aus der warmen Stube nach draußen ins Kalte zu gehen ist ein richtiger Frischekick für meinen Tag, der mich lebendig macht und belebt.

Die Behauptung, dass es allen Menschen schlecht dabei gehe, macht mich richtig wütend, da sensible Menschen so was ungeprüft glauben und dann vielleicht noch weniger raus gehen oder schon auf das Unangenehme warten und es dann auch so empfinden. Sie fördern mit diesem Artikel Winterdepressionen und Stubenhocken. Toller Gesundheitstipp.

2. Dort heißt es tatsächlich, dass die Ausbreitung von Bakterien und Viren durch den Wechsel von Warm nach Kalt und umgekehrt wahrscheinlicher wird.

3. Dort steht, dass Infekte mein Immunsystem schwächen! Das Gegenteil ist doch der Fall, dass regelmäßige kleine Infekte mein System trainieren und ich gut mit den Keimen zurecht komme.

4. Da steht, dass die Temperaturschwankungen eine echte Herausforderung ist und das Kreislaufsystem angreift oder Beschwerden und Symptome heraufbeschwört!!!

Zitat: „Wenn der Kreislauf unter den Temperaturschwankungen leidet und den Körper schwächt, sinken allgemein Kraft und Motivation.“

Und das ist auch noch der Schlusssatz des Artikels!

Jede andere Zeitschrift mahnt dazu, viel an die frische Luft zu gehen und die Kälte im Winter als gesunden Kältereiz zu nutzen, um das Herz-Kreislauf-System zu trainieren.

Draußen ist die Keimlast geringer als in trockener Innenraumluft, die Luft ist gesund und feucht, eine Wohltat für die Nasenschleimhaut. Ach ja, da kommt ja schon der nächste unglaubliche Artikel:

„Auch die Nase braucht Pflege“

Einen ganzen Artikel lang kann man lesen, wie schlecht es meiner Nase im Winter geht. Was da alles passieren kann.

Tatsächlich werden in den Tipps unten auch Nasenspülungen und Inhalationen empfohlen. Wie es aussieht bauen Ihre Artikel nicht aufeinander auf, sondern sind ein Sammelsurium von Empfehlungen, die sich auch gern mal auf schon einer einzigen Seite widersprechen. „Impfen und individuelle Maßnahmen“

Hier wird dann empfohlen, mit Kochsalz zu inhalieren.

Auch Nasenschleimhäute sind schon bei zu heißem Wasser zu Grunde gegangen, bei zu hoch dosierter Kochsalzlösung tritt die gegenläufige Wirkung ein, die Nase trocknet weiter aus.

Ich empfehle dringend, Artikel, wo es um die Gesundheit der Menschen geht, den Zeitschriften zu überlassen, die sich mit der Materie auskennen. Gesundheitsartikel sollten nicht verunsichern oder Ängste schüren, sondern die Menschen dazu ermuntern, sich gesundheitsbewusst zu verhalten. Zum Beispiel sich viel an der frischen Luft zu bewegen und auf angemessene Weise Wind und Wetter auszusetzen. Das ist die beste Gesundheitsvorsorge und auch gegen Winterblues. Medizinische Tipps müssen auch für Nichtmediziner verständlich und unmissverständlich sein.

Andrea Hügelmann, gern auch als Gegendarstellung

Liebe Leserin, lieber Leser!

Bitte beachten Sie, dass Leserbriefe keine redaktionelle Meinungsäußerung darstellen. Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zur Veröffentlichung auszuwählen und zu kürzen.



## Wissen, was in einem Trauerfall zu tun ist, gibt Sicherheit

Die meisten Menschen informieren sich erst dann über eine Bestattung, wenn sie sich mit einem Sterbefall konfrontiert sehen. Oft wissen Angehörige wenig über das Thema und welche Entscheidungen bei einer Bestattung eines Verstorbenen eigentlich getroffen werden müssen. Ob die Wahl der Bestattungsart, die Organisation der Trauerfeier oder die Schaltung von Traueranzeigen und vieles mehr. Verständlicherweise sind Betroffene mit diesen Angelegenheiten oft überfordert. Die Bestattungsunternehmen vor Ort helfen Ihnen gern, sich auf verschiedene Situationen vorzubereiten. Ganz gleich, ob Sie

sich angesichts eines konkreten Trauerfalls oder präventiv über Themen wie Bestattungsarten, Trauerbewältigung und Erbrecht informieren möchten.

**Heutzutage muss jeder Mensch für seine eigene oder die Bestattung seiner Angehörigen finanziell selber aufkommen.**

Wer vorsorgt, entlastet seine Angehörigen. Bestattungsvorsorge bedeutet aber auch, die eigenen Wünsche für die zukünftige Bestattung inhaltlich und finanziell abzusichern.

## Seriöse Bestatter unterstützen im Trauerfall



Seriöse Unternehmen sind in der Regel in der Region verwurzelt, haben ein Ladengeschäft und idealerweise das „Markenzeichen der Bestatter“.

Foto: Bundesverband Deutscher Bestatter/akz-o

Der Tod eines nahen Angehörigen bedeutet: Ausnahmezustand. In diesem Fall sucht man nach schneller professioneller Unterstützung und dies – ganz natürlich für uns, den „Homo digitalis“ – auch im Internet. Klare Kriterien helfen bei der Online-Suche nach qualifizierten und seriösen Bestattern.

**Wichtig: Geschultes Personal**

Bei der Internetsuche gibt es eine nahezu undurchschaubare Auswahl. Deshalb helfen persönliche Erfahrungen und Empfehlungen. Außerdem belegen Kundenumfragen, wie wichtig geschultes Personal ist: „Mehr konnte uns nicht abgenommen werden. Wir waren dankbar für die nette Unterstützung.“ In Deutschland kann praktisch jeder

ein Gewerbe als Bestatter anmelden. Deshalb setzt der Bundesverband Deutscher Bestatter e. V. (BDB) auf Qualitätsstandards. Hierzu gehören Aus- und Fortbildungen zur Bestattungsfachkraft und zum Bestattermeister. Betriebe, die den Gütenachweis „Markenzeichen der Bestatter“ führen dürfen, haben ihre besondere fachliche und persönliche Qualifikation nachgewiesen und sind vom Handwerk geprüft. Im Falle des Markenzeichens wird die Einhaltung der Qualitäts-Verpflichtungen durch unabhängige Prüfer und regelmäßige interne Kontrollen verbürgt und gewährleistet.

**Kompetente Ansprechpartner**

Was viele Menschen nicht wissen: Zahlreiche Online-Anbieter sind lediglich provisionsbasierte Vermittlungsportale, die mit einem echten Bestattungshaus vor Ort mit Trauerbegleitung, Beistand und vor allem mit echten und kompetenten Menschen als Ansprechpartnern nichts zu tun haben. Sie verlangen den Bestattern Provisionen in Höhe von 12 bis 20 % ab. Ganz ohne Provisionszahlungen gibt es die Online-Suche des BDB auf [www.bestatter.de](http://www.bestatter.de). Hier sind rund 85 % der in Deutschland tätigen Bestatter gelistet. Die meisten Menschen haben keine konkrete Preis Erfahrung mit Bestattungen, daher ist Kostentransparenz so wichtig. Zu den Beerdigungskosten zählen nicht nur die klassischen Bestatter-Dienstleistungen, sondern auch Friedhofsgebühren, Kosten für die Einäscherung, für ein Grabmal oder die Grabpflege.

**Bedürfnisse und Anliegen**

Wenn Sie sich für ein Bestattungshaus entschieden haben, kann der Bestatter in einem Telefonat oder einem persönlichen Gespräch Ihre Bedürfnisse und Ihr Anliegen mit Ihnen und Ihrer Familie besprechen. „Eine Nacht darüber zu schlafen“ oder Rücksprache mit anderen Angehörigen zu halten, ist möglich, auch wenn oft im Hinblick auf Termine rasch entschieden werden muss. akz-o

BESTATTUNGEN

# ROMPF

e.K.  
Inhaberin: Anke Schellenberg

*Einfühlsam begleiten*

---

Mitglied im Bestatterverband NRW e.V.  
Partner des Bergischen Krematoriums Wuppertal  
Partner der Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG

---

Eisenbahnstr. 11 • 45549 Sprockhövel  
Tel.: 0202 - 76 96 87 90 • Mobil: 0170 - 44 77 905



**STARK SEIN, WENN SIE ES NICHT KÖNNEN.**

Wir tun alles für Sie. Verlassen Sie sich darauf.



Auf dem Haidchen 42  
45527 Hattingen-Welper

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

Tel. 0 23 24 - 64 95

BESTATTUNGEN  
**Triestram**

[www.triestram-bestattungen.de](http://www.triestram-bestattungen.de)



# Den eigenen Garten mit Naturstein aufwerten

Mit Granit, Basalt, Sandstein oder Ähnlichem den eigenen Garten naturnah und individuell gestalten



Von einem kuscheligen Sitzplatz im eigenen Garten geträumt? Mit einem Kies- oder Splittbelag, einem Kleinpflaster aus schwarzem Basalt und grauem Granit lässt sich dieser Wunsch schnell realisieren – robust, schön und zeitlos.

Naturstein als hochwertiges Baumaterial überdauert alle kurzlebigen Trends, egal ob im kleinen Garten am Reihenhaushaus, in der Stadtvilla oder im wild-romantischen Naturgarten.

**Je länger Naturstein im Garten bleibt, um so schöner wird er**

Gebrauchsspuren und Patina sind erwünscht. Ungeduldige verwenden einfach antikes Baumaterial, damit Wege oder der Sitzplatz den Charme vergangener Tage ausstrahlen. Verschiedene

Gesteine weisen natürlich unterschiedlichste Farbtöne auf, so dass sich zahlreiche Gestaltungsmöglichkeiten ergeben. Mit fantasievollen Ornamente bekommt Ihre Terrasse eine ganz individuelle Note, Mosaik- oder Kleinpflaster können Sie in klassischen Mustern wie z.B. dem Schuppenverband verlegen lassen.

Granit zählt zu den Favoriten unter den Natursteinen. Genutzt wird er für Stufen, Palisaden und Pflasterbelag, aber auch für dekorative Kugeln, Steinbänke, Vogeltränken oder Brunnen. Der Stein kommt in Blau-, Grün-, Rottönen und verschiedenen Grau-Nuancen vor, sodass er viele Gestaltungsmöglichkeiten bietet. Aufgrund seines Härtegrades ist er außerordentlich widerstandsfähig und langlebig.

Für einen Sitzplatz mit mediterranem Flair bieten sich Sandsteinplatten in einem warmen Gelb- oder Rotton an. Neben viereckigen Formaten sind unregelmäßig gebrochene Polygonalplatten eine schöne Wahl.

**Auch große Findlinge wirken ausgesprochen malerisch.**



## Neue Bäume braucht das Land

Nichts bleibt, wie es ist, auch nicht im Garten und in der Pflanzenwelt. Heißere Sommer oder auch zugewanderte Schädlinge führen dazu, dass heimische Baumarten leiden. Immer mehr Arten aus dem südosteuropäischen Raum oder auch aus Amerika oder Asien erfreuen sich deshalb wachsender Beliebtheit.

Es gibt neue Arten, die eine hohe Widerstandskraft gegen Krankheiten aufweisen. Dazu zählt der aus Chile stammende Affenbaum mit seinen auffällig breiten Nadeln. Kaum empfindlich gegen Luftverschmutzung ist der Europäische Zürgelbaum, der bis zu 20 Meter hoch wird, ovale bis eiförmige Blätter und beerenförmige, rot-schwarze Steinfrüchte besitzt. Gut mit Trockenheit kommen der Trompetenbaum mit dekorativen herzförmigen Blättern oder der rotblättrige Spitzahorn zurecht.

Für bepflasterte Standorte, zum Beispiel in Dachgärten, eignet sich der schnell wachsende Falsche Christudorn. Das aus den USA stammende Gewächs trägt auf seinem gefurchten, grauen Stamm bizarre Stacheln. Inzwischen gibt es auch dornenlose Sorten.

Welche Wünsche heimische und importierte Baumarten an Standort, Boden oder an ihre pflanzlichen Nachbarn haben, wissen Experten in den Baumschulen vor Ort. Wer rechtzeitig Rat einholt, hat lange Freude an seinen Pflanzungen.

Gut mit veränderten Klimabedingungen zurecht kommen auch die Hainbuche, die Silberlinde, Schwedische Mehlbeere oder der vom amerikanischen Kontinent stammende Amberbaum mit seiner schönen Herbstfärbung in Gelb- und Rottönen.

spp-o



## Pflegeschnitt möglich

Laut Paragraph 39 des Bundesnaturschutzgesetzes ist es vom 1. März bis 30. September nicht erlaubt, Gehölze radikal zurück- bzw. bodennah abzuschneiden oder gar zu roden. Durch dieses Schnittverbot sollen brütende Vögel geschützt werden. Wer dagegen verstößt, muss mit einer Bußgeldstrafe rechnen. Schonende Form- und Pflegeschnitte sind jedoch auch im Frühjahr und Sommer erlaubt. Und auch dabei sollte man natürlich darauf achten, dass keine Nester zerstört werden.

### Wenn Hecken und Sträucher aus der Form geraten sind

Die beste Zeit für solche Arbeiten ist der Herbst oder der Winter. Fast alle laubabwerfenden Hecken können durch einen starken Rückschnitt problemlos verjüngt werden. Etwas schwieriger ist es bei immergrünen Heckensträuchern. Der Experte für Garten und Landschaft weiß, welche dieser Gehölze einen kräftigen Schnitt vertragen. Eibe und Liguster beispielsweise sind hier sehr robust, bei alten Berberitze-, Buchsbaum- oder Feuerdornhecken ist dagegen Vorsicht geboten. Die Pflanzen treiben zwar zumeist wieder aus, aber es kann lange dauern, bis sie sich wieder zu einer ansehnlichen Hecke entwickelt haben. Oftmals ist es ratsam, vergreiste Pflanzen durch neue zu ersetzen. Diese Aktivitäten sollten aber langfristig geplant und besprochen werden. Der Landschaftsgärtner vor Ort berät, welche Maßnahmen im konkreten Fall am sinnvollsten sind und wie man den Garten wieder auf Vordermann bringt.

### Auf den Stock setzen

Unter „auf den Stock setzen“ versteht man das Abschneiden von Sträuchern auf einer Höhe von etwa zehn bis 20 Zentimetern. Dabei wird also nicht nur großzügig ausgelichtet, sondern alle Äste werden komplett entfernt. Es ist die traditionelle Pflegemethode für Feld- und Wallhecken. Besonders einheimische Gehölze wie Hainbuche, Haselnuss oder Holunder vertragen dies sehr gut und treiben aus den sogenannten schlafenden Augen des verbliebenen Stammrestes verjüngt wieder aus. Man erreicht damit, dass Sträucher und Hecken auch im unteren Bereich langfristig schön dicht bleiben und wieder vermehrt Blüten und Früchte tragen. Natürlich ist es nicht unbedingt sinnvoll, gleichzeitig alle Sträucher im Garten oder innerhalb einer Hecke herunter zu schneiden, denn das wäre in der ersten Zeit danach ein doch zu trostloser Anblick. Lieber sollte man sich bei den Sträuchern abwechseln bzw. bei einer Hecke jedes Jahr ein anderes Teilstück verjüngen.

Quelle: BGL



...mehr als NUR Steine!



Natursteinbrüche Bergisch Land GmbH, Hahnenfurth 5, 42327 Wuppertal · Fon +49 20 58 78 26 90

Natursteinbrüche Bergisch Land

...für Haus und Garten

- Terrassenplatten aus Stein
- Pflastersteine und Palisaden
- Mauersteine und Felsen
- Gabionen, Brunnen und Deko...

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

Bommerholzer Baumschulen

Starten Sie mit uns in den Frühling!

Wir bieten Ihnen zu jeder Jahreszeit ein breites Sortiment hochwertiger Containerpflanzen auf 1,2 ha Verkaufsfläche.

Beste Qualität und fachliche Beratung sind in unserer Baumschule selbstverständlich!



Bommerholzer Str. 98 • 58456 Witten-Bommerholz  
Tel.: 0 23 02/ 66 05 0 • Fax: 0 23 02/ 7 13 30 • Mo.-Fr. 8-18 Uhr • Sa. 8-14 Uhr  
Internet: [www.bommerholzer-baumschulen.de](http://www.bommerholzer-baumschulen.de)



Wir haben Sie alle!  
Und den Service dazu.



Besuchen Sie uns!

**G. Dammertz**  
Motor- und Gartengeräte  
Wittener Straße 192  
45549 Sprockhövel-Hiddinghausen  
Telefon (0 23 39) 45 17



# Wenn Vergangenes durch Papier wieder lebendig wird

Sprockhöveler Architekt Volker Winkelmann kreiert aus historischen Gebäuden Modellbausätze

Er könnte ganz Sprockhövel en miniature bauen, beschränkt sich aber auf die historischen Gebäude. „Die Aufgabe muss mich reizen und viele neue Gebäude erfüllen diesen Anspruch für mich nicht“, sagt der Sprockhöveler Architekt im Ruhestand Volker Winkelmann, der selbst mit seiner Familie in einem historischen Gebäude an der Wuppertaler Straße lebt. Ob Zeche Alte Haase, die Evangelische Kirche mit ihrem markanten Zwiebelturm, Bauernhäuser oder das ehemalige Schrankenwärterhaus in Niedersprockhövel – die historischen (Nach)Bauten in den Maßstäben H0 1:87 oder N 1:160 sind nichts für Grobmotoriker. Die filigranen Modelle entstehen aus farbig bedrucktem Karton 200g/m<sup>2</sup> und vor dem fertigen Ergebnis steht viel historische Recherche. Alte Fotos, Lagepläne, Kontakt zu Archiven oder zu Personen wie Sprockhövels ehemaliger Stadtarchivarin Karin Hockamp oder dem Heimatforscher Hans-Dieter Pöppe lassen Volker Winkelmann ein fundiertes Wissen über die Objekte zusammentragen, die er zeichnen und als Bastelsatz herstellen will. „Ich komme ursprünglich vom Zeichnen und habe das schon als Kind gern gemacht. In der Schule hat man mir am Anfang nicht geglaubt, dass das Männlein mit den ‚richtigen‘ Beinen statt mit Strichlinien tatsächlich mein Werk und nicht das eines Erwachsenen war“, lacht der Architekt. Gezeichnet hat er in seinem Beruf natürlich immer. Doch den Zeichenstift schwang er auch gerne privat und für Kurse an der Volkshochschule. Mitte der 80er Jahre hatte er so viele Federzeichnungen beisammen, dass sie in einem Kalender gebündelt wurden. „1985 wurde in Sprockhövel das alte Schrankenwärterhaus abgerissen und ich wollte es optisch gerne für die Nachwelt erhalten. Deshalb habe ich es gezeichnet und daraus entwickelte sich das Kalender-Projekt.“



Der Architekt Volker Winkelmann liebt Modellbausätze.

(1796–1860), dem Vater des Begründers des wissenschaftlichen Sozialismus Friedrich Engels (1820–1895). Der erblickte einige Meter weiter das Licht der Welt, doch sein Geburtshaus wurde im Zweiten Weltkrieg zerstört. Das „Engels-Haus“ ist seit 1970 ein Museum und wurde 2016 für eine umfangreiche Renovierung anlässlich des 200. Geburtstages von Friedrich Engels 2020 geschlossen. Pandemiebedingt wurde es am 11. September 2021 wieder eröffnet. „Aufgrund der Renovierung gab es beispielsweise Veränderungen an der Verschieferung und daher habe ich mein bisheriges Hausmodell angepasst“, erzählt Winkelmann, der auch das zerstörte Geburtshaus von Friedrich Engels als Modellsatz kreierte.

Natürlich wohnt Volker Winkelmann selbst in einem alten Fachwerkhaus. Es heißt „Am Hecke“ und der Name geht zurück auf die frühen Besitzer Heckmanns. „Um 1910 hat mein Urgroßvater den Hof gekauft und natürlich hat es im Laufe der Generationen zahlreiche Veränderungen gegeben. Neben dem Hauptgebäude stand auch einmal eine Doppelgarage aus Wellblech. Hier entstand unter meinen Händen ein Gebäude, welches als Büro und Werkstatt für mich sowie für die Heilpraktikertätigkeit meiner Frau genutzt wird.“ Selbstverständlich gibt es auch „Am Hecke“ als Modellbausatz.

Und es gibt noch mehr. Mit alten Gebäuden kann man auch spielen. Die Spielkarten „Memo – finde das Detail“ vermitteln historisches Wissen und fördern Kombination und Scharfsinn. „Mir macht es Freude, über Ahnenforschung und Stadtgeschichte alte Gebäude zum Leben zu erwecken“, sagt er. Infos zum Modellbau unter [www.volkerwinkelmann.de](http://www.volkerwinkelmann.de).



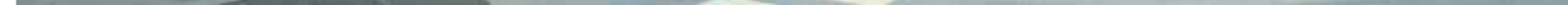
Die Zwiebelturmkirche als Modell

werden wollen – ein hoher Schwierigkeitsgrad für Grobmotoriker. Wenn es aber fertig ist, sieht es wunderhübsch aus – ganz egal, ob Sprockhövels Wahrzeichen allein in einer Vitrine steht oder beispielsweise in eine Modelllandschaft mit Eisenbahn integriert wird. „Manche Modellbauer legen sehr viel Wert darauf, ein historisches Gebäude zu einer ganz bestimmten Zeit nachzubilden“, erzählt Winkelmann. Daher muss wirklich alles stimmen. So hat er etwa das Wuppertaler „Engels-Haus“ extra noch einmal nachgebaut. Das Haus gehört zu weiteren vier Wohnhäusern, die die Familie Engels besaß. Es ist das Geburtshaus von Friedrich Engels sen.



Alte Gebäude haben es dem Sprockhöveler Volker Winkelmann angetan.

Alle Fotos: Pielorz



**WERDE TEIL UNSERES TEAMS!**

Alles sofort für  
Dein Zuhause

**TRENDS**  
by OSTERMANN



**OSTERMANN**

**In diesen Berufen bilden wir Dich zum 1.9.2022 aus:**

- Kaufmann/Kauffrau für Büromanagement
- Kaufmann/Kauffrau im E-Commerce
- Kaufmann/Kauffrau im Einzelhandel (Wohnbedarf)
- Kaufmann/Kauffrau im Einzelhandel (Küchenverkauf)
- Kaufmann/Kauffrau im Einzelhandel (Fachsortimente)
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Fachkraft für Möbel-, Küchen- und Umzugsservice

*Wir freuen uns  
auf Dich!*



Einrichtungshaus Ostermann GmbH & Co. KG • Firmensitz: Fredi-Ostermann-Str. 1-3, D-58454 Witten

**Informiere Dich unter [jobs.ostermann.de/ausbildung](https://jobs.ostermann.de/ausbildung)**



**DUO**  
Optik & Akustik  
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

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

**JUWELIER LÜTTGEN**  
UHREN & SCHMUCK  
SEIT 1980

**Goldankauf**

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

**WOHNMOBIL-CENTER**  
Am Wasserturm

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**

☎ 03944-36160  
www.wm-aw.de

**Reiseservice**  
Gabriela Bierwirth

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

**10 % Gutschein**

\*für deinen nächsten Einkauf bis zum 31.03.2022

**INTERSPORT** im UG  
**GUEVENC**

Stadt Galerie Witten

**Ka-ka-o**

Denken Sie auch: „Schon wieder März?“ Oder „Endlich ist die dunkle Zeit vorbei?“ Der Monat Januar erscheint mir immer unendlich lang, diesmal brachte er nur graue Wolken mit wenigen himmelblauen Lichtflecken, erinnerte mit seinen Sturmböen an Kyrill am 19. Januar 2007 und an die Hamburger Sturmflut am 16. Februar 1962.

**Und dieses begonnene Jahr, was hält es noch bereit?**

Ein jeder in meiner Familie hat an Sylvester auf einem großen Bogen weißen Papiers in Stichworten Wünsche und Pläne eingetragen. Beim nächsten Jahreswechsel werden wir sehen, was sich realisiert, was sich verändert hat.

Dass Corona in seiner Variationsgeschwindigkeit weiterhin den ersten Platz mit dem Wunsch um die erfolgreiche Bekämpfung dieses tückischen Virus einnimmt, braucht keiner weiteren Erwähnung, ebenso nicht all die beruflichen, bescheiden materiellen, emotionalen Hoffnungen und Vorhaben. Was aber würden Sie denken, wenn Sie auf meiner Wunschseite das Wort „Kakao“ lösen?

Ich werde es Ihnen mit einer Geschichte verraten:

**Das Häubchen**

Sitzt ein Ehepaar auf ledergepolsterten Sesseln im lichten, weit-

läufigen Sprechzimmer des Arztes ihres Vertrauens, spricht miteinander, fragt sich, wann der Arzt wohl erscheinen werde, erläutert das Weltgeschehen. Vorerst kommt eine junge Sprechstundenhilfe lächelnd herein, um die Herrschaften zu fragen, ob sie etwas zu trinken wünschten:

„Einen Kaffee, ein Wasser?“ Die Dame bittet um eine Tasse Kaffee, der Herr schweigt.

„Wie trinken Sie den Kaffee? Mit Milch und Zucker?“ „Ja bitte, mit allen Sünden der Welt.“ „Und für den Herrn?“

Er schweigt weiterhin, lächelt aber bereits ein wenig, wobei seine blauen Augen zu leuchten beginnen. „Wissen Sie, mein Mann tränke am liebsten eine Tasse Schokolade. Aber Sie haben gewiss keinen Kakao, nicht wahr?“

Dabei verschweigt die Dame wohlweislich, dass ihr aus dem badi-schen Ländle kommender Mann nicht „Kakao“ sagt, sondern die Silben leicht pausierend trennt, so dass als Getränk zur allgemeinen Belustigung „Ka-ka-o“ zu hören ist. „Nein, Kakao gibt es hier nicht, aber ich habe eine Flasche Kakao mitgebracht, weil ich auch so gern Kakao trinke.“ Jetzt strahlen die blitzblauen Augen des Mannes voller neugieriger Begeisterung.

„Darf ich Ihnen einen Becher Kakao abgeben?“

„Wenn ich darum bitten darf?“ „Kalt oder lieber warm?“

„Ach, wenn es keine große Mühe macht, hätte ich lieber eine Tasse warmer Schokolade.“



In diesem Fall zieht der Herr es vor, ‚Schokolade‘ zu sagen, um sich mit dem ‚Ka-ka-o‘ nicht lächerlich zu machen.

Wenig später serviert die charmante junge Dame den Kaffee – mit einem Döschen Milch und zwei Zuckerstückchen, die auf dem Rand der Untertasse drapiert sind. Sie verlässt lächelnd den Raum, um kurz darauf wiederzukommen mit einem Becher dampfenden Kakao, den sie mit einem gewinnenden Lächeln vor den Herrn auf den Schreibtisch stellt:

„Leider fehlt hier das Sahnehäubchen.“

„Aber nein, Sie sind doch das Sahnehäubchen!“

Nun lächeln, nein, strahlen sie alle drei: die junge liebenswürdige Sprechstundenhilfe, der galante Herr, die Ehefrau – sie kennt den Charme ihres Mannes.

Nicht nur wegen dieser Geschichte, sondern wegen des Wortes ‚Kakao‘ habe ich dieses Wort auf meine Wunschliste geschrieben. Im vergangenen Jahr schellte vormittags das Telefon im Wohnzimmer, während, wie üblich, eine Kasserolle voller Kakao auf dem angeschalteten Herd stand. Die Fortsetzung können Sie sich gewiss denken. Nicht nur der Geruch nach Angebranntem, sondern auch meine blitzartige Erinnerung an ‚der Kakao‘, ließ mich in die im Kakao schwimmende Küche stürzen, wo der Titel für die nächste Geschichte feststand: Ka-ka-o.

Dass ich jetzt immer am Herd stehen bleibe, bis ich den dampfenden Kakao in die Kanne umgefüllt habe, beweist ja mein Stichwort auf dem Wunschzettel, allerdings ohne Sahnehäubchen.

Barbara Hoth-Blattmann

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

**Sternsinger sammeln Spenden**

Sie brachten den Segen auf Distanz oder waren als Segenspostboten von Briefkasten zu Briefkasten unterwegs: Die Sternsinger in der Pfarrei St. Peter und Paul Witten Sprockhövel Wetter haben Anfang des Jahres bei der Aktion Dreikönigssingen insgesamt 31.430,84 Euro an Spenden gesammelt. In St. Josef Sprockhövel-Haßlinghausen sammelten sie 10.868 Euro, 7103,22 Euro wurden in St. Januarius Nieder-sprockhövel gespendet.



Mit dem Geld werden Projekte für Not leidende Mädchen und Jungen in aller Welt unterstützt. In diesem Jahr stand die Aktion Dreikönigssingen unter dem Motto „Gesund werden – gesund bleiben. Ein Kinderrecht weltweit“.

**SUDOKU lösen – das Gehirn fit halten**

Nehmen Sie sich etwas Zeit zum Lösen des SUDOKUS – ein wenig Gehirnjogging im Alltag kann doch nicht schaden. Bei dieser Rätselvariante wird nicht Ihr Wissen abgefragt, sondern Sie werden zum logischen Kombinieren von Zahleninformationen aufgefordert. Da kann man schon mal an die Grenzen seiner Kombinationsgabe gelangen. Und für diejenigen, die doch verzweifeln... die Lösung liegt nah ☺. Viel Spaß beim Rätseln!

Image bei Facebook  
image-witten.de/fb  
oder über die Webseite  
www.image-witten.de

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

**Impressum**

**Titelbild:** Bildungszentrum in Sprockhövel, Foto: U. Kathagen  
**Herausgeber:** Monika Kathagen ☎ 02302/9838980  
Wasserbank 9, 58456 Witten  
**Verlag und Redaktion:** Kathagen-media press  
E-Mail: info@image-witten.de  
www.image-witten.de  
**Anzeigen und Redaktion:** Barbara Böhner-Danz, Matthias Dix, Cornelia Hamacher, Monika Kathagen, Jessica Meckler, Tilsa Mustafi, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter (Es gilt die Verlagsanschrift)

**Verteilung:** DBW Werbeagentur GmbH, Bochum  
**Druck:** BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn  
**Erscheinungsweise und Auflage:** Monatlich, kostenlos, Auflage 16.500 Exemplare. Haushaltsverteilung unter anderem in Nieder-sprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen.

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

**Nächster Erscheinungstermin:**  
**Montag, 4.4.2022**  
Anzeigenschluss: Freitag, 18.3.2022

**LVR LWL**  
Qualität für Menschen

**WELCHE ZUKUNFT HAT DIE ZUKUNFT?**

**FUTUR 21** kunst industrie kultur

32 Künstler:innen  
16 Industriemuseen  
1 Festival  
5.3. – 2.4.2022  
futur21.de

**NEU ONLINE-WERBUNG auf image-witten.de**  
Sichern Sie sich die bestmögliche Platzierung!

- › verschiedene Platzierungsmöglichkeiten › tagesaktuell
- › alle Nachrichten kostenlos für den User
- › starke Reichweite

Platzierungsbeispiele auf der Startseite

ImageMagazine Superbanner

Medium Rectangle

Fullbanner

ab 50 € zzgl. MwSt.

Ihre Ansprechpartnerin rund um die Online-Werbung:  
**Jessica Meckler**  
Wasserbank 9 | 58456 Witten  
Telefon: 02302-9838987  
E-Mail: jm@image-witten.de



**22.000 €  
für  
Vereine!**

Der AVU  
Vereins-  
Wettbewerb

Jetzt  
bewerben:  
[avu.de/krone](https://avu.de/krone)



**An Eurer Seite!**

**AVU...Krone**