

ImageWitten



www.blauer-engel.de/uz195

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

RG4

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

MIT REGIONALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN

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



Badespaß bei der Freibaderöffnung in Annen. Foto: TAS

KFZ FRÖMLING

AUTO PRO

DIE WERKSTATT.

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

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

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

Liebe Leser,

diese Ausgabe bietet mal wieder viele interessante Berichte für Jung und Alt. Und nicht nur für Jung und Alt, sondern gerade auch über Jung und Alt. Auf unserer Titelseite zum Beispiel findet man zwei Exemplare der Kategorie „Jung“ – die das kühle Nass im Annener Freibad genießen. Genießen sie gerade nicht ihre Freizeit, drückt „Jung“ meistens noch die Schulbank. Umso schöner, dass es beim Berufskolleg Witten vorangeht. Trotz Hindernisse hat Gebäude E dort nun endlich Richtfest feiern dürfen. Alles Weitere zum Thema lesen Sie auf Seite 36. Meistens geht auch die Suche nach der passenden Ausbildungsstelle mit dem Jungsein einher. Passenderweise findet am 10. Juni der 9. Wittener Markt der Ausbildung statt – unsere Sonderseiten mit einigen Inspirationen finden Sie auf den Seiten 28 bis 31.

Eine Sache, die leider meistens das Alter mit sich bringt, ist die Krankheit Demenz. Über die Erkrankung und passende Hilfsangebote berichten wir auf den Seiten 12 und 13. Warum bei dem Thema ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte Vorsicht geboten ist, erfahren Sie auf Seite 8.

Aber insgesamt kann man das mit Jung und Alt doch auch gar nicht so genau nehmen, oder? Denn wie heißt es so schön: jung ist der, der sich jung fühlt. Und für eine Neuorientierung ist es bekannterweise ja nie zu spät. Wichtig ist, dass man glücklich ist mit dem, was man tut.

Ihre Image-Redaktion

Zum Titelfoto Hinein ins kühle Nass!

Mit Anlauf ins kühle Nass – endlich. Pünktlich zur Freibad-Eröffnung gab es strahlenden Sonnenschein. Morgens drehen nun wieder die Dauerschwimmer ihre Runden in Annen. Eigens für die Schnellen ist eine Schwimmbahn eingerichtet. Wer es jedoch lieber etwas ruhiger mag, darf sich auf neue Liegen freuen: 70 haben die Stadtwerkeverantwortlichen neu bestellt. Die Lieferung verzögert sich – coronabedingt. Dafür gibt es aber keine Einschränkungen wie im vergangenen Jahr. Geändert hat sich das Kassensystem: Statt Saison- und Zehnerkarten gibt es nun eine Geldwertkarte. Diese kann man mit einem Wunschbetrag aufladen. Je höher der Betrag desto mehr Rabatt gibt es und Stadtwerkekunden profitieren ebenfalls. Wer dann genügend Kalorien verbrannt hat, darf sich auf das bewährte Angebot am Freibadkiosk freuen.

Tanja Schneider

Neustart der AIDS-Beratung

Nach langer pandemiebedingter Beratungspause bietet der Ennepe-Ruhr-Kreis wieder persönliche Sprechzeiten zu den Themen HIV, AIDS und sexuell übertragbare Erkrankungen an. Die Beratungen und HIV-Tests sind anonym und kostenfrei.

Termine finden nach Vereinbarung mittwochs in der Nebenstelle des Gesundheitsamtes in Witten und dienstags im Schwelmer Kreishaus statt. Eine Terminabsprache ist, gerne auch unter Pseudonym, über hiv-beratung@en-kreis.de möglich. Aus Infektionsschutzgründen wird derzeit noch keine offene Sprechstunde angeboten.

pen

Turmuhre am Rathaus: Läuft!



Foto: Jörg Fruck

Alle vier Turmuhren am Wittener Rathaus zeigen wieder die Mittagszeit an. Ja und? Ja endlich! Denn lange Zeit standen die Zeiger der Uhr still bzw. fehlten sogar. Sie hatten sich verhakt, was wiederum die Antriebswelle verbogen hat. Folge: Die Zeiger mussten gerichtet und die Welle ersetzt werden. Einmal dran, wurde dann auch das Uhrwerk gereinigt und geschmiert. Und einen neuen Rundsteuerempfänger (natürlich nicht historisch), der für die

sekundengenaue Zeitanzeige verantwortlich ist, gab es auch. Dank der Fachfirma Korfhage, die sich liebevoll um die rund 20 Kilogramm schweren Zeiger und die Mechanik der Uhr gekümmert hat, und mithilfe von Industriekletterern laufen die vier Uhren nun also wieder rund!

Damit ist wieder möglich, was vor dem Stillstand für viele Wittener ganz normale Gewohnheit war: Ob aus dem Bus in Richtung Wittener Innenstadt schauend, zu Fuß über die Kreuzung Wideystraße / Hauptstraße gehend, oder unterwegs auf dem Rathausplatz – man kann mal eben hoch zum Rathauturm schauen, wie spät es ist.

optic bongers
kontaktlinsen u. brillenmoden

Einem Teil dieser Image-Ausgabe ist ein Flyer der Firma „Optic Bongers“ beigelegt. Wir bitten um Beachtung.



Image

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 7.7.2022
Anzeigenschluss:
Mittwoch, 22.6.2022

Burgfreunde bitten um Rücksicht



Aus gegebenen Anlass bitten die Burgfreunde Hardenstein die Besucher der Burgruine um mehr Respekt vor der ehrenamtlichen Arbeit und der Burgruine Hardenstein! Leider wird unsere Arbeit oft unterkariert und somit in Frage gestellt... Die Burgruine Hardenstein ist ein unter Denkmalschutz stehendes Baudenkmal, was einigen Zeitgenossen scheinbar nicht bewusst ist! Das Gelände der Burgruine Hardenstein ist kein Freizeitpark, Abenteuerspielplatz, Klettergarten. Wir bitten daher alle Besucher sich entsprechend zu verhalten:

- Der sog. Steinplatz ist kein Sandkasten. (Die Steine werden zum Restaurieren gebraucht.) Wir bitten die Steine nicht im Gelände umherzuschleppen.
- Pflanzenwuchs, Röhrriech, Stöcke, Äste bitte nicht im Gelände verteilen. Eltern sollten ihrer Aufsichtspflicht nachkommen!
- Raucher werden gebeten, ihre Kippen nicht im Gelände zu entsorgen.
- Wir bitten Müll und Abfall in dem am unteren Tor stehenden Mülltonnen zu entsorgen.
- Wir bitten die Mauerkronen (alle) nicht zu betreten (Beschädigungen, Absturzgefahr).
- Auf dem Gelände der Burgruine besteht ein Reitverbot! (Wir freuen uns immer über hinterlassene „Pferdeäpfel“ und Hundehaufen.)
- Wir bitten die Radfahrer, ihre Fahrräder an den jetzt neu aufgestellten Ständern abzustellen.
- Es besteht auf dem gesamten Gelände ein privates Verbot (Zelten, Grillen, Feten).

Die Burgruine ist kein rechtsfreier Raum. Zuwiderhandlungen werden strafrechtlich verfolgt!

Mit freundlichen Grüßen Hans Dieter Radke, 1. Vors.

Welche Bedeutung hat eigentlich Pfingsten?



Neunundvierzig Tage nach Ostern sind der Sonntag und Montag in den Kalendern als Feiertag eingezeichnet – Pfingsten findet statt.

Die Christen feiern an diesen zwei Tagen die Sendung des Heiligen Geistes durch Gott zu den Jüngern Jesu

und seine bleibende Gegenwart in der Kirche. Dazu steht im Neuen Testament: „Als der Tag des Pfingstfestes gekommen war, waren alle zusammen am selben Ort. Da kam plötzlich vom Himmel her ein Brausen, wie wenn ein heftiger Sturm daherkommt, und erfüllte das ganze Haus, in dem sie saßen. Und es erschienen ihnen Zungen wie von Feuer, die sich verteilten; auf jeden von ihnen ließ sich eine nieder. Und alle wurden vom Heiligen Geist erfüllt und begannen, in anderen Sprachen zu reden, wie es der Geist ihnen eingab.“ Die Jünger Jesu verstanden sich von diesem Moment an als Gottesvolk. In der christlichen Tradition steht Pfingsten daher auch für die Gründung der Kirche. Auf Abbildungen wird der Heilige Geist durch das Symbol einer weißen Taube dargestellt.

Die Bezeichnung für das christliche Fest stammt vom griechischen „pentēkostē hēméra“ und bedeutet „fünfzigster Tag“. Die Ableitung stammt deshalb aus dem Griechischen, da ein großer Teil des antiken Judentums griechisch sprach. Pfingsten liegt – je nach Lage von Ostern – immer zwischen dem 10. Mai und dem 13. Juni eines Jahres. Das Pfingstfest bildet so auch den feierlichen Abschluss der Osterzeit. Geleitet wird Pfingsten in der christlichen Kirche mit zwei Feiertagen, an denen oft Andachten und Prozessionen unter freiem Himmel abgehalten werden, jedoch nicht in dem Maße wie Weihnachten und Ostern.

Viele Pfingstbräuche entstanden

Über die Jahrhunderte haben sich an vielen Stellen des Landes Bräuche entwickelt, die an Pfingsten gepflegt werden. Im Kern drehen sie sich oft um das Thema Fruchtbarkeit von Pflanzen und Tieren. So werden in Mecklenburg die Pfingstochsen geschmückt, der Oberharz lockt viele Zuschauer mit dem ersten Viehaustrieb nach dem Winter und in Menden feiern die Menschen die Pfingstkirmes. Ähnlich wie zum 1. Mai machen sich in der Pfingstnacht Junggesellen in bestimmten Regionen des Landes auf, um ihrer Liebsten eine Birke an die Hauswand zu stellen.

Zweifelsohne hat Pfingsten in den westlichen Staaten nicht die Bedeutung wie Weihnachten und Ostern. Die Menschen nutzen Pfingsten bevorzugt zu Freizeit- und Urlaubsaktivitäten. Viele Vereine und Gruppen veranstalten zu Pfingsten ihre traditionellen Zeltlager. dx

Wahrnehmen oder absagen

Wer seinen mit der Bürgerberatung online vereinbarten Termin nicht wahrnehmen kann, sagt ihn bitte ab, das geht auch ganz leicht! Einfach den Stornierungscode nutzen, der mit der Terminbestätigung per Mail übersandt wird. Ist diese Mail schon gelöscht, funktioniert auch eine formlose Absage an buergerberatung@stadt-witten.de, mit der Information, welcher Termin abgesagt und damit für andere freigegeben wird. Gründe sind selbstverständlich nicht zu nennen. „Es geht uns nur darum, dass freier werdende Termine dann anderen Menschen zugutekommen“, sagt Birgit Bogner-Matthes. Allein in der ersten Maiwoche sind 129 Termine nicht wahrgenommen worden und im gesamten April waren es 252! Und das in Zeiten, in denen täglich zwischen 80 und 140 Terminwünsche in der Bürgerberatung eingehen...

Wer einen Termin vereinbaren möchte, kann das vom heimischen Sofa aus über die Online-Terminvergabe (www.witten.de in der Rubrik Bürgerservice), per E-Mail an Buergerberatung@buergerberatung@stadt-witten.de, oder telefonisch unter (02302) 581 1234.

GERNE FÜR SIE DA!
Ihr starker Elektrofachhändler vor Ort!

TV/HIFI/HEIMKINO
SATELLITEN-/HAUSTECHNIK
HAUSGERÄTE | PC/MULTIMEDIA
KAFFEE-VOLLAUTOMATENSERVICE
SERVICE UND INSTALLATION

Telefon Verkauf:
02302-1619 oder **-1610**

verkauf@euronics-kutsch.de
service@euronics-kutsch.de

euronics Kutsch
Kutsch GmbH
Dortmunder Straße 19
58455 Witten

www.euronics-kutsch.de



am Backoffice
Tel. 0176 – 66 99 90 31

Ich unterstütze Dich bei einem Großteil deiner Büroarbeit.

Ich...

- schreibe Rechnungen und Angebote (nach Vorgabe)
- bearbeite Kontoauszüge
- erstelle Mahnungen
- sortiere deine Belege
- hefte alles ab
- besorge Ordner und bringe eine Struktur in deine Ablage
- Auf Wunsch kontaktiere ich deinen Steuerberater*in und schicke ihm oder ihr die erforderlichen Unterlagen

Nebenbei...

- organisiere ich dein Archiv und entsorge auf Wunsch alte Akten nach DSGVO
- scanne wichtige Unterlagen und speichere sie auf einem externen Medium als pdf-Dateien

Andrea Münch • Telefon 0176 – 66 99 90 31 auch per SMS, WhatsApp oder SIGNAL • andrea@buero-muench.de • www.buero-muench.de

Julia Greiner ist Vize-Weltmeisterin im Irish Dance

TuS Stockum: „Ladybirds“ holen im Jazz'n'Dance-Wettkampf Bronze

Nach zwei Jahren ging es für die „Ladybirds“ vom TuS Stockum endlich wieder zu einem Wettkampf im „Jazz'n'Dance“: nach Meinerzhagen zu dem Qualifikationswettkampf der Kleingruppen. Auch wenn nur vier und nicht über 20 Gruppen an diesem teilnahmen, war das Gefühl wie früher: Aufregung, Nervosität, Adrenalin, Ehr-

geiz, Unterstützung, Teamgeist, Höchstleistung und pure Freude. „Trotz der geringen Vorbereitungszeit aufgrund von Corona und Team-Umstrukturierungen haben wir den 3. Platz erreicht, auf den wir sehr stolz sind. Wir freuen uns schon auf den Auftritt am Sommerfest des TuS Stockum, die nächste Saison und dann auch hoffentlich auf

den nächsten Wettkampf“, so die „Ladybirds“. Jazz'n'Dance hat das Merkmal, dass es keine festgelegte Form gibt und ist daher für andere Stile offen. Folklore über Klassik, Sport über Akrobatik werden im Jazz'n'Dance weich und fließend vermischt und verarbeitet. Dieses Tanzangebot sieht vor, sich an regionalen Wettkämpfen zu präsentieren.



Julia Greiner (17) vom TuS Stockum hat an der Weltmeisterschaft im Irish Dance teilgenommen und den 2. Platz im Championship U17 belegt. Die Veranstaltung ging insgesamt über vier Tage unter dem Titel „World & International Championships & Grade Feis“ und hat in Moers im ENNI Sportpark Rheinkamp stattgefunden. Die Tänzer aller Alters- und Leistungsklassen haben zunächst an Solo-Wettkämpfen teilgenommen, so auch Fenja Ahmann, Hannah Rehm, Kirsten Middeke und Elena Rogmann, die an diesem Tag einige

Medallien nach Hause bringen konnten. Beim Grade Feis gab es 167 Teilnehmer. Außerdem gab es noch Team-Wettkämpfe und die „Traditional Set Competition“ sowie die Solo Championships aller Altersklassen. Bei den Solo Championships gab es insgesamt 280 Teilnehmer aus Deutschland, Irland, England, Schottland, Spanien, Ungarn, Belgien, den Niederlanden, USA, Weißrussland, Schweiz, Spanien und sogar der Ukraine. Als Zeichen der Solidarität waren dieses Jahr alle Medaillen-Bänder und das Design der anderen Preise und Banner in

den Farben der Ukraine und auch eine der Wertungsrichterinnen kam aus der Ukraine. Julia hatte in ihrem Championship eine starke Konkurrenz und ist nach drei Runden in den Recall gekommen. Dieser Tanz ist die „Kür“, bei der man alleine auf der Bühne einen Hard-Shoe-Tanz zu einer individuell ausgewählten Musik tanzt, mit einer Choreographie, die zugeschnitten ist auf die eigenen Stärken. Hier hat Julia nochmal alles gegeben und überzeugte die Wertungsrichter: Sie gewann Silber. Herzlichen Glückwunsch!

Heimatfreunde Stockum/Düren haben neues Zuhause

Größere Räumlichkeiten in der ehemaligen Buchhandlung Gronau

Aus dem Heimatstübchen ausgezogen: Statt 16 Quadratmeter haben die Heimatfreunde Stockum/Düren nun 60 Quadratmeter. In den ehemaligen Räumen der Buchhandlung Gronau an der Hörder Straße 340 haben sie nun ein neues Domizil gefunden. „Dort haben wir mehr Platz und in der Mitte unseres Dorfes auch neue Perspektiven“, ist sich der Vorstand sicher.

Zuvor haben nicht nur die Vereinsmitglieder viel Arbeit am neuen Standort investiert. Gud-

run Gronau hat viel Mühe in die Räumlichkeiten gesteckt, damit die Heimatfreunde einen guten Start haben. So gibt es beispielsweise auch einen Bücherschrank. „Wir wollen hier zu einem Austausch anregen“, erklärt Archivarin Karoline Robbert. „Wer möchte, kann Bücher bringen, tauschen oder auch einfach zum Lesen abholen.“

An der Hörder Straße 340 stehen den rund 200 Mitgliedern nun auch zwei große Schaufenster zur Verfügung. Diese werden

immer wieder umgestaltet und sollen die Stockumer erfreuen. Momentan ist die Puppensammlung von Monika Marciniak zu sehen. „Wir sind weiterhin jeden Donnerstag von 15 bis 17 Uhr vor Ort und freuen uns über regen Besuch“, betont Karoline Robbert. „Wir laden alle Stockumer und alle an der Heimatforschung interessierten Mitbürger ein.“ Das Motto lautet weiterhin „Altes bewahren, Traditionen hegen, Kontakte pflegen und sich dem Neuen nicht verschließen.“

So wollen die Verantwortlichen einen neuen Treffpunkt etablieren, der zum Lesen und Klönen einlädt. Robbert: „Wir haben uns in unserem Alten Heimatstübchen immer wohl gefühlt, hier haben wir nun aber mehr Platz.“ Und das zeigte sich schon bei der Einweihung der neuen Heimat: Für Unterhaltung sorgte Bernhard Benjamin an der Drehorgel, während die Gäste die neuen Räumlichkeiten genau unter die Lupe nahmen – und sich sehr zufriden zeigten.



Haben sich um den Umzug gekümmert: Karoline Robbert, Gisela Hartwig und Wolfgang Lippert (von links). Drehorgel-Spieler Bernhard Benjamin sorgte für die musikalische Unterhaltung.

St. Pius: „KiYouChor“ feiert 50. Geburtstag

12. Juni: Kinderchor feiert mit einem Festgottesdienst und Konzert besonderes Jubiläum

Der „KiYouChor“ aus der St. Pius-Gemeinde in Witten-Rüdinghausen feiert sein 50-jähriges Bestehen: Und zwar am Sonntag, 12. Juni, im Pfarrheim der Gemeinde an der Piusstraße. „Wir freuen uns riesig darüber, dass wir es geschafft haben, unseren Kinderchor über all die Jahrzehnte hinweg mit Leben zu füllen“, sagt Jens Harbecke, 1. Vorsitzender der „Musikgemeinschaft Witten Ost“, die als Trägerverein des Chores auftritt. „Der Chor hat viele Umbrüche und Neuanfänge erlebt. Aber das Besondere an diesem Chor ist erhalten geblieben. Dass er von vielen engagierten Menschen vor Ort belebt und getragen wird.“

Die Gründung des Chores erfolgte im Jahr 1971 durch Ursula Stumpf und Agnes Kruse nach einem Gastspiel der damals überregional bekannten „Schildberger Sing- und Spielschar“ aus Mühlheim. Die zunächst noch 15 bis 20-köpfige Gruppe wurde von Anfang an von der St. Pius-Gemeinde wohlwollend unterstützt. Insbesondere die musikalische Gestaltung der Kindergottesdienste wurde begeistert aufgenommen. Der damalige Pastor Ernst Harnacke setzte sich für die Anschaffung von Orff- und Rhythmus-Instrumenten ein, und der Chor wurde schnell zu einer festen Institution in der Gemeinde.

Im Jahr 1972 übernahm der damalige Musikstudent Klaus-Peter „Pit“ Harbecke den Chor, der in den darauffolgenden Jahren einen enormen Zuwachs erfuhr und Ende der 1970er Jahre über 70 Mitglieder zählte. In diesen Jahren wurden auch zwei Schallplatten im Studio Montan in Köln produziert, in dem später die Toten Hosen einige Songs aufnahmen. Aufgrund der lokalen Beliebtheit des Chores konnten die Tonträger in größerer Zahl verkauft werden. Auch die Instrumentalgruppe des Chores wurde stetig erweitert, und es entwickelte sich im Laufe der Zeit eine eigenständige Flötengruppe.

Ein Bild von vergangenen Auftritten

Neben den musikalischen Aktivitäten wurde das Chorleben durch Fahrten und Zeltlager, regelmäßige Auftritte in anderen Gemeinden und Altenheimen und verschiedene Feste bereichert. 1991 gab der Chor zu seinem 20-jährigen Bestehen eine in Eigenregie produzierte Musik-Kassette heraus.

Als Pit Harbecke im Jahr 2012 die Leitung des Chores nach 30-jähriger Tätigkeit abgab, übernahm zunächst ein 4er-Team bestehend aus Svenja Dieckmann, Johanna Lea Kruse, Melina Post und Julia Sieper die Leitung. Wiederum zwei Jahre später leitete das Duo Julia Sieper und Lennart Beissner den Chor. „Es bleibt eine Besonderheit des KiYouChor, dass die Leiterinnen und Leiter der dritten Generation tatsächlich alle zuvor selbst aktive Mitglieder des Chores waren“, bemerkt Lennart Beissner rückblickend. Seit seinem Ausscheiden im Jahr 2018 wird der Chor nun von Julia Sieper und dem Dortmunder Musikstudenten Malte Ruch geleitet.

Heute besteht der Chor aus knapp 30 Kindern und Jugendlichen im Alter von acht bis 15 Jahren. Er veranstaltet weiterhin jährlich ein eigenes Konzertprojekt, das jeweils unter verschiedenen und immer neu ausgearbeiteten Themen steht. Daneben gestaltet der KiYouChor regelmäßige Gottesdienste in der



Der Chor besteht momentan aus knapp 30 Kindern und Jugendlichen im Alter von acht bis 15 Jahren.

St. Pius Gemeinde musikalisch überraschen wird es für das Publikum auch geben.“ Angekündigt haben sich neben dem langjährigen Chorleiter Pit Harbecke und den früheren Leiterinnen Johanna Lea Kruse, Svenja Dieckmann, Melina Post und Lennart Beissner auch zahlreiche Gäste aus den Anfangsjahren. „Einige Mitglieder der ersten Stunde, von denen heute schon mehrere im Rentenalter sind, haben sich bereit erklärt, nochmals die Metallophon-Schlägel in die Hand zu nehmen“, gibt Pit Harbecke freudestrahlend einen Einblick in das Programm.

Alle Infos finden sich auf www.mwo-witten.de. Gäste und Interessierte werden gebeten, sich über die Website anzumelden, damit die Veranstalter das Catering gut vorausplanen können.





Endlich wieder NRW-Mannschaftswettkampf

Heike Risse, Frauke Viebahn, Christine Wenzel, Christiane Linden, Britta Ehrhardt, Angela Nordhausen, Tania Kranz, Ingrid Sander

Für die Leichtathletik-Seniorinnen und Senioren fand am 15. Mai in Kreuztal nach zweijähriger Pause der NRW-Mannschaftswettkampf statt. Die Startgemeinschaft Witten-Annen/Bochum, die aus Athletinnen der DJK BW Annen und der LG Opelener besteht, ging in der Altersklasse W50 an den Start. Sie traf auf die W50-Mannschaft vom TSV Bayer 04 Leverkusen und konnte diese überraschenderweise eindeutig schlagen. Dazu trugen die vielen guten Leistungen der Athletinnen bei. Los ging es mit dem 100-m-Sprint, den Frauke Viebahn in 14,64 s überlegen gewinnen konnte. Tania Kranz lief in 16,06 s und Christiane Linden in 16,21 s ins Ziel. Im Weitsprung kam Frauke Viebahn auf sehr gute 4,29 m, Christine Wenzel schaffte nach vielen Jahren erstmalig wieder die 4 m und kam auf 4,01 m, Christiane Linden überzeugte knapp dahinter mit 3,95 m. Auch im Kugelstoßen lief es bestens: Wenzel stieß mit 11,77 m Saisonbestleistung und Britta Ehrhardt überzeugte überraschend mit 9,21 m. Die 3000-m-Läuferinnen hingegen trotz zu warmen Wetter gut. Insbesondere Angela Nordhausen, die zum ersten Mal die 3000 m lief, überzeugte mit ihrem beherzten Lauf. Auf der Zielgerade verteidigte sie im Sprint ihre Führung und gewann in 13:16,86 min. Auf Platz 3 kam Heike Risse (14:22,58 min) ins Ziel, die eigentlich im Training für den Ironman ist. Dahinter belegte Ingrid Sander in 14:54,34 min Platz 4. So hatte die Startgemeinschaft Witten-Annen/Bochum bereits vor der abschließenden 4x100-m-Staffel einen beruhigenden Punktevorsprung vor der Konkurrenz aus Leverkusen. Diesen konnten Tania Kranz, Frauke Viebahn, Christiane Linden und Christine Wenzel mit einem schnellen Lauf (60,25 s) sogar noch weiter ausbauen. Insgesamt lag die erreichte Punktezahl nur knapp unter der der Jahre 2017–2019. Im September findet im westfälischen Lage der deutsche Mannschaftsendkampf statt. Da wird die Startgemeinschaft Witten-Annen/Bochum auf jeden Fall dabei sein.

Kreis-Einzelmeisterschaften Schüler

Für 40 DJK-Athleten ging es in diesem Jahr gleich im ersten Wettkampf der Saison ins Wattenscheider Lohrheide-Stadion zu den Kreis-Einzelmeisterschaften. Aurica Mischa wurde gleich dreimal Kreis- und einmal Vizemeisterin in der W12. Im Hochsprung steigerte sie ihre Bestleistung gleich um 12 cm auf 1,28 m und wurde damit ebenso wie über 75 m (11,10 s) und im Weitsprung (3,81 m) mit großem Abstand Erste. Im Ballwurf kam sie mit 31,30 m auf Rang 2. Gleich vier Kreismeistertitel sammelte Tristan Reckwitz in der M11, 50 m in 8,14 s, 800 m in 2:56,83 min, 3,95 m im Weitsprung, 28,50 m im Ballwurf. So konnten auch Ibrahim Sow drei Vizetitel und einen dritten Platz sowie Bibic Kerim zwei dritte und einen vierten Platz erringen. Zwei Kreismeistertitel gab es für Bernd Pfeiffer in der M9: im Weitsprung mit 3,50 m und über 800 m in 3:19,37 min. Zudem wurde er über 50 m Vierter in 9,25 s und im Ballwurf Fünfter mit 18 m. Je einen Kreismeistertitel holten sich Emma Gebhardt und Dana Pawlitzka in der W9. Emma wurde im Ballwurf mit 25,50 m mit großem Abstand Siegerin, zudem Vierte im Weitsprung (3,22 m) und Sechste über 50 m (9,19 s). Dana gewann den 800 m-Lauf mit einem starken Endspurt in 3:14,81 min und wurde zudem Sechste im Weitsprung (3,16 m). Mit drei Vizemeistertiteln war zudem Valerie Oehmke in der W8 sehr erfolgreich: 50 m in 9,35 s, 800 m in 3:34,55 min und 2,89 m im Weitsprung. Ihre Schwester Rebecca wurde ebenfalls Vizemeisterin über 800 m in der W11 (3:02,95 min), zudem Vierte im Weitsprung



Aurica Mischa (Mitte) bei der Hochsprungsiegerehrung der W12.

(3,79 m) und Fünfte im Ballwurf (22,00 m). Auch Mats Uhde (M10) wurde Vizemeister über 50 m in 8,48 s sowie Vierter über 800 m (3:08,43 min) und mit 3,64 m im Weitsprung. Tim Berg (M12) kam im Weitsprung mit 4,16 m auf Rang 2 und wurde Dritter über 75 m in 11,06 s.

Weitere Ergebnisse:

W8 Gwendolyn Reckwitz: 3. Ballwurf (9,00 m), 5. 800 m (4:30,30 min), 6. 50 m (10,99 s), W9 Frida Kampfenkel: 4. Ballwurf (15,00 m), W10 Nele Schröder: 4. 50 m (8,58 s); Mila Jerosch: 3. 800 m (3:09,83 min), 6. Ballwurf (17,00 m), 6. 50 m (8,59 s), 6. Weitsprung (3,31 m); Nele Rodewig: 6. 800 m (3:21,81 min); Maja Obermann: 3. Ballwurf (18,50 m); Layla Boden: 4. Ballwurf (18,00 m); Mia Wassermann: 5. Ballwurf (18,00 m), 5. 800 m (3:21,51 min), W11 Rosa Habschick: 4. 50 m (8,29 s), 5. Weitsprung (3,77 m); Lilly Maas: 5. 50 m (8,35 s), 6. 800 m (3:39,54 min), W13 Aclaya Uzuncelebri: 3. 800 m (2:48,36 min), 6. Weitsprung (3,62 m); Alrun Priester: 4. 75 m (11,40 s), 5. Weit (4,05 m), M8 Emir Uzuncelebri: 4. 800 m (3:23,79 m), 5. Weitsprung (2,65 m), 5. Ballwurf (16,00 m); Luuk Trinkhaus: 6. Ballwurf (14,50 m); Luka Renne: 6. 800 m (3:40,84 min) M9 Matthes Arndt: 4. Ballwurf (20,50 m), 5. 800 m (3:49,31 min) M10 Quentin Koböken: 5. Ballwurf (19,50 m), 6. 50 m (9,06 s), 6. 800 m (3:17,32 min) M12 Oskar Beckmann: 4. Weitsprung (3,85 m) M13 Anton Altenbernd: 3. 800 m (3:04,06 min), 4. Ballwurf (29,00 m), 5. 75 m (11,98 m), 6. 60 m Hürden (13,97 m), 6. Weit (3,55 m).

Ostermann-Triathlon abgesagt

Mit Bedauern musste der PV Triathlon TG Witten (PVTG) seinen für den 21. und 22. Mai geplanten Triathlon auf dem Gelände des Einrichtungshauses Ostermann wieder absagen. Die Gründe gibt der Verein auf seiner Homepage mit weniger Anmeldungen als erwartet und fehlende Kapazitäten in den eigenen Reihen an.

Nach Einschätzung von PVTG-Trainer Andreas Kapka ist der Fitnessrückstand bei vielen potentiellen Teilnehmern mangels Trainingsangeboten von Sportvereinen, Schulen sowie öffentlichen Hallen- und Freibädern in der Coronazeit mitentscheidend für die geringe Zahl von Anmeldungen. Nachdenklich stimmt in der Meldung jedoch der Satz: „Weiter sind die Kapazitäten der Helferinnen und Helfer coronabedingt auch reduziert und kritisch in der Prognose zu sehen.“ Immerhin, in der Prognose für das laufende Jahr stehen aktuell noch der Wittener Abendlauf und der Weihnachtslauf auf dem Programm. dx

16 Hangrutschen gesperrt

Große Enttäuschung bei vielen Kindern

Anlass für die unerfreuliche Maßnahme war ein kleiner Unfall am Rutscheneinstieg einer Hangrutsche an einer Wittener Grundschule Anfang des Jahres. Da solche Unfälle meldepflichtig sind, kontaktierte die Gemeindeunfallversicherung (GUV) folgerichtig die Stadt Witten und wies bei der Gelegenheit darauf hin, dass die vierzehn Jahre alte DIN nun dringlich umgesetzt werden müsse. Sie erfordert, dass die Kinder nicht unter einer Rutsche durchkrabbeln können. Die Seitenteile am Einstieg müssen höher sein und um die Rutsche herum dürfen kein Pflaster und keine Steine liegen. Folge: alle offenen Hangrutschen auf Spielplätzen, bei Kitas und Schulen wurden im ersten Schritt gesperrt und werden abgebaut. Extrem unerfreulich.

Bockrutschen und Röhrenrutschen als Alternative

Wie geht es nun weiter? Zumindest an drei Standorten ist es möglich, als Ersatz sogenannte „Bockrutschen“ aufzustellen – also Rutschen mit Leiter. Das wird an den Spielplätzen Noellestraße und Mittelstraße sowie an der Kita Helfkamp passieren. Das wird allerdings einige Wochen dauern.

Offene Hangrutschen wird es in Witten zukünftig gar nicht mehr geben. Eine weitere wären Röhrenrutschen. Allerdings ist der Bau so vieler neuer Rutschen im städtischen Etat nicht vorgesehen. Zusätzliches Geld wird dann frühestens mit dem nächsten Haushalt zur Verfügung stehen.

Röhrenrutschen für den Hang sind üblicherweise Maßanfertigungen, die an den Verlauf des Hangs angepasst sind. Es gibt auch Röhrenrutschen „von der Stange“ – für diese müsste aber dann der Hang angepasst werden. So wäre nur die Rutsche selbst günstiger, die Installation insgesamt aber teurer.

Wenigstens eine neue Röhrenrutsche wird aber demnächst eingeweiht werden können: Am Spielplatz Dirschauer Straße, der aktuell erneuert wird, war von vornherein eine solche Rutsche geplant.



Hangrutsche am Pestalozziplatz. Foto: Jörg Fruck, Stadt Witten

Hangrutschen keine Unfallschwerpunkte

Auch wenn man die vermeintliche Gefahr durch Hangrutschen nicht nachvollziehen kann, ist die Schließung aus juristischen Gründen trotzdem nötig. Würde die Stadt Witten die Rutschen in Betrieb lassen und sich ein Kind verletzen, wären die juristischen Folgen umso schwerwiegender. Grund: Die Rutschen wären ja dann wider besseres Wissen in Betrieb geblieben. „Mit der Sperrung schützen wir die Kinder, aber auch die Kolleg*innen, die im Zweifel zur Rechenschaft gezogen würden“, so der Abteilungsleiter im Wittener Betriebsamt Zoltan Hülsberg.

ZFF Praxis für Podologie

Zentrum für Haut- & Fußgesundheit

Medizinische Fußpflege

Spezialbehandlung bei:

- Diabetes
- Nagelpilz
- eingewachsenen Nägeln

Unsere Kernkompetenz liegt in der Fußgesundheit. Neben der klassischen medizinischen Fußpflege behandeln wir auch Nagelpilz, schmerzende Hühneraugen, drückende Schwielen und eingewachsene Nägel mittels einer Zehennagelspange.

Annenstraße 156 Telefon 02302 . 984 86 98
58453 Witten www.zff-witten.de



Sport-UNION Annen e.V.

Am Freitag, 10. Juni 2022, findet ab 19.30 Uhr im großen Mehrzwecksaal der Tanzsportabteilung die satzungsmäßige Jahreshauptversammlung statt.

Der Hauptvorstand lädt alle Delegierten und Mitglieder herzlich ein und bittet um rechtzeitiges Erscheinen.

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 7.7.2022
Anzeigenschluss: Mittwoch, 22.6.2022

„Offene Gartentür im NaWit-Naturgarten“

Sa., 18. Juni
14 bis 17 Uhr

Zu einem „Tag der offenen Gartentür“ bei Kaffee, Kuchen und Wittener Streuobstwiesen-Apfelsaft lädt die NaWit in ihren Naturgarten in Witten-Bommern an der Nachtigallstraße ein. Besucher haben hier Gelegenheit, einen Blick hinter den Gartenzaun zu werfen und die Anlage mit verschiedenen natürlichen Gestaltungselementen wie Wildkräuterbeete, Kleingewässer, Naturzäune, Trockenmauern, Vogelschutzhecken, Bienenstöcken oder einen Wildblumensaum kennenzulernen. Im Angebot der NaWit sind auch Informationen über naturnahes Gärtnern und die Arbeit der Naturschutzgruppe Witten.

NaWit-Imker Edgar Melenk wird an einem „Bieneninfo-Stand“ Auskunft über alle Fragen zur Imkerei und Bienenhaltung geben. Der NaWit-Naturgarten befindet sich gegenüber der Museumsbahn-Haltestelle, Witten-Bommern, zu erreichen über den „Fußweg Zeche Nachtigall“, vorbei am Gruben- und Feldbahnmuseum Zeche Theresia. - Der Eintritt ist frei!

Naturschutzgruppe Witten-Biologische Station e.V.

Naturschutz im mittleren Rührtal



- Beratung
- Diagnostik
- Therapie
- Vorsorge



HAUSÄRZTE AM KNAPPSCHAFTSKRANKENHAUS BOCHUM
E. DÜZENLI & DR. L. RAMACHANDRAMOORTHY
 – Fachärzte für Innere Medizin –



Terminvereinbarung:
telefonisch unter
0234 89 06 65 81 /-82
oder per E-Mail:
info@hausarzt-bo.de



Erdogan Düzenli
 Facharzt für Innere Medizin

Dr. med. Lavern Ramachandramoorthy
 Facharzt für Innere Medizin



Hausärzte am Knappschaftskrankenhaus Bochum
 In der Schornau 25a | 44892 Bochum
 Tel. 0234 89 06 65-81 /-82 | Fax 0234 89 06 65 83
 info@hausarzt-bo.de | www.hausarzt-bo.de

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8 bis 12 Uhr | Montag, Dienstag, Donnerstag 14 bis 17 Uhr

Tipp zum Thema „Betreuung“

Vielen Familien mit Pflegebedürftigen erscheint es als ideale Lösung: Eine Betreuung im eigenen Zuhause, rund um die Uhr gewährleistet durch ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte, wie es von vielen Agenturen angeboten wird. Doch Vorsicht: „Das vermeintliche Rundum-Sorglos-Paket ist in der Regel eine Mogelpackung und die Werbung oft in doppelter Hinsicht irreführend“, sagt Alexandra Kopezki von der Beratungsstelle Witten für den Ennepe-Ruhr-Kreis. Die Verbraucherzentrale NRW zeigt auf, welche Annahmen falsch sind und wie eine gute Betreuung zu Hause organisiert werden kann.

Irrtum 1: „24-Stunden-Pflege“ gilt rund um die Uhr

Die Bezeichnung „24-Stunden-Pflege“ ist verbreitet, aber falsch. Denn niemand kann, darf und soll 24 Stunden zur Verfügung stehen. „Das deutsche Arbeitsrecht lässt eine durchgängige Tag-und-Nacht-Betreuung durch eine einzige Person nicht zu“, sagt Susanne Punsmann, Pflegerechtsexpertin der Verbraucherzentrale NRW. „Das Bundesarbeitsgericht hat im Juni 2021 in einem Urteil klargestellt, was schon lange gilt: Eine tatsächliche Rund-um-die-Uhr-Betreuung ist von einer Person alleine nicht zu leisten.“ Die Arbeitszeit, einschließlich der Bereitschaftszeit, darf durchschnittlich acht Stunden am Tag bei einer Sechstageswoche nicht überschreiten. Als Bereitschaftszeit gilt nicht der einzelne Einsatz, sondern zum Beispiel die ganze Nacht, wenn die Betreuungskraft nachts bei einem Toilettengang helfen soll, sich also an einem vom Arbeitgeber festgelegten Ort aufhalten muss, um im Bedarfsfall unverzüglich die Arbeit aufnehmen zu können.

Irrtum 2: „24-Stunden-Pflege“ ist Pflege und Betreuung

Die ausländischen Haushalts- und Betreuungskräfte, so der korrekte Fachbegriff, sind in der Regel keine ausgebildeten Pflegekräfte. Sie dürfen deshalb explizit keine medizinische Behandlungspflege übernehmen. Nur ausgebildete Pflegefachkräfte dürfen Verbände wechseln oder Spritzen geben. Im Pflegealltag sind in der Regel ambulante Pflegedienste dafür zuständig. Die Betreuungskräfte können lediglich grundpflegerische Tätigkeiten etwa beim Waschen oder Duschen übernehmen und im Alltag helfen, beim Essen und Trinken oder beim An- und Auskleiden. Sie erledigen Arbeiten im Haushalt wie kochen, putzen oder einkaufen. Die wichtigste Aufgabe jedoch ist die Betreuung.

Die Betreuungskräfte lesen vor, begleiten bei Spaziergängen und nehmen mit der pflegebedürftigen Person Termine wahr. Sie ermöglichen so die Teilhabe am sozialen Leben.

Irrtum 3: „24-Stunden-Pflege“ gibt es von der Pflegeversicherung

Die Pflegeversicherung zahlt nicht für eine ausländische Haushalts- und Betreuungskraft. Pflegebedürftige können jedoch einen Teil dieser Kosten durch ihr Pflegegeld decken. Der Lohn muss mindestens dem deutschen Mindestlohn entsprechen, auch wenn die Kräfte von ausländischen Unternehmen nach Deutschland entsandt werden. Meist stammen die ausländischen Haushalts- und Betreuungskräfte aus Ost- oder Südosteuropa. Sie alle haben ein Anrecht auf sämtliche in Deutschland geltenden Arbeitnehmerschutzrechte und auf einen angemessenen Lohn, egal ob sie aus Polen, Rumänien oder aus der Ukraine kommen. Mehr Informationen zur Finanzierung und eine unabhängige Beratung zur Pflegeversicherung bieten Pflegeberatungsstellen der Kommunen oder Pflegestützpunkte.

Irrtum 4: „24-Stunden-Pflege“ macht andere Pflege überflüssig

Ausländische Betreuungskräfte können immer nur ein Baustein in der Versorgung Pflegebedürftiger sein. Die Pflegeversicherung bietet jedoch Möglichkeiten für weitere Hilfen. Eine Unterstützung durch Verwandte, Nachbarn, Minijobber oder auch Betreuungsdienste ist möglich. Spätestens ab Pflegegrad 3 sollte ein ambulanter Pflegedienst eingebunden werden. Dieser rechnet direkt mit der Pflegekasse ab. Wer mit Pflegegrad 2 bis 5 zu Hause von Angehörigen, Freunden oder Nachbarn gepflegt wird, kann dafür das Pflegegeld verwenden, das je nach Unterstützungsbedarf gestaffelt ist.

Weiterführende Links und Infos:

➤ Mehr Informationen unter: www.pflegeweisener-nrw.de

➤ Hotline zum Thema „Ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte“: Tel. 0211/3809400, montags von 14.00 bis 16.30 Uhr und mittwochs von 10.00 bis 12.00 und von 14.00 bis 16.30 Uhr

Werden Sie Teil unseres Teams!

AP - Pflegedienste GmbH
zu Hause fühlen - in Würde leben

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

Wer? exam. Pflegekräfte m/w/d, für Voll- und Teilzeit
 Pflegehilfskräfte m/w/d, für Voll- und Teilzeit
 Präsenzkkräfte m/w/d, 20. Std./Woche

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

WhatsApp-Bewerbung
0157 311 608 68

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

Knappschaftskrankenhaus zum 7. Mal in Folge nach KTQ zertifiziert

Bereits zum siebten Mal in Folge erhält das Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum das begehrte KTQ-Siegel der Gesundheitsbranche und stellt damit unter Beweis, dass Patienten hier in den besten Händen sind. In ihrer Abschlussbewertung lobten die Visitoren des einwöchigen Audits besonders das hohe Niveau der pflegerischen und ärztlichen Versorgung, die gute interdisziplinäre Zusammenarbeit sowie die allgemein große Hilfsbereitschaft und die Tatsache, dass hier stets der Mensch im Mittelpunkt steht. Aber auch technische Neuerungen gegenüber dem letzten Audit, wie das Bereitstellen verordneter Medikamente durch einen Dispensierungsautomaten („Unit Dose“), wurden positiv herausgestellt.

Der Erhalt dieser Auszeichnung ist für den Krankenhausbetrieb von entscheidender Bedeutung, denn Patienten und einweisende Ärzte machen ihre Entscheidung für die Behandlung in einer Klinik zunehmend von einer Zertifizierung abhängig.

Diese Entwicklung erkannte man im Knappschaftskrankenhaus schon sehr früh: Bereits im Jahr 2004 ließ sich die Bochumer Klinik zum ersten Mal zertifizieren und wurde damit zum Vorreiter für viele – bundesweit war das Knappschaftskrankenhaus die erste Universitätsklinik überhaupt, die sich der KTQ-Zertifizierung

Fotoquelle: Fotoabteilung, UK Knappschaftskrankenhaus Bochum



stellung stellte und das Siegel erhielt.

KTQ ist die Abkürzung für „Kooperation für Transparenz und Qualität im Gesundheitswesen“. Hierbei handelt es sich um ein Zertifizierungsverfahren, das speziell auf die Anforderungen von Kliniken zugeschnitten ist und die Verbesserung von Prozessen und Ergebnissen innerhalb der Patientenversorgung fördern soll. Durch das KTQ-Verfahren werden alle Bereiche des Krankenhauses in insgesamt sechs Kategorien (Patientenorientierung, Mitarbeiterorientierung, Sicherheit, Informations- und Kommunikationswesen, Unternehmensführung, Qualitäts- und klinisches Risikomanagement) umfassend abgebildet und durch externe Visitoren anhand von standardisierten Kriterien nach dem PDCA-Zyklus (Plan-Do-Check-Act) bewertet. Um das KTQ-Zertifikat zu erhalten, muss in jedem der 48 Kriterien eine ausreichende Fremdbewertung von mindestens 55 Prozent (entspricht 10 Punkten) erreicht werden.

Das Knappschaftskrankenhaus erreichte deutlich mehr, im Schnitt 78 Prozent. Der strukturierte Qualitätsbericht stellt die Leistung und das interne Qualitätsmanagement der jeweiligen Klinik dar. Patienten und Mitarbeiter können so wichtige Informationen wie Fallzahl, durchgeführte Eingriffe, Personalstruktur, technische Ausstattung und vieles mehr über das Krankenhaus nachlesen.

Wir liefern kostenfrei innerhalb Witten zu Ihnen nach Hause oder zu Ihrem Arbeitsplatz!

0 23 02 / 20 20 317

www.apoboni.shop

service@apothekeamboni-center.de

Das sind wir:



Schlachthofstraße 27
 58455 Witten

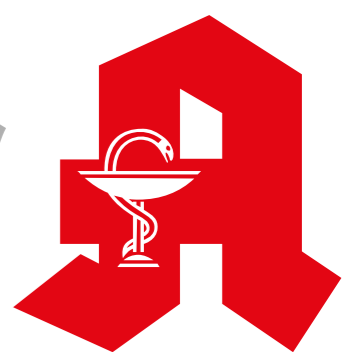
Das bieten wir:

- kostenlose Parkplätze
- Drive-In Autoschalter
- kontaktlose Bezahlung
- Taler zum Sammeln

So haben wir geöffnet:

Öffnungszeiten:
 Mo bis Fr, 8:30 bis 19 Uhr
 Sa, 9 bis 13 Uhr

Hier sind wir:



Die Schilddrüse - ein wichtiger Steuermann für den Körper

Klein, aber oho: Ein hormoneller Schrittmacher ist für unseren Körper lebensnotwendig

Die Schilddrüse ist klein, schmetterlingsförmig und liegt an der Vorderseite des Halses. Ein gesundes Organ ist etwa daumengroß und wiegt zwischen 18 Gramm (Frauen) und 25 Gramm (Männer). Sie bildet verschiedene Hormone und hat eine wichtige Steuerungsfunktion im menschlichen Körper. IMAGE sprach mit Chefarzt Matthias Blase über das Organ und die möglichen Folgen bei einer Erkrankung.

IMAGE: Welche Aufgabe hat die Schilddrüse für den Körper?

BLASE: Sie bildet Hormone. Dabei ist Jod der notwendige Grundstoff. Unter dem Begriff Schilddrüsenhormone werden in der Regel vor allem die zwei wichtigsten jodhaltigen Hormone Thyroxin (T4) und Trijodthyronin (T3) zusammengefasst. Sie beeinflussen den Stoffwechsel des Körpers. Die Schilddrüsenhormone wirken auf Herz und Kreislauf, sie erweitern die Blutgefäße, beschleunigen den Herzschlag und regeln den Blutdruck. Verantwortlich sind sie aber auch für die Aktivität vom Fett- und Bindegewebsstoffwechsel, für die Schweiß- und Talgdrüsen der Haut und die Tätigkeit von Nieren und Darm. Außerdem sind sie beteiligt an vielen Wachstumsprozessen und steigern den Grundumsatz und den Energieverbrauch des gesamten Organismus. Mitverantwortlich sind sie auch für das Wachstum von Ungeborenen im Mutterleib und von Kindern. Vereinfacht kann man sagen, sie wirken wie ein Gaspedal. Geben sie zu viel Gas, dann sprechen wir von einer Hyperthyreose, geben sie zu wenig Gas, dann haben wir es mit einer Hypothyreose zu tun.

IMAGE: Und das hat in beiden Fällen Auswirkungen?

BLASE: Aber ja. Eine gesunde Schilddrüse produziert pro Tag etwa 80 bis 100 Mikrogramm T4 und 10 bis 50 Mikrogramm T3. Wann und in welcher Menge die Schilddrüse die eingespeicherten Hormone dem Körper zur Verfügung stellt, wird vom Gehirn gesteuert. Bei einer Unterfunktion der Schilddrüse kommt es zu typischen Symptomen von extremer Müdigkeit, Depression, Konzentrationsstörungen, Gewichtszunahme trotz Appetitlosigkeit, Kälteempfindlichkeit sowie einer erhöhten Infektanfälligkeit. In schweren Fällen ist sogar ein Koma nicht ausgeschlossen. Bei einer Überfunktion der Schilddrüse ist das Energielevel zu hoch. Es kommt zu Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, innerer Unruhe und Stimmungsschwankungen, Schwitzen, aber auch zu Gewichtsverlust und Durchfall. Bei Frauen treten Zyklusstörungen auf. Es müssen nicht immer alle Symptome gleichzeitig oder gleichschwer auftreten. Manchmal steht ein Symptom im Vordergrund und ist wegweisend. Im schwersten Fall kann es auch hier zu einem Koma kommen aufgrund einer Schilddrüsenhormonvergiftung.

IMAGE: Gibt es neben Über- und Unterfunktion noch weitere Erkrankungen der Schilddrüse?

BLASE: Ja, die gibt es. Schilddrüsenerkrankungen sind häufig und können in jedem Lebensalter auftreten. Bei etwa jedem dritten Erwachsenen in Deutschland bildet sich im Laufe des Lebens mindestens eine krankhafte Schilddrüsenveränderung. Dabei steigt die Häufigkeit mit zunehmendem Alter. Wir unterscheiden bei den Erkrankungen zwischen den hormonellen Fehlfunktionen, also der Über- oder Unterfunktion, und Veränderungen in Größe und Beschaffenheit. Dazu gehören Vergrößerungen, Entzündungen, Knoten und Tumore.

IMAGE: Wie kann man eine Erkrankung der Schilddrüse erkennen?

BLASE: Neben dem Abtasten der Halsregion stehen uns verschiedene diagnostische Verfahren zur Verfügung. Eine Über- oder Unterfunktion kann durch eine Blutuntersuchung festgestellt werden. Das wichtigste bildgebende Diagnose-Verfahren ist die Schilddrüsen-Sonografie. Die Halsregion wird mit einem Schallkopf von außen untersucht. Das Ultraschallbild lässt Rückschlüsse auf Größe, Lage, Form und Gewebebeschaffenheit der Schilddrüse zu. Bei Schilddrüsenerkrankungen

kommt am häufigsten die Technetium-Szintigrafie zum Einsatz. Technetium verhält sich im Körper wie Jod, hat aber günstigere physikalische Eigenschaften. Wir können die Jodaufnahme der Schilddrüse beurteilen und dann daraus Rückschlüsse auf verschiedene Erkrankungen ziehen.

IMAGE: Zu den Therapiemöglichkeiten. Was kann man bei einer Schilddrüsenerkrankung tun?

BLASE: Die Behandlung einer Schilddrüsenerkrankung richtet sich nach Ursache und Ausmaß. So können wir beispielsweise eine medikamentöse Therapie durchführen, etwa bei einer Schilddrüsenüberfunktion. Eine weitere Möglichkeit ist die Radiojodtherapie, die etwa bei überaktivem Schilddrüsengewebe zum Einsatz kommen kann. Unter bestimmten Voraussetzungen kann sie auch bei Schilddrüsenkrebs genutzt werden. Die Effektivität ist allerdings eingeschränkt, weil nur aktive Schilddrüsenzellen verkleinert werden. Schließlich haben wir die operative Methode, die bei krankhaften Gewebeveränderungen oft das Mittel der Wahl ist. Hier muss man schauen, ob es sich um gut- oder bösartige Veränderungen handelt. Die Operation wird stationär durchgeführt und der Aufenthalt liegt in der Regel bei wenigen Tagen. Die Art der medikamentösen Nachbehandlung richtet sich nach der Grunderkrankung sowie der Größe und Qualität eventuell belassener Schilddrüsenreste. Je mehr Schilddrüsen-gewebe entfernt wurde, desto ausgeprägter ist der Abfall des Hormonspiegels. Wurde bei der OP die gesamte Schilddrüse entfernt, ist ein lebenslanger medikamentöser Hormonersatz mit Schilddrüsenhormonen erforderlich. Manchmal kommen auch neuere Verfahren zur lokalen, nicht-operativen Zerstörung von Schilddrüsenknoten in der Behandlung zum Einsatz.

IMAGE: Gibt es eine Möglichkeit der Vorbeugung?

BLASE: Bedingt. Eine gesunde und jodhaltige Ernährung ist wichtig. Um genügend Schilddrüsenhormone bilden zu können, liegt der tägliche Jodbedarf für Erwachsene bei etwa 150 bis 200 Mikrogramm. Der menschliche Körper kann es nicht selbst produzieren. Wir müssen es mit der Nahrung aufnehmen. Wichtigste Jodlieferanten sind Fisch, aber auch Milch, Brot und Eier oder die Verwendung von jodiertem Speisesalz. Allerdings sollte ohne medizinische Rücksprache keine unkontrollierte Einnahme von Jodtabletten erfolgen - auch nicht zur Vorbeugung. Ein dauerhafter Jodüberschuss kann ebenfalls schwerwiegende Folgen haben und zu einer Unterfunktion der Schilddrüse oder einem Kropf führen.

Wer sich vegan ernährt, muss auch seinen Selen-Haushalt im Blick halten. Selen kommt hauptsächlich in tierischen Produkten vor. Viel Selen enthalten außerdem z.B. Nüsse, insbesondere Paranüsse, verschiedene Kohlsorten, Zwiebelgemüse, Pilze und Linsen. Der Verzicht auf Rauchen ist ebenfalls wichtig, denn der Rauch enthält Zyanid, welches die Jodaufnahme blockiert. Manche Erkrankungen der Schilddrüse entstehen aber auch vor dem Hintergrund genetischer Veranlagung. Eine Vorbeugung ist hier nicht möglich. Grundsätzlich gilt es, auf Veränderungen des Körpers im Hinblick auf die hier benannten Symptome zu achten und ärztlichen Rat einzuholen. *anja*



Chefarzt Matthias Blase, Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie, am Evangelischen Krankenhaus Witten
Foto: EvK

EvK – Der Mensch im Mittelpunkt

Gut versorgt in Medizin, Pflege und Therapie.



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27
58455 Witten
02302.175-0

Ev. Krankenhaus
Witten
Lehrkrankenhaus der Universität
Witten/Herdecke

- Persönliche Betreuung
- Abwechslungsreiches Beschäftigungsprogramm
- Fachkundige Pflege mit hoher medizinischer Kompetenz
- Abhol- und Bringservice
- Eigener ambulanter Pflegedienst
- Enge Kooperation mit Ärzten u.v.m.
- Tagespflege, ärztliche Verordnungen, ambulante Pflege, Kurzzeitpflege

Alles aus einer Hand!



Herzlich Willkommen

Tagespflegezentrum Witten

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

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

Eine Einrichtung der:
Dr. med. Lührmann
Tagespflegezentren GmbH

Demenz: Wenn die eigene Welt immer unverständlicher wird

Betroffene und Angehörige brauchen dabei die Unterstützung von Pflegediensten und Hilfen

Sie befinden sich in einem fremden Land. Sie verstehen die Sprache nicht. Ständig reden Menschen auf Sie ein und erwarten, dass Sie das verstehen. So müssen sich Menschen mit der Diagnose Demenz fühlen: Störungen des Gedächtnisses, der Sprache, des Denkens, des Erkennens und der zeitlichen sowie örtlichen Orientierung gehören zum fortschreitenden Krankheitsbild. Immer mehr Menschen sind von der Krankheit betroffen. In Zahlen und in der Wahrnehmung haben dementielle Erkrankungen zugenommen. Etwa 1,6 Millionen Menschen leiden heute an einer Demenz, Tendenz steigend. Im Ennepe-Ruhr-Kreis gibt es etwa 5000 Erkrankte, die durch das Abrufen einer medizinischen Leistung erfasst sind – die Dunkelziffer dürfte allerdings noch viel höher liegen. Aber: Es lösen sich langsam die Tabus. Man spricht über die Krankheit, es gibt Bücher und Filme, zum Beispiel den bekannten Kinofilm „Honig im Kopf“. Doch die Menschen werden älter. Das ist mit einer Zunahme dementieller Erkrankung verbunden.

Irgendetwas stimmt nicht

In der Regel bemerken die Angehörigen des Betroffenen zuerst, dass etwas nicht stimmt. Man findet Dinge an Orten, die keinen Bezug zu ihnen haben. Wenn beispielsweise eine Geldbörse zum Schutz vor Diebstahl zuhause versteckt wird und sie nicht sofort gefunden wird, ist das noch nicht schlimm. Entdecken wir sie aber an Orten, wo sie nicht hingehören, beispielsweise im Kühlschrank, könnte das auf eine beginnende dementielle Erkrankung hinweisen. Oder wir vergessen vertraute Namen und können Alltagssituationen nicht mehr lösen. Wir vergessen, wie wir ein bestimmtes Mittagessen gekocht haben, obwohl wir es Jahrzehnte gemacht haben.



Dementielle Erkrankungen haben deutlich zugenommen. Aber man spricht zunehmend über diese Krankheit. Sie ist zwar nicht heilbar, kann aber zumindest im Verlauf verlangsamt werden.
Foto: Pielorz

Nach dem heutigen Forschungsstand ist Demenz nicht heilbar. In der Medizin kennt man aber Alterstipps, um der Demenz vorzubeugen: Bewegung, geistiges Training, ausgewogene Flüssigkeitsbilanz, normales Gewicht, ein stabiles und gutes seelisches Umfeld, Seh- und Hörhilfen (bei Bedarf) und die Beachtung der Wechselwirkung bei Medikamenten – all das kann helfen. Dabei ist auch wichtig zu wissen: Nicht jede Vergesslichkeit ist eine Demenz. Einen hinreichenden Verdacht sollte man immer medizinisch abklären lassen. Mit Hilfe der Diagnostik können im Anschluss therapeutische Maßnahmen erfolgen.

21. September Alzheimer-Tag

Eine Demenz ist nicht nur das Problem des Betroffenen und seiner Angehörigen. Demenz ist eine gesellschaftliche Herausforderung. Viele Demenz-Patienten werden zuhause von ihren Angehörigen gepflegt, aber die Quote der pflegenden Familienangehörigen nimmt kontinuierlich ab. Nicht vorhandene Familienstrukturen an einem gemeinsamen Ort oder das Fortschreiten der Erkrankung führen dazu, dass auch die stationäre Pflege immer stärker nachgefragt wird. Zu Beginn der Erkrankung ist es oft ein Mix zwischen den pflegenden Angehörigen, einem ambulanten Pflegedienst und Beschäftigungsangeboten in einer Tagespflege. Voraussetzung ist allerdings, dass sich

der an Demenz erkrankte Mensch in eine Gruppe einbinden lässt. Viele Erkrankte sind körperlich mobil und entwickeln unter Umständen Weglauftendenzen. Das macht die Situation für alle Beteiligten noch schwieriger. Es ist eine große Herausforderung zu versuchen, immer noch wertschätzend miteinander umzugehen. Der demente Mensch drückt seine Gefühle oft anders aus, als dies vor seiner Erkrankung der Fall war. Manches hätte er vielleicht nie gewagt deutlich zu machen. Eine Demenz kann einen Menschen aber auch zum Positiven in seinem Verhalten verändern. Es gibt Fälle, in denen bisher die Mutter oder der Vater eher unzugänglich waren und durch die Erkrankung liebevoller wurden und die erwachsenen Kinder einen neuen Zugang zu ihren Eltern fanden. Jede Erkrankung ist verschieden.

Experten, beispielsweise bei der Alzheimer Gesellschaft und bei den Pflegediensten, setzen ihr Wissen für die Betroffenen und die Angehörigen ein, um für den Erkrankten die optimale Versorgung zu erreichen.
anja

Mobiles Pflegeteam

Ihr Pflegedienst in Witten & Herdecke

Senioren- u. Krankenpflege

Annenastraße 151 · 58453 Witten
Telefon 02302 · 91 22 55
Telefax 02302 · 91 22 77

Büro Herdecke
Mühlenstr. 14 · 58313 Herdecke
Telefon 02330 · 89 49 9 29
www.mobilespflegeteam.de

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Hauswirtschaft/ Alltagsmanagement
- Pflegegutachten
- Entlastungs- und Alltagsmanagement
- Hausnotrufsysteme
- modernes Wundmanagement durch Wundexperten ICW

Tagespflege Chelonia

Stephanie Ludwig

Fachlich kompetente Betreuung in familiärer Atmosphäre – seit 2004!

Betreuung: Montag – Freitag 7 – 16 Uhr

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

Tagespflege · Hellweg 50 · 58455 Witten
Tel. 0 23 02-58 98 413 · Fax 0 23 02-58 98 468
www.chelonia-tagespflege.de



Seniorenhaus Witten-Stockum

Wir arbeiten hier nicht nur, wir sind ein eingespieltes Team, in dem jeder für den anderen da ist. Spaß untereinander und mit unseren Bewohnern ist wichtig für unser aller Zusammenleben.

SENIORENHAUS WITTEN-STOCKUM

Zuhause - hier bei uns.

Wir bieten Ihnen Kurzzeitpflege und Vollstationäre Pflege.

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

WWW.SENIORENHAUS-WITTEN-STOCKUM.DE

Notrufnummer 112 mit 5 „Ws“ im Kopf

Martin Wylich, Ausbilder vom DRK Witten, erklärt, dass die Rettungskette beim Ersthelfer beginnt, der den Notruf absetzt und die Sofortmaßnahme am Unfallort durchführt, bis der alarmierte Rettungsdienst übernimmt. Im Krankenhaus übergibt der Rettungsdienst an das nächste Glied der Rettungskette, die Notaufnahme.



Wer die Rufnummer 112 wählt, so Martin Wylich, sollte möglichst die fünf „Ws“ im Kopf haben: Was ist passiert? Wo ist es passiert? Wie viele Verletzte gibt es? Wann ist der Unfall passiert? Wer ruft an? „Diese Fragen können dem Anrufer in einer möglichen Ausnahme-situation eine kleine Struktur geben. Aber keine Sorge, die Leitstelle am anderen Ende wird geduldig nachfragen, wenn die Informationen lückenhaft sind.“ Und noch einen Tipp hat der Ausbilder vom DRK: „Ein Notruf kann auch über jedes Handy abgesetzt werden, ohne dass die PIN des Handys bekannt ist. Jedes Handy hat dafür eine eigene Notruftaste, die auf dem Startbildschirm zu finden ist.“
dx

Schwindel...



Foto: bigstock

...wenn der Körper im Alltag immer Karussell fährt



Silke Beyer
Ergotherapie &
Familientherapie

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

Wir behandeln:

Schlaganfälle, Psychische Erkrankungen, Lern- und Leistungsstörungen, Verhaltensauffälligkeiten, Handverletzungen, u.v.m.

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

Ergotherapie hilft zu mehr Selbstständigkeit und entlastet im täglichen Leben.

LEISTUNGEN:

Wir helfen bei

- Schlaganfall
 - Parkinson
 - Demenz · MS
 - Schädelhirntrauma
- Entzündungen der Wirbelsäule und der Gelenke
- Handtherapie
- Kinder mit Entwicklungsstörungen – ADS + ADHS



Anke Hein

Privat und alle Kassen. Hausbesuche!

Praxis für Ergotherapie

Inhaberin: Anke Hein
Wittener Str. 4 · 58456 Witten
Fon: 0 23 02 / 93 22 40
E-Mail: info@ergomeile.de
Web: www.ergomeile.de



Bei Lagerungsschwindel und Problemen mit Halswirbel und Nacken helfen gezielte Therapien

„Mir ist schwindelig.“ Das haben wohl die meisten Menschen in ihrem Leben bereits erlebt. Die Ursache dafür kann höchst unterschiedlich sein. Außergewöhnliche, aber an sich harmlose Reize wie etwa eine schnelle Karussellfahrt können das Gleichgewichtssystem kurzfristig irritieren. Schwindel (Vertigo) kann aber auch immer wieder auftreten, ein medizinischer Notfall sein oder als Begleiterscheinung unterschiedlicher Krankheiten den Betroffenen Probleme bereiten. In jedem Fall muss ein immer wiederkehrender Schwindel medizinisch abgeklärt werden.

Ergo- und Physiotherapie helfen bei Lagerungsschwindel

Der Klassiker ist der Lagerungsschwindel. Dieser gutartige Schwindel kann in jedem Alter auftreten. Er hat seinen Ursprung im Gleichgewichtsorgan. Hier besitzen wir feine Sinneshärchen, die beispielsweise durch Kalkkristalle irritiert werden können und dadurch dem Gehirn – gemessen an der Körperhaltung – falsche Informationen senden. Das Lageempfinden und das Sehen stimmen nicht mehr überein und der Lagerungsschwindel wird ausgelöst. Er dauert jeweils nur Sekunden und tritt oft nach schnellen Bewegungen des Kopfes auf, zum Beispiel beim nächtlichen Umdrehen im Bett oder beim Aufrichten vom Nachtschlaf. Manchmal begleiten Übelkeit, Erbrechen, Schweißausbruch und Angstgefühl die Schwindelattacken. Betroffen sind häufiger Frauen als Männer.

Gezielte Übungen können Abhilfe schaffen. Ein Beispiel: In bestimmten Sitzpositionen wird der Kopf gedreht. Der Betroffene sitzt im Langsitz. Ein Kissen liegt in Höhe des Schultergürtels, sodass der Kopf bei dieser Übung überstreckt ist. Der Kopf wird dann nach links gedreht, das Kinn zeigt zur linken Schulter. Die Position wird einige Sekunden gehalten. Diese Übung kann natürlich auch für die rechte Seite durchgeführt werden. Welche Übungen richtig sind, wissen Ergo- und Physiotherapeuten. Übungen für das Gleichgewicht sind ein wichtiger Bestandteil der Therapien. Denn Schwindel kann verheerende Folgen auslösen, beispielsweise Stürze, die besonders bei älteren Menschen zu einer längeren Bettlägerigkeit führen können, von der sich manche Patienten nicht mehr erholen.

HWS-Syndrom – Halswirbelsäule löst den Schwindel aus

Wird die Halswirbelsäule als Auslöser des Schwindels erkannt, hilft oft die Ergotherapie. Man spricht hier vom HWS-Syndrom. Die Muskeln an der Halswirbelsäule können sich so stark verspannen, dass sie auf die Nerven drücken, die aus der Halswirbelsäule austreten. Das Gleichgewichtszentrum im Gehirn bekommt auch in diesem Fall falsche Informationen und reagiert mit Schwindel. Neben dem Schwindel können auch Schulter- und Nackenschmerzen ausgelöst werden. Auch hier kann eine gezielte Therapie helfen.

Durch die Verspannung der Nackenmuskulatur ist häufig die Beweglichkeit des Halses und Kopfes eingeschränkt. Vor allem die Drehung des Kopfes, um nach schräg hinten zu sehen, fällt schwerer. Die Ursachen sind vielfältig. Fehlhaltungen, hervorgerufen durch einseitige Tätigkeiten wie Schreibtischarbeit, Telefonieren, Autofahren, können eine Ursache sein. Auch Fehlhaltungen aufgrund von Wirbelsäulenerkrankungen, beispielsweise der Skoliose, sind eine Möglichkeit für die Beschwerden. Abnutzungserscheinungen und Unfälle, beispielsweise ein Schleudertrauma, kommen ebenfalls infrage.

Die richtige Diagnose ist der Schlüssel zur Therapie. **Ergotherapie, Physiotherapie, Akupunktur, Manuelle Therapie (Osteopathie) Wärmebehandlungen** sind Möglichkeiten, die Beschwerden zu lindern oder sogar zu beseitigen. Bei Fehlhaltungen bieten sich Therapien auch zur Prävention an. Man kann aber auch selbst etwas tun: Wer unter Schwindelattacken leidet, kann zunächst ein Tagebuch darüber führen, wann diese Attacken auftreten und wie lange sie andauern. Genaue Informationen helfen dem Arzt bei der Diagnose. *anja*

Harmlos oder gefährlich?



Foto: bigstock

SEHEN

So können Sie Sehstörungen besser einschätzen

(KGS). Augenflimmern, Buchstabensalat oder Lichtblitze: Für die Betroffenen ist schwer einzuschätzen, welche „unnormale“ Seheerscheinungen lästig, aber harmlos, und welche ein ernstes Alarmsignal sind. Das Kuratorium Gutes Sehen gibt die wichtigsten Tipps zur Selbsteinschätzung.

Harmlos: Flimmershow, Mückentanz und Lidzucken

Wenn es vor den Augen flimmert, ist oft Unterzuckerung oder eine Migräne der Grund. Dann reicht es meistens, schnell etwas zu essen oder ein Migräne-Medikament zu nehmen. Flecken oder Schlieren, die sich im Gesichtsfeld bewegen, nennt man Mouches volantes (fliegende Mücken). Sie sind in der Regel eine harmlose Alterserscheinung. Wenn die Lider zucken, sind sie oft überlastet. Entspannung, Schlaf und befeuchtende Augentropfen helfen. Auch bei Doppelbildern sorgen Schlaf, regelmäßige Pausen und ggf. eine geeignete Brille für Entlastung.

Abklären lassen: Buchstabensalat und Sandsturm

Scheinen Buchstaben beim Lesen zu kippen oder wirken gerade Linien plötzlich krumm, kann das auf eine altersbedingte Makuladegeneration hindeuten. Fast sieben Millionen Menschen in Deutschland sind davon betroffen. Frühzeitig erkannt, können Augenärzte einer drohenden Sehbehinderung mit Medikamenten entgegensteuern. Das Gefühl, ein Sandkorn oder anderen Fremdkörper im Auge zu haben, tritt vor allem bei Bildschirmarbeit auf (Office-Eye-Syndrom). Acht von zehn PC-Nutzern kennen es. Der Grund: Vor dem Monitor wird weniger geblinzelt, die Augen werden trocken. Eine auf Computerarbeit optimierte Bildschirmbrille hilft, außerdem hyaluronsäurehaltige Tropfen oder Sprays.

Sofort zum Arzt: Rußregen, Lichtblitze, Augenschmerzen

Schwarze Flecken (Rußregen), die sich in die gleiche Richtung bewegen, wiederholt auftretende Lichtblitze oder ein teilweiser Verlust des Sehvermögens sind eindeutig Notfälle. Damit sofort in die Augenklinik oder zum Augenarzt. Ursache könnte eine beginnende Netzhautablösung sein. Farbige Ringe, Augenschmerzen, unscharfes Sehen und Übelkeit, die gleichzeitig auftreten, können auf einen akuten Glaukomanfall (Grüner Star) hinweisen. Hinter plötzlich auftretenden Doppelbildern gepaart mit starken Kopfschmerzen oder Lähmungen könnten ein Schlaganfall, eine Hirnblutung oder -thrombose stecken. Ganz klar ein Notfall!

Einfache Tipps für gesunde Augen und gutes Sehen

Das Wichtigste überhaupt: Lassen Sie Ihre Augen regelmäßig beim Augenarzt und Augenoptiker kontrollieren, ab 40 Jahren mindestens alle zwei Jahre, ab 60 jährlich. Regelmäßiges Blinzeln hilft, die Augen feucht zu halten, „Augensport“ mit kreisenden Augäpfeln lockert die Muskulatur.

Weitere Informationen unter www.sehen.de/sehen/sehschwaeche.

Ihren Brillenfavorit: Wir haben ihn



Marc O'Polo
EST. IN STOCKHOLM

BRILLENFABRIK 24

Brillenfabrik 24
Alte Bahnhofstraße 8
44892 Bo-Langendreer
☎ 02 34 - 96 29 15 00
kontakt@brillenfabrik24.de

Haarmann bei Brillenfabrik 24
Alte Bahnhofstraße 196
44892 Bo-Langendreer
☎ 02 34 - 28 04 85
info@haarmann-optik.de

Länger besser hören – nachhaltiger Nutzen durch Gehörschutz

Was in bestimmten Arbeitsfeldern mittlerweile selbstverständlich oder sogar vorgeschrieben ist, setzt sich auch im Freizeitbereich ganz allmählich durch. Die Rede ist von vorsorglichem Gehörschutz. Denn auch bei Konzerten, Festivals, Straßenfesten oder Sportveranstaltungen kann es laut werden. Bei solchen Gelegenheiten denken oft nur wenige daran, ihre Ohren zu schützen. Denn als Lärm gelten in der Regel nur Geräusche, die als störend und nervend empfunden werden. Doch auch laute Musik bei Konzerten, Partys, in Clubs und Diskotheken oder über Kopf-

hörer kann schnell gehörschädigend wirken. Eine aktuelle Umfrage der Fördergemeinschaft Gutes Hören zeigt, in welchen Situationen Menschen ihre Ohren schützen. Die Bereitschaft zur Prävention ist bei Industrie- und Baulärm mit 47% der Befragten* am größten, gefolgt von 20% bei Konzerten und 10% in Clubs. Lärm und die Sensibilität gegenüber verschiedenen Geräuschen werden dabei auch individuell empfunden und richten sich nicht nur nach der Lautstärke, sondern auch nach Intensität und Dauer, wie die Nennungen bei Kindergarten und Schule (5%), Großraumbüro (7%) oder Schlafen (6%) zeigen. Ein wesentliches Kriterium bleibt allerdings die Lautstärke, die als Dauer- oder Impulsschall das Gehör je nach Intensität belastet und nachhaltig schädigen kann. Werden die Ohren durch zu große Schallpegel überstrapaziert, versetzt sich das Gehör in eine vorübergehende Schwerhörigkeit und liefert am Ende nur noch ein dumpfes Hörerlebnis, länger anhaltendes Rauschen in den Ohren inklusive. Nach einer solchen Hörschwellenverschiebung (Temporary Threshold Shift) wird sich das Gehör in den meisten Fällen zwar wieder erholen, sofern eine ausreichende Ruhephase gegeben ist, aber die Gefahren von Hörschäden, anhaltenden Ohrgeräuschen (Tinnitus) und Überempfindlichkeiten bei normalen Geräuschen (Hyperakusis) bleiben bestehen.

Verantwortungsbewusstes Umgehen mit dem Hörsinn
Wer verantwortungsbewusst mit seinem Hörsinn umgeht, beachtet daher einige sinnvolle Vorsichtsmaßnahmen: Abstand zu Lärmquellen wie Maschinen, Fahrzeugen und Lautsprechern halten und Schallschutz nutzen. Eine komfortable Lösung ist der individuell angefertigte Gehörschutz vom Hörakustiker. Dieser dämmt den Schall linear und verändert nicht das gewohnte Klangbild. Einfache Ohrstöpsel mindern dagegen vor allem die hohen Frequenzen. Die dadurch entstehende Klangveränderung wird aber meistens nach kurzer Zeit kaum noch wahrgenommen, da sich das Gehör daran gewöhnt. Denn das Hörzentrum im Gehirn ist in der Lage, sich auf veränderte Klangbilder einzustellen, so dass der Lärmschutz schon nach kurzer Zeit nicht mehr bemerkt wird. Diese Eigenschaft ist allerdings auch ein wesentlicher Grund dafür, dass viele Menschen beginnende Hördefizite zunächst nicht bemerken und sich an das allmählich immer schlechtere Hören und Verstehen gewöhnen. Wer also seine Ohren schützt, sorgt in zweierlei Hinsicht vor: Hörschäden durch Lärm- und Lautstärkeeinwirkungen werden verhindert und der verantwortungsvolle Umgang mit dem Gehör führt zu mehr Bewusstsein und Sensibilität gegenüber möglichen Veränderungen der Hörleistung.

Gehörschutz zur Lärmprävention
Experten empfehlen daher das

Tragen von Gehörschutz zur Lärmprävention. Denn neben Hörsturz und Knalltrauma, die unmittelbar eintreten, können sich viele kleinere Lärmeinwirkungen, die subjektiv als folgenlos empfunden werden, im Laufe der Zeit zu bleibenden Hörschäden summieren. Ist man regelmäßig Lautstärken ab 85 Dezibel (dB) ausgesetzt, wirkt sich dies nachweislich schädigend auf die Ohren aus. Daher ist bei dauerhaften Geräuscheinwirkungen dieser Intensität an Arbeitsplätzen das Tragen von Gehörschutz vorgeschrieben. Bei Lautstärken ab 100 dB kann es schon nach kurzer Zeit zu bleibenden Hörschädigungen kommen – zum Vergleich, ein normales Gespräch hat eine Lautstärke von ungefähr 55 bis 60 dB. Dabei erhöhen sich die Schallpegel nicht linear, sondern um ein Mehrfaches. Wer also im täglichen Leben und in Gesprächen alles hören, verstehen und möglichst lange Musik genießen möchte, für den ist der Schutz der Ohren vor Lärmeinwirkung ein unbedingtes Muss. Universell verwendbare Ohrstöpsel oder individuell gefertigten Gehörschutz inklusive ausgiebiger Beratung hierzu gibt es bei den Partnerakustikern der Fördergemeinschaft Gutes Hören (FGH). Darüber hinaus bieten sie auch Informationen rund ums Hören, kostenlose Hörtests und alles nötige Fachwissen für eine Hörgeräteversorgung.

Die FGH-Partner sind zu erkennen am Ohrbogen mit dem Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de FGH

Neue Schmerzambulanz im EvK Witten

Angebot zur ambulanten Behandlung

Das Evangelische Krankenhaus Witten hat seine Schmerztherapie ausgebaut: Neben der umfangreichen stationären Behandlung erfahren Patienten mit chronischen Schmerzen im EvK ab sofort auch ambulante Hilfe in der Schmerzambulanz unter Leitung von Jurij Sokolov. Chronische Rückenschmerzen, Gelenkerkrankungen, Nervenerkrankungen oder verschiedene Arten von Kopfschmerzen: die Beschwerden, mit denen Patienten in die Schmerzambulanz kommen, sind vielfältig. Gemein ist allen hingegen eine lange Leidenszeit sowie diverse erfolglose Behandlungen. „Unser Ziel ist es, diesen von chronischen Schmerzen geplagten Menschen ein Stück Lebensqualität zurückzugeben“, sagt der Facharzt für Anästhesiologie und Spezielle Schmerztherapie. Wenn Patienten durch die Schmerztherapie in den Beruf zurückkehren oder wieder ein paar Stunden Gartenarbeit erledigen können, sei das für ihn die größte Belohnung. „Das ist die schönste Seite an meinem Beruf“, sagt Jurij Sokolov. Doch bis dahin ist es ein langer Weg. Und der beginnt mit einem ausführlichen Gespräch. „Das ist unser wichtigstes Werkzeug und nachhaltiger als eine Spritze oder Tablette“, sagt Jurij Sokolov. Denn oftmals zeige sich, dass nicht etwa das kaputte Knie Hauptverursacher der Schmerzen ist, sondern etwas ganz anderes den Schmerz antreibt. Biopsychosoziales Modell der Schmerzentstehung nennt der Experte diesen Ansatz, der den Patienten in seiner Gesamtheit in den Blick nimmt. Dabei greift Sokolov auch auf sein Wissen zur Psychosomatischen Grundversorgung zurück, das ihn schon frühzeitig einen psychosozialen Krankheitsintergrund wie Depressionen oder Angstzustände erkennen lässt.

Schmerzkonferenz ins Leben

Jurij Sokolov hatte zuletzt die Schmerzambulanz im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke geleitet. Neuland ist Witten dennoch nicht für ihn: Im Marienhospital hatte er einst seine anästhesiologische Facharztausbildung absolviert. „Ich freue mich über die Heimatluft“, sagt der in Bochum studierte Mediziner. Seine guten Kontakte in der Region will er nutzen, um mittelfristig eine Schmerzkonferenz ins Leben zu rufen, bei der niedergelassene Schmerztherapeuten regelmäßig in großer Expertenrunde über nicht alltägliche Fälle beraten. „Damit habe ich schon in Herdecke sehr gute Erfahrungen gemacht“, so der 51-Jährige.

Die Sprechzeiten der Schmerzambulanz im 1. OG des EvK Witten sind montags und dienstags von 8 bis 16 Uhr sowie donnerstags von 12 bis 16 Uhr. Eine Terminvereinbarung ist unter 02302.175-5000 erforderlich.



Jurij Sokolov, Facharzt für Anästhesiologie und Spezielle Schmerztherapie, (Mitte), wird in der neu eröffneten Schmerzambulanz im EvK Witten unterstützt von Thomas Meiß, Algesiologischer Fachassistent, und Pflegefachkraft Hanna Thielitz.



Stress – wie er uns pusht und wie er uns hemmt

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

„Wenn wir Stressoren ausgesetzt sind, kommen verschiedene Prozesse in Gang, die durch unser Gehirn gesteuert werden. Die Amygdala – wegen ihrer Form auch Mandelkern genannt – ist das emotionale Zentrum unseres Gehirns. Sie aktiviert Kampf- und Fluchtmechanismen gegen innere und äußere Reize, die den Stress verursachen. Dazu gehören ein höherer Blutdruck, ein verstärkter Stoffwechsel, der Abbau von Kohlenhydraten und die Ausschüttung von Cortisol. Verschwindet der Stressor, beruhigt sich der Körper und die Stressreaktion verschwindet. Folgt aber eine stressige Situation auf die nächste, gerät der Körper in einen dauerhaften Alarmzustand. Die Stressreaktionen fallen immer stärker aus. Erholungsphasen finden nicht statt, der Stress wird chronisch. Der Körper leidet unter diesem anhaltendem Stress. Stresshormone kön-

Wie baue ich Stress im Alltag ab?

Jeder Mensch hat seine eigene Art, mit Stress umzugehen. Es ist hilfreich, in einer Situation, die als stressig empfunden wird, die Neubewertung von Risiken vorzunehmen. Ist die Situation tatsächlich gefährlich oder entspricht dies einer subjektiven Wahrnehmung? Diese Neubewertung fördert die Resilienz. Schafft man es, in schwierigen Lagen auch das Positive zu sehen, geht man besser damit um. Den Satz „Immerhin sind wir alle gesund“ hört man häufig in Situationen, in denen manche Menschen verzweifeln. Oder man lernt in solchen Momenten die Hilfsbereitschaft von Familie und Freunden zu schätzen. Stress kann unter bestimmten Umständen auch mentale Fähigkeiten beflügeln und statt Gefahr den Blick auf eine neue Chance lenken.

nen im Körper entzündliche Prozesse auslösen. Das Immunsystem kann in seiner Funktion eingeschränkt sein und das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen steigt. Dauerhafter Stress führt neben den physischen Beschwerden auch zu psychischen Reaktionen. Dazu können Angststörungen, Depressionen, Schlafmangel und eine emotionale Erschöpfung gehören“, erklärt Dr. Willi Martmöller. Deshalb sind Erholungsphasen für Körper und Seele lebenswichtig. Es gibt aber noch eine andere Möglichkeit, mit Stress umzugehen. „Man kann lernen, seine Widerstandskraft, die sogenannte Resilienz, zu erhöhen. Manche Menschen scheinen von Natur aus widerstandsfähiger zu sein als andere. Ein Grund könnte an Unterschieden in der Gehirnstruktur liegen. Wir wissen aus Studien, dass resiliente Menschen einen größeren Hippocampus haben. Diese Region liegt tief im Gehirn und ist vor allem für ihre Rolle beim Erinnerungsvermögen bekannt. Ob man resilient wird, wenn die Voraussetzungen im Gehirn gegeben sind, oder ob das Gehirn sich so entwickelt, weil man gute Resilienzstrategien hat, lässt sich aus diesen Studien aber nicht entnehmen. Doch es scheint – wie bei vielen Fragen rund um die Psyche – so zu sein, dass genetische Faktoren mit der Umwelt und dem Erlebten zusammenspielen. Um mit Stress besser umzugehen, stehen dem Menschen verschiedene Faktoren zur Verfügung. Dazu gehören positive Emotionen, Optimismus, Hoffnung, Selbstwertgefühl, Spiritualität, Sport und vor allem soziale Unterstützung. Einige Verhaltensweisen sind erlernbar. Man darf aber nicht vergessen, dass Lebensumstände und Kindheitserlebnisse die Resilienz stark beeinflussen.“ *anja*

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

Seit 40 Jahren Ihr Spezialist für gutes Hören

Ihre persönlichen Hörberater in Witten



HÖRGERÄTE STENEBERG
Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik in Witten und Herbede

Bahnhofstraße 55
58452 Witten
Telefon 02302/54791

Vormholzer Straße 2
58456 Witten-Herbede
Telefon 02302/9730855

www.hoergeraete-steneberg.de

...mehr als NUR Steine!

Natursteinbrüche  Bergisch Land

...für Haus und Garten

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

www.natursteinbrueche.de

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

Wissenswertes

Unsere Großeltern oder Urgroßeltern lasen die fetthaltigen Bucheckern vom Boden auf und brachten sie zu einer Ölmühle, um aus ihnen Pflanzenöl pressen zu lassen. Die Kinder knibbelten lieber die Schalen ab und aßen gerne die nussig schmeckenden Kerne. Heute weiß man, dass Bucheckern den für Menschen giftigen Stoff „Fangin“ und sogar auch etwas Blausäure enthalten. Vom Verzehr wird abgeraten. dx

Wissenswertes

Stil und Stiel werden gerne verwechselt. Lesen Sie davon, dass etwas „mit Stumpf und Stiel“ ausgerottet wird, würde es ein stilvolles Vorgehen bedeuten. Richtig geschrieben, zielt die Redewendung aus dem Bereich der Botanik darauf ab, eine Pflanze restlos „mit Stumpf und Stiel“ zu beseitigen. dx

Bommerholzer Baumschulen

Blütenmeer – Blütenzauber!

Jetzt unser blühendes Sortiment an Stauden, Beet- und Balkonpflanzen sowie Rosen- und Ziersträuchern pflanzen!

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



Rotbuche ist Baum des Jahres 2022

Zum zweiten Mal nach 1990 steht die Rotbuche als „Baum des Jahres“ im Blickpunkt der Öffentlichkeit. Alarmierend: Lange Zeit geradezu ein Symbol für Standortgerechtigkeit und optimale Wachstumsbedingungen in Deutschland hat auch dieser Baum in den vergangenen sehr warmen und äußerst trockenen Jahren Schäden davongetragen. Forstbotaniker starten nun ein Projekt, die Samen von besonders trockenresistenten und vitalen Rotbuchenexemplaren zur Naturverjüngung auszusuchen.

Blutbuchen entstanden durch Mutation

Die Bezeichnung „Rotbuche“ leitet sich aus dem rötlichen Schimmer von Buchenholz ab, während die Blätter eine sattgrüne Farbe tragen. Da ist es schon irritierend, dass sich – vornehmlich in Parkanlagen – auch Buchen mit dunkelroten Blättern finden, auf die an sich eher die Bezeichnung „Rotbuche“ passen würde. Tatsächlich werden sie aber als „Blutbuchen“ bezeichnet. Alle Blutbuchen gehen auf eine einzige „Mutter-Blutbuche“ zurück, die im 15. Jahrhundert in einem Park in Thüringen als eine natürliche Mutation einer Rotbuche mit roten Blättern stand.

Rotbuche recycelt ihr Laub

Spaziergänger vergleichen einen alten Buchen-Hochwald oft mit einem hohen Dom, den sie betreten: ein grünes dichtes Dach auf vielen silbergrauen Säulen, und am Boden ein beige-brauner Teppich aus altem Laub. Der Baum tut alles, um stets genug Wasser für sich zu horten: Das geschlossene „Zeltdach“ verdunkelt den Waldboden und schützt ihn so vor dem Austrocknen. Die Zweige der Rotbuche wachsen so, dass sie das Regenwasser trichterartig zum Baumstamm hin ableiten, von wo aus es über die völlig glatte Rinde verlustfrei direkt zu den Wurzeln gleitet. Gerade die Blätter der Rotbuche stellen ein Vorbild für „Nachhaltigkeitsdenken“ dar, da sich alle Pflanzenteile leicht zersetzen. Aus ihnen bildet sich lockerer und lebendiger Boden mit besten Nahrungsbedingungen z. B. für Pilze, Insekten, Schnecken, Würmer und Asseln. Allein rund 7000 Tierarten sind auf den Buchenwald mit seinen Höhlen, Laubschichten, fetten Bucheckern und dem lockeren Boden angewiesen.

Das zersetzte Laub wird von Bodenorganismen umgebaut und als Kohlenstoff im Waldboden gespeichert. Alle Nährstoffe werden recycelt, so dass sich die Rotbuche selbst düngt.

Der Vormholzer „Urwald“

Auch in Witten findet sich ein Rest eines ursprünglichen Rotbuchenwaldes an dem steilen Ruhrhang zwischen Vormholz und der Burgruine Hardenstein. Der Ruhrhang konnte nie landwirtschaftlich und nur äußerst aufwändig forstwirtschaftlich genutzt werden und blieb so weitgehend sich selbst überlassen. Ohne den Eingriff des Menschen wäre Witten vermutlich überwiegend ein riesiger Rotbuchenwald.

Von Germanen und Gewittern

Wenn Sie auch den weiteren Text Buchstabe für Buchstabe lesen, dann erfahren Sie, dass die Germanen bereits das leicht spaltbare Buchenholz zu schätzen wussten und ihr Runenalphabet auf sogenannte „Buchenstäbe“ schrieben. Einzelne Wörter wurden entsprechend „buchstabiert“. Aus den Rotbuchtäfelchen mit eingeritzten Zeichen leitete sich im Laufe der Zeit das Wort „Buch“ ab. Auch später, als bereits Pergament und sogar Papier zur Verfügung standen, fassten die Menschen Schriftstücke noch traditionsbewusst mit einem Einband aus Buchenholzbrettchen zusammen.

Eine ganz andere Weisheit unserer Vorfahren zum Lob der Buchenbäume beruht dagegen auf einem Irrtum: Nach heftigen Gewittern fand man zwar oft Eichen vor, die vom Blitz getroffen und sichtbar geschädigt worden waren, aber äußerst selten Buchen. Daraus entstand der Rat für alle, die Schutz vor Gewitter mit Blitz und Donner suchten: „Vor Eichen sollst du weichen, die Buchen sollst du suchen.“ Tatsächlich werden frei stehende Bäume aller Arten gleich häufig vom Blitz getroffen. Ein Blitzeinschlag in eine nasse Eiche mit ihrer groben Rinde hinterlässt jedoch deutlich sichtbare Blitzschäden, während die glatte, dünne Silberrinde der Rotbuche das Regenwasser und folglich auch jeden Blitz ohne große Spuren direkt in den Boden ableitet. dx

Löwenzahn – ärgerlich, nützlich und gesund

Die kleine Wildpflanze mit seinen grünen Blättern und den charakteristischen gelben Blumen zählt zu den bekanntesten Wildkräutern: der Löwenzahn – oder auch Puste- oder Butterblume. Von den einen wird er wegen seines Aussehens und seiner guten Eigenschaften geschätzt, von den anderen eher mit Verwünschungen bedacht, weil er oft da wächst, wo er das Auge des Hobbygärtners stört.

Der mehrjährige Löwenzahn findet sich in den gemäßigten Klimazonen auf der gesamten nördlichen Hemisphäre, in der er vor allem in der Blütezeit von April bis Juni als Frühlingsbote auffällt. Auch als Zeigerpflanze bezeichnet, deutet er auf stickstoffreiche, oft mit tierischer Gülle gedüngte Böden hin, die aber auch gerne viel Humus oder Lehm enthalten können. Wenn es nicht anders geht, kommt er aber auch mit kargen Böden aus. Dabei scheint sich der Löwenzahn auch an seine Umgebung anzupassen: an ruhigen Stellen gedeiht er zu großen, üppigen Pflanzen. An Standorten, an denen öfters mal Menschen hergehen oder der Rasenmäher drüber wegfährt, geht er in Deckung und bildet nur flachwachsende Blätter mit kurzen Blütenstielen aus.

Über der Erde wird der Löwenzahn zwar nur rund 10 bis 30 cm hoch, dafür können seine stark ausgeprägten Wurzeln einen bis zwei

Meter tief in die Erde ranken. Die gelbe Blüte sitzt auf einem rund 40 bis 60 cm langen Stiel. Nach einer kurzen Blüte verwandelt sie sich in die bekannte Pusteblume, nach der schon mal eine Fernsehserie im ZDF mit Peter Lustig benannt wurde. Die Pusteblume stellt tatsächlich den Fruchtstand des Löwenzahns dar. Ein Windstoß oder Pustestoß von spielenden Kinder genügt und die Samen werden in die Welt getragen. Sehr zum Leidwesen von Rasenbesitzern, die frühzeitig mähen oder zumindest die Blüten absammeln und nicht auf dem Komposthaufen entsorgen sollten. Da sich die Pflanze aus der Wurzel regeneriert, ist es besonders wirksam, Spaten, Grabegabel oder einen Unkrautstecher in die Hand zu nehmen und die Pflanze mit Stumpf und Stiel zu entfernen.

Löwenzahn ist eine Allrounderpflanze. Wer ihn als Unkraut abtut, wird dem Löwenzahn nicht gerecht. Weidetiere und Insekten lieben ihn als Nahrungsquelle. Beim Menschen wirkt Löwenzahn mit seinen Bitterstoffen seit Urzeiten als Heilkräut, gilt als kräftigend und reinigt das Blut, lindert Arthritis und hilft bei Leber- und Gallenbeschwerden. Außerdem kann Löwenzahn eine harntreibende Wirkung erzeugen, was ihm auch die Bezeichnung „Pissnelke“ (niederländisch pis-

sebloem) eintrug. Im Rheinland kennen viele den Löwenzahn unter Kettensalat, wohl deshalb, weil Kinder gerne die hohlen Stängel zusammenstecken und daraus Ketten basteln. Die weiße Löwenzahn-Milch wird, gelangt sie auf die Haut oder Kleidung, dann klebrig und schwarz. Darüber hinaus lassen sich viele Rezepte finden, um Löwenzahnblätter zu Pesto, Salaten und Smoothies zu verarbeiten oder aus den Blüten Löwenzahnhonig, -sirup oder -likör zu gewinnen. In schlechten Zeiten wurde aus den Wurzeln sogar Ersatzkaffee hergestellt. Alle Pflanzenteile können verzehrt werden. dx



Bommerholzer Baumschule unterstützt NaWit-Projekt

Seit 1. Juli 2021 erhebt die Baumschule für Kunststofftüten eine Abgabe von 1 Euro. Mit dem Jahreserlös soll ein Artenschutzprojekt der Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station (NaWit) – gefördert werden. Bis zur Mitte 2021 waren die Tüten zum Transport der erworbenen Pflanzen kostenlos und wurden – auch in größeren Mengen – gerne von den Kunden mitgenommen. „Wir haben gedacht, wir müssen uns was einfallen lassen und sind auf die Idee mit der kleinen Abgabe pro Tüte gekommen. Der Erlös sollte wieder in Maßnahmen des Umweltschutzes fließen“, erklärt Sabine Senekovic, die mit ihrem Mann Roman die bekannte Bommerholzer Baumschule führt.

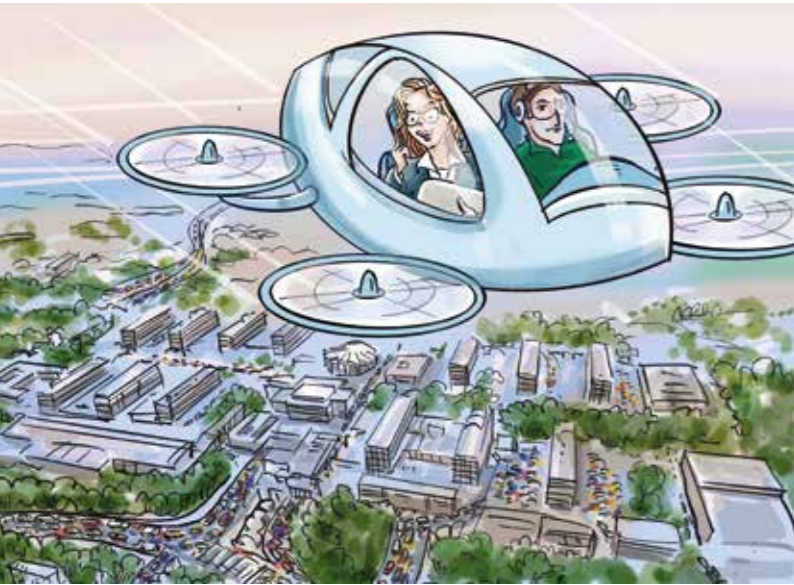
Die Reaktionen in der Kundschaft waren durchaus unterschiedlich. Während einige Käufer mit Unverständnis reagierten, begrüßten andere Kunden die Aktion gegen die allgemeine Plastikflut. „Teilweise kamen wir damit auch einer Forderung der Kunden nach“, so Sabine Senekovic. Die Tüten selbst bestehen zu 80 Prozent aus recyceltem Kunststoff. Zum Jahresende konnte die Bommerholzer Baumschule der NaWit bereits rund 780 Euro als Spende übergeben. „Mit dem Geld werden wir ein neues Amphibiengewässer in Witten anlegen“, freut sich Birgit Ehses, Vorsitzende der NaWit. Die Spendenaktion läuft auch 2022 noch weiter, um die Amphibienschutzmaßnahmen dann im Herbst/Winter umzusetzen. dx

Aus Gründen der Nachhaltigkeit erhebt die Bommerholzer Baumschule einen Obolus je Plastiktüte. Birgit Ehses von der NaWit freut sich mit Sabine Senekovic über den Erlös.



Wie kommen wir in 2050 von A nach B?

IHK Mittleres Ruhrgebiet veröffentlicht Mobilitätsstudie



Nach acht Stunden im Büro endlich der lang ersehnte Feierabend. Eigentlich möchte man so schnell es geht nach Hause, um den restlichen Tag mit der Familie zu verbringen. Wenn da nicht die vielen Staus wären. Wird sich daran künftig etwas ändern? Und wie können wir vielleicht schon heute dazu beitragen, die Mobilität der Zukunft zu verbessern? Die Industrie- und Handelskammer (IHK) Mittleres Ruhrgebiet hat deshalb vor etwa einem Jahr bei der Ruhr-Universität Bochum (RUB) eine Mobilitätsstudie in Auftrag gegeben, die untersucht, wie Menschen im Jahr 2050 mobil sein könnten.

Projektverantwortlich ist Prof. Dr. Michael Roos, Lehrstuhlinhaber Makroökonomik. Die gegenwärtige Mobilität im Ruhrgebiet sei stark autozentriert, was erhebliche ökologische, gesundheitliche und soziale Kosten verursacht habe, heißt es in der Studie.

Um die Mobilität vor Ort nachhaltig zu verbessern, müsse sie mit anderen Herausforderungen wie dem Klimawandel, der Digitalisierung und der Alterung der Gesellschaft zusammengedacht werden.

„Im Rahmen der Studie wurden drei Szenarien entworfen, die zeigen, wie sich die Rahmenbedingungen für Mobilität bis 2050 verändern

könnten: Technologische Revolution, Humanistische Revolution und Graduelle Evolution“, erklärt Jörn Kleinelüern, der das Projekt seitens der IHK betreut hat.

Welches der Szenarien die größte Wahrscheinlichkeit besitzt, hänge nicht zuletzt davon ab, ob Politik und Gesellschaft Veränderungen proaktiv gestalten oder sich reaktiv anpassen.

„Um die Untersuchungen so greifbar wie möglich zu gestalten, haben wir vier Personas erdacht, die Teile der Gesellschaft repräsentieren. Für jedes Szenario wird anschaulich beschrieben, wie die Mobilitätsrealität für die jeweilige Persona aussehen könnte und worauf sie sich einstellen muss.“

Ein zentrales Ergebnis der Studie ist, dass die Region auch im Jahr 2050 von ähnlichen Verkehrsproblemen geplagt sein wird wie heute, wenn es nicht zu einem Umdenken in Politik und Gesellschaft kommt. Für eine bessere zukünftige Mobilität sollten Entscheidungsträger und Bürger umgehend damit beginnen, eine gemeinsame Vision für eine attraktive Zukunft zu entwerfen und sich auf deren Realisierung verpflichten.

„Die Mobilitätsstudie soll Politik und Verwaltung als Orientierung dienen und Anregungen geben. Mit ihr als Diskussionsgrundlage wollen wir das Gespräch aufnehmen, wie das mittlere Ruhrgebiet in Zukunft besser mobil sein kann“, resümiert Michael Bergmann, Hauptgeschäftsführer der IHK Mittleres Ruhrgebiet.

Wenn Sie die Mobilitätsstudie gern lesen würden, freut sich Jörn Kleinelüern über eine E-Mail: kleineluern@bochum.ihk.de oder einen Anruf: 0234 9113-292. Alternativ kann sie über unseren netzn-Beitrag abgerufen und heruntergeladen werden:

<https://netzn.de/b/504f733a-db49-4389-9acf-95cc60de6bf5/wie-kommen-wir-in-2050-von-a-nach-b> (oder auf www.netzn.de gehen und das Stichwort „Mobilitätsstudie“ eingeben).

22. Juni, 19.30 Uhr
Saalbau

Landtagswahl 2022: So wählten die Wahlkreise 105+106

Landesweite Verluste für die SPD - Koalition aus CDU und FDP abgewählt - Grüne sind die Gewinner

SO HAT NRW GEWÄHLT

In Nordrhein-Westfalen wurde ein neuer Landtag gewählt. Jeder hatte zwei Stimmen. Mit der Erststimme wurde der Direktkandidat für den Wahlkreis gewählt, mit der Zweitstimme die Partei. Die CDU kommt in NRW auf 35,7 Prozent und ist damit stärkste Fraktion. Die SPD kommt auf 26,7 Prozent. Das ist ihr schlechtestes Landtagswahlergebnis in NRW. Die Grünen können mit 18,2 Prozent ihr bisheriges Ergebnis verdreifachen und sind der klare Sieger der Landtagswahlen. Die FDP kommt landesweit auf 5,9 Prozent und muss mit minus 6,7 Prozent deutliche Verluste hinnehmen. Die AfD kommt auf 5,4 Prozent (minus 2,0 Prozent). Alle anderen Parteien sind nicht im Landtag vertreten. Die Wahlbeteiligung ist mit 55,5 Prozent auf einen historischen Tiefstand gefallen (minus 9,7 Prozent). Rund 13 Millionen Bürger waren zur Wahlurne gerufen.

Kirsten Stich und Dr. Nadja Büteführ (beide SPD) ziehen als Siegerinnen ihrer Wahlkreise über die Erststimmen in den Landtag NRW.

DIE ERGEBNISSE DER ZWEITSTIMME

Wahlkreis 105 Ennepe-Ruhr-Kreis I mit Hattingen, Sprockhövel, Schwelm und Wetter:

CDU 18.722 Stimmen, 31,0 Prozent (2017 20.659 Stimmen, 28,9 Prozent), SPD 19.173, 31,8 Prozent (25.089, 35,1 Prozent), FDP 3.599, 6,0 Prozent (9.219, 12,9 Prozent), AfD 3.329, 5,5 Prozent (5.366, 7,5 Prozent), Bündnis90/Die Grünen 10.676, 17,7 Prozent (4.318, 6,0 Prozent), Sonstige 4.874, 8,1 Prozent (3.418, 4,7 Prozent).

Wahlkreis 106 Ennepe-Ruhr-Kreis II mit Herdecke und Witten:

CDU 14.624 Stimmen, 28,7 Prozent (2017 14.999 Stimmen, 24,7 Prozent), SPD 16.337, 32,0 Prozent (22.405, 36,9 Prozent), FDP 2.630, 5,2 Prozent (7.109, 11,7 Prozent), AfD 2.785, 5,5 Prozent (4.663, 7,7 Prozent), Bündnis90/Die Grünen 10.088, 19,8 Prozent (4.505, 7,4 Prozent), Sonstige 4.543, 8,9 Prozent (3.516, 5,7 Prozent). Die amtierende Koalition CDU/FDP hat keine Mehrheit mehr. Rechnerisch möglich: Große Koalition (CDU/SPD), Koalition aus CDU/Grüne, Koalition aus SPD, Grüne, FDP.

Bei uns

gibt es die besten Jobs

in der Schulbegleitung



- 0234-545081-60
- [instagram.com/sab.ruhr](https://www.instagram.com/sab.ruhr)
- [facebook.com/sab.ruhr](https://www.facebook.com/sab.ruhr)
- [youtube/sab.ruhr](https://www.youtube.com/sab.ruhr)

Jetzt informieren

www.sab.jobs

sab.ruhr

sab.schule

sab.freizeit

sab.team

sab.jobs

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

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

**Teamverstärkung gesucht!!!
Elektroinstallateur (m/w/d)**
für die Errichtung, Reparatur und Wartung von Elektroanlagen

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

zertifiziert nach DIN EN 16763



RPS Polstertechnik
Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel

Inh. J. Lasberg
Annenstr. 87
58453 Witten
www.polsterei-witten.de · info@polsterei-witten.de

Tel.: 02302/9142266
Fax: 02302/9142267
Mobil: 0170/1901135

Ihr Weg zur klimafreundlichen Immobilie mit...

- ...kombiniertem Darlehenszins von 0,35 % (nach Zuteilung)
- ...verbesserter Wohnungsbauprämie
- ...staatlichen Tilgungszuschüssen

LBS
Ich freue mich auf Ihren Anruf zur Terminvereinbarung!

Bezirksleiter Oliver Hamacher
Berliner Str. 10 • 58452 Witten • Tel.: (02302) 914640

Wärme - Wasser - Wohlbehagen
WILGENBUS

Sanitär
Heizung
Klima
Wartung

Inh. Filipe Pereira · Crengeldanzstraße 17 · 58455 Witten
☎ 02302-281710 · info@wilgenbus.com · www.wilgenbus.com

Fotoquelle: Bosch Thermotechnik GmbH, Buderus Deutschland

Die intuitive Bedienung von Beleuchtung und Beschattung mittels Touch Pad trägt in einem Smarthome zum Komfort bei. Selbst Multimediageräte lassen sich auf diese Weise einfach steuern.
Foto: djd/Roth Massivhaus/Loxone/Siegfried Stoebich



Das intelligente Haus Ein Smarthome kann den Alltag bequemer machen und Energie sparen

Die App auf dem Smartphone verrät unterwegs, ob zu Hause alle Lichter aus und die Fenster geschlossen sind. Dank Programmierung öffnet und schließt das Eigenheim automatisch die Rollläden, es beheizt sich und schaltet Geräte ein oder aus. All dies ist heute schon Realität in einem Gebäude mit intelligenter Technik. Im Jahr 2030 wird Schätzungen zufolge bereits jedes dritte Haus in Deutschland ein Smarthome sein. Als intelligent gilt ein Gebäude dann, wenn alle Komponenten der sogenannten Hausautomation zusammenspielen und zentral gesteuert werden.

Komfort in allen Bereichen und einfache Handhabung
Bauherren, die Smarthome-Lösungen einplanen, wünschen sich für ihr Eigenheim eine intelligente Steuerung von Heizung, Klimaanlage und Lüftung. So können beispielsweise Fenster, die sich je nach Luftqualität und Temperatur selbst öffnen und schließen, mit der Heizung gekoppelt werden. Einzelne Räume werden nur so warm, wie die Bewohner es zum Wohnen oder Schlafen wünschen. Brennt die Sonne, senken sich Jalousien und Markisen automatisch. Ebenso praktisch: Lichter schalten sich selbst aus, wenn niemand im Raum ist. Bewe-



Die Touchpads an den Wänden für die Smarthome-Steuerung sind unauffällig ins Interieur integriert und fallen kaum auf. Foto: djd/Roth Massivhaus/Gerhard Zwickert

gungs- und Präsenzmelder signalisieren wiederum Anwesenheit und programmierte Lichtszenen sorgen für die richtige Stimmung, ohne viele Schalter per Hand bedienen zu müssen. Der Anbieter Roth-Massivhaus beispielsweise setzt bei seinen Smarthome-Konzepten auf die Technik von Loxone. Das Herzstück bildet ein Miniserver – hier laufen alle Stränge der Hausautomation zusammen. Er erkennt unmittelbar Handlungsbedarf und erteilt die notwendigen Befehle an die jeweiligen Komponenten. Für die Nutzer ist die Handhabung über Taster an der Wand oder die App denkbar einfach.

Schutz vor Einbrechern und viele weitere Möglichkeiten
Ist man länger unterwegs, hält eine Anwesenheitssimulation Einbrecher fern. Das Sicherheitssystem greift dabei auf die Komponenten Jalousien und Beleuchtung zurück. Werden Fenster oder Tür gewaltsam geöffnet, startet es die Alarmanlage und schickt eine Meldung an die Hausherren. Außerdem warnt das System vor Feuer- oder Wasserschäden und hält persönliche Daten privat. Mehr Informationen gibt es unter www.roth-massivhaus.de. Das individuell gestaltete Smarthome bietet zudem viele weitere Möglichkeiten: Mit der Multimediasteuerung lassen sich Musik und TV integrieren, Notruftaste und Sturzkontrolle erleichtern das selbstbestimmte Wohnen im Alter, das Grün im Garten freut sich über die automatisierte Bewässerung und auf Wunsch steuert der Miniserver Sauna und Pool. Viele Häuser lassen sich auch nachträglich nachrüsten und Schritt für Schritt in ein vollwertiges Smarthome verwandeln. djd

Zutrittskontrolle

Zu den digitalen Smart-Lösungen zählt auch die elektronische Zutrittskontrolle. Berechtigungen können dabei individuell vergeben werden und tragen zu mehr Sicherheit bei. Der Zutritt ist zeitlich steuerbar und auf Berechtigungsänderungen kann schneller reagiert werden. Bei Verlust z.B. eines Transponders kann der Zutritt schnell gesperrt werden.

BAUHAUS
www.bauhaus.info
Wenn's gut werden muss.

Sichern Sie Ihr Zuhause gegen Einbrecher!

131,98
Starter-Set 'Alarm HmIP-SK7'
Access Point, Alarmsirene, Fenster- und Türkontakt, Bewegungsmelder, Direktverbindung zwischen den Geräten, akustischer und optischer Alarm, für Sprachassistenten geeignet
26745802

24,95
Funk-Fensterkontakt 'HmIP-SWDM'
25 x 102 x 18 mm, weiß, batteriebetrieben, flexible Montage mit Schrauben oder Klebstreifen, Anpassung der Raumtemperatur
27094066

45,95
Alarmsirene 'HmIP-ASIR-2'
Batteriebetrieben, Alarmsignal 90 dB, Ø12,4 x H 4,5 cm, Auswahl zwischen verschiedenen Alarmtönen und -dauer
26725895

48,69
Funk-Bewegungsmelder 'HmIP-SMI' 26743073
Weiß, 34 x 52 x 65 mm, batteriebetrieben, Erkennung von Bewegungen und Umgebungshelligkeit, Erfassungsbereich von bis zu 12 m, flexible Montage,

65,65
Rollladenschalter 'HmIP-BROLL' 26753197
Unterputz, 71 x 71 x 37 mm, Funk, automatisierte Steuerung, für alle gängigen Rohrmotoren, Erstellen individueller Zeitpläne, Aussperr-, Sturm- und Wärmeschutz realisierbar

BAUHAUS 58454 Witten, Brauckstraße 20
BAUHAUS Gesellschaft für Bau- und Hausbedarf mbH & Co. KG Ruhr
Sitz: Brauckstraße 20, 58454 Witten

LWL-Industriemuseum

Hattingen | Witten

Industriekultur am Ruhrtalradweg

Henrichshütte Hattingen mit Hochofen und Restaurant Zeche Nachtigall mit Besucherbergwerk und Café

lwl-industriemuseum.de

Termine in der Henrichshütte Hattingen
Werksstraße 31-33, 45527 Hattingen

- So. 12.6., 11 – 13 Uhr Hütten-Safari
- So. 12.6., 11 – 15 Uhr Jomo's Modellbahn- & Spielzeugmarkt
- Fr., 17.6., 19 – 23 Uhr Nachtschicht mit Vollmondführung
- Fr., 24.6., 16 – 17:30 Uhr Natur am Werk
- So., 26.6., 11 – 12:30 Uhr Der Grüne Weg

Termine auf Zeche Nachtigall, Witten
Nachtigallstraße 35, 58452 Witten

- Sa. 11.6., 15 – 17 Uhr Große Bergwerkstour
- So. 12.6., 11 – 18 Uhr Schmiedevorführung mit Mitmachaktion
- Sa., 18.6., 15 – 17 Uhr Geocaching-Tour

Hier nur ein Auszug aus dem Programm – weitere Infos auf:
www.zeche-nachtigall.lwl.org
www.henrichshuette-hattingenlwl.org

ExtraSchicht
Die Nacht der Industriekultur

DE NACHT DER INDUSTRIEKULTUR

25. Juni 2022
www.extraschicht.de

15 Jahre
Über 200.000 Besucher*innen,
50 Spielorte, 24 Städte, eine Nacht:
Seit 2001 setzt die ExtraSchicht, die Nacht der Industriekultur, die Metropole Ruhr in Szene. Ein Kulturfestival, 2001 aus der Idee geboren, das industriekulturelle Erbe der Region sichtbar zu machen und gezielt miteinander zu vernetzen. Blättern durch unsere Dokumentation, die viele schöne Momente, die einmaligen Spielorte, tolle Künstler*innen und beeindruckende Kennzahlen der letzten 15 Jahre zusammenbringt.

WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

03944-36160
www.wm-aw.de

JUWELIER LÜTTGEN
UHREN & SCHMUCK
SEIT 1980

Goldankauf

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

10 % Gutschein

*gültig für deinen nächsten Einkauf vom 2.6. bis zum 6.7.22

INTERSPORT im UG
GUEVENC

Stadt Galerie Witten

Lanwehr
MINERALÖL

HEIZÖL

WITTEN 02302-914250

Elektromobilcenter Witten
Mobilität im Alter

- ELEKTROBILE
- ROLLATOREN
- AKKUS
- ROLLSTÜHLE
- KFZ-ANKAUF
- 24H WERKSTATT
- VERLEIH SERVICE

Kostenlose Probefahrt vor Ort möglich!

– ALLE KRANKENKASSEN –
Cregeldanzstraße 24 | 58455 Witten
02302 / 400 42 09
www.elektromobilcenter-witten.de
info@elektromobilcenter-witten.de

Reiseservice
Gabriela Bierwirth

Goethestraße 29
45549 Sprockhövel
Mobil: 0173 8911748

gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de
www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de

DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

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

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

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

NEU 0 % Finanzierung
und günstiges Leasing möglich

für Privat und Gewerbe

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

certifiziert nach DIN EN 16763

Sicherheit

Wir lieben Lebensmittel.

EDEKA Markt

Familie Grütter und Team

Wittener Str. 12 · 58456 Witten · 0 23 02 / 97 20 26
Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7 bis 21 Uhr

Ihr altes Dachfenster ist nicht ganz dicht? Zeit für Ihre Roto Renovierungsfenster!

Raus damit ...

... rein damit!

Ihre Vorteile im Überblick:

- ✓ Keine Brech-, Putz- und Folgearbeiten – unabhängig von Baujahr, Hersteller und Größe
- ✓ PVC-Kunststoffprofil – UV-beständig, langlebig und dauerhaft schön
- ✓ Hochwertige Isolierverglasung – schont die Umwelt und den Geldbeutel, KfW-förderfähig
- ✓ Premiumqualität „made in Germany“*

*über 90 % unserer Produkte

RotoProfipartner

Amling Bedachungen
Konrad-Adenauer-Straße 17 a
58452 Witten
02302 59347

th.amling@t-online.de
www.a-m-bedachungen.de

Neue Fenster verbessern den Wohnkomfort im Dachgeschoss

Moderne Dachfenster sind nicht nur Licht- und Frischluftspender, sondern sorgen auch für mehr Wohnqualität und Energieeffizienz unter dem Dach. Denn besonders im Dachgeschoss führen eine schlechte Dachdämmung und alte Fenster zu großen Energieverlusten und damit hohen Heizkosten. Auch in Sachen Wohnkomfort entsprechen die alten Dachfenster oft nicht mehr den modernen Anforderungen. Grundlage für die Erneuerung der Dachfenster ist das Gebäudeenergiegesetz (GEG 2020): Es schreibt vor, welchen Anforderungen die neuen Dachfenster genügen müssen. Darüber hinaus gilt den Anschlüssen an das Dach und an die Dämmung besondere Aufmerksamkeit. Sind diese optimiert, können die Heizkosten weiter gesenkt werden. Nach dem Einbau neuer Dachfenster fallen viele zusätzliche Vorteile ins Auge: unansehnliche Fenster werden durch architektonisch ansprechende ersetzt, der Bedienkomfort ist deutlich höher, Sonnenschutz und Öffnung lassen sich sogar automatisch steuern. Und nicht zuletzt wirkt auch der Dachraum deutlich größer.

Sonnenschutz bei neuen Dachfenstern nicht vergessen
Ohne Sonnenschutz geht bei Dachfenstern nichts! Damit das Wohnklima im Dachgeschoss stimmt, sollte der Sonnenschutz passend zum jeweiligen Dachfenster ausgewählt werden. Am effektivsten wirkt ein außen liegender Sonnenschutz, Rollläden bieten beispielsweise viele Vorteile und sind als Solar-Rollläden komfortabel zu steuern. Darüber hinaus sind auch passende Insektenschutz-Rollos für Dachfenster erhältlich.

Förderung für neue Dachfenster
Reduzieren lassen sich die Kosten, wenn Eigentümer eine Förderung für die neuen Dachfenster in Anspruch nehmen. Wer keine Förderung beantragt, kann entweder den Steuerbonus in Anspruch nehmen oder die Handwerkerrechnung von der Steuer absetzen.
Quelle: energie-fachberater.de

Förderung für ein neues Dachfenster

Fördermittel für den Austausch oder den Neueinbau von Dachfenstern bekommen Sie unter anderem über die Bundesförderung für effiziente Gebäude. Liegen die Brutto-Kosten der Maßnahme über 2.000 Euro, erhalten Sie einen Zuschuss in Höhe von 20 bis 25 Prozent. Alternativ können Sie die Förderung für Dachfenster in Form eines günstigen Darlehens mit Tilgungszuschuss beantragen. Voraussetzung ist in jedem Fall, dass das neue Fenster einen U-Wert von 1,0 W/m²K oder besser erreicht. Ob das der Fall ist, geht aus den Planungs-/Produktunterlagen hervor.



2. Klimamarkt stieß wieder auf großes Interesse

Im Juli 2019 hatte der 1. Wittener Klimamarkt noch auf dem Gelände der AHE-Biogasanlage stattgefunden. Zwei Jahre später stellte die Klima-Allianz zusammen mit einem Bündnis aus rund 25 Initiativen, Unternehmen und Verbänden am 7. Mai von 10 bis 17 Uhr ihre Informationsstände auf dem Marktplatz auf – und stieß damit auf eine große Resonanz in der Bevölkerung.



Sehr viel Herzblut investiert Werner Frischmann als 1. Vorsitzender der Klima-Allianz für ein klimafreundliches Witten.

Werner Frischmann, 1. Vorsitzender und Motor der Klima-Allianz, fühlt sich geleitet durch die Warnungen des Weltklimarats: „Noch hat die Menschheit es selbst in der Hand, die schlimmsten Folgen zu verhindern. Doch die Zeit läuft ab.“ Einerseits freut er sich über die vielen Aktiven, die sich in der Klima-Allianz zusammengeschlossen haben, andererseits stellt er aber auch eine große Unsicherheit fest. „Viele fragen aber immer noch, was sie als Einzelne tun können.“

Gesündere Menschen, saubere Luft und eine grünere City

Der Ansatz der Klima-Allianz lautet deshalb, zusammen mit kompetenten Netzwerkpartnern zum einen Synergien zu nutzen, um klimaschädliche Emissionen zu reduzieren und zum anderen immer mehr Menschen für eine

klimafreundlichere Lebensart zu begeistern. Konkrete Aktionen, wie jetzt der 2. Wittener Klimamarkt, aber auch Baumpflanzaktionen, Ruhr-Clean-Ups und Online-Veranstaltungen sollen den Klimaschutz fördern.

Auf der Bühne des 2. Klimamarktes konnte Carsten Zierdt vom Stadtmarketing stündlich neue Gesprächspartner begrüßen und beispielsweise über ihre bereits realisierten Nachhaltigkeitsaktivitäten befragen. So berichteten Katja Lohmann-Hütte und Gitta Neuhaus-Galladé, dass in ihren 1790 bzw. 1745 gegründeten Familienunternehmen für Spezial- und Edeltähle bzw. Hebezeuge, Winden und Krananlagen bereits früh Wasserkraft genutzt bzw. Bäume angepflanzt und Bienen eingesetzt wurden, um der Natur in den Werken möglichst viel Raum zu geben. „In unserem Standort Annen produzieren wir Dank Wasserkraft und einer Photovoltaikanlage bereits komplett klimaneutral, Herbede soll folgen“, so Katja Lohmann-Hütte und weiter: „Wir machen das, was wir schon immer gemacht haben und es steht eine Familie dahinter, die das auch so meint.“

Für die Ziele einer nachhaltigen Produktion bindet Gitta Neuhaus-Galladé bevorzugt lokale Lieferanten ein, um Ökonomie und Ökologie sinnvoll zu verbinden: „Wir müssen alle Entscheidungen auch für die nächste Generation treffen und dürfen nicht nachlassen zu schauen, wo wir noch CO₂ einsparen können.“ Die Unternehmerinnen erwarten deshalb auch von ihren Mitarbeitern, dass sie Nachhaltigkeit in ihrer DNA haben. Werner Frischmann bot am Ende des Gesprächs seine Hilfe an, über das mittlerweile überregionale Netzwerk der Klima-Allianz Fachleute zu Fragen der Nachhaltigkeit anzusprechen.

Nachfolgend konnte auch Rolf

Ostermann vom großen Wittener Einrichtungshaus über die Energieeinsparungsmöglichkeiten von bis zu 40 Prozent durch die riesige Photovoltaikanlage auf dem Zentrallager seines Einrichtungshauses berichten. Die Bühne gehörte im Laufe des Tages außerdem noch Vertretern von Students for Future von der Uni Witten/Herdecke zum Thema „Wie kann politische Mitgestaltung aussehen?“, Prof. Dr. Jan Ehlers zu „Essen wir unseren Planeten auf?“ und Dirk Liedmann von der Kornkammer Haus Holte, der darüber informierte, wie durch Biologische Grundnahrungsmittel im Kreislauf CO₂-Vorteile erzielt werden können.

An den Informationsständen konnten die Besucher während des ganzen Tages zudem viele

alltagstaugliche Hinweise und gezielte Beratung erhalten. So zeigten die Stadtwerke ein E-Fahrzeug und die AHE hatte drei Tonnen aufgestellt, um gebrauchte Handys einzusammeln und den Erlös durch das Recyceln der wertvollen Edelmetalle nachfolgend gemeinnützigen Organisationen zuzuführen.

Damit die Mitte des Rathausplatzes während des Klimamarktes nicht so grau wie sonst ist, hatte das Einrichtungshaus Ostermann mit Terrassenmöbel und Blumen Risse mit seinen grünen und farbigen Produkten den Platz zur grünen Wohlfühlzone verwandelt. Werner Frischmann war hochzufrieden: „Die Resonanz ist großartig und kraftstiftend, um uns für weitere Taten zu ermutigen.“ dx



Im Gespräch mit Karsten Zierdt informierten die Unternehmerinnen Katja Lohmann-Hütte und Gitta Neuhaus-Galladé auf dem 2. Wittener Klimamarkt über ihre Aktivitäten zur Nachhaltigkeit.



Großes Interesse fand auch die 2. Auflage des Klimamarktes am Rathaus in Witten.

Ausbau statt Neubau

Die CDU fordert die Stadtverwaltung auf, die Bereiche im Stadtgebiet zu identifizieren und zu bewerten, die aufgrund der örtlichen und planungsrechtlichen Gegebenheiten für einen Ausbau der Dachgeschosse der jeweiligen Wohnhäuser geeignet erscheinen. Ein entsprechender Antrag soll in der nächsten Sitzung des ASUK zur Abstimmung gestellt werden.

Nicht erst seit dem Flüchtlingszustrom durch den Ukrainekrieg ist die Wohnraumsituation in Witten angespannt. Die Immobilienpreise sind in den letzten Jahren explodiert, die Energie- und Heizkosten steigen stetig an und der Bedarf an Wohnungen ist so groß wie nie.

In der von der Verwaltung angefertigten Wohnbauflächenpotentialanalyse wird deutlich, dass mögliche Neubaufächen im gesamten Stadtgebiet eher begrenzt sind.

„Für uns ist eine Expansion, die lediglich in die Fläche gehen soll, zu kurz gedacht“, findet Ratscherr Tobias Grunwald. „Unter Klimaschutzaspekten müssen wir sehr vorsichtig und bedacht mit der Versiegelung neuer Flächen umgehen“, so Grunwald weiter.

Die CDU-Fraktion fordert daher, dass die Wohnbauflächenpotentialanalyse um eine Bewertung des Dachgeschossausbaupotentials ergänzt wird.

„Dieser Antrag hilft dabei, weiteren Wohnraum zu schaffen, ohne dafür ausschließlich weitere Flächen zu beanspruchen. Das ist nachhaltig und unter Umständen deutlich kostengünstiger als ein vollständiger Neubau!“, erklärt Grunwald.

Sonnentage mit Schattenspender

Um sich im Garten zu entspannen, braucht es nicht viel. Eine bequeme Liege auf der Terrasse und ein kühles Getränk reichen oft aus. In der Praxis funktioniert das jedoch nur so lange, bis die Sonne den Liegeplatz erreicht und es viel zu heiß und hell wird. Spätestens jetzt zeigt sich, dass es echtes Gartenglück ohne Sonnenschutz nicht gibt. Schattige Plätze lassen sich heute ganz einfach realisieren – mit individuell passenden Sonnenschutzprodukten. Dabei steht der Komfort an erster Stelle: Rollläden und Markisen können mit einem Motor und einer automatischen Steuerung ausgestattet werden. Dadurch lassen sich Licht und Schatten ganz individuell steuern – je nach System per App auf Smartphone oder Tablet, Fernbedienung, Wandschalter oder Zeitschaltuhr. Ausgestattet mit Wind-, Regen- und Lichtsensoren reagieren Markisen sogar selbständig auf Witterungsveränderungen. So fahren sie zum Beispiel bei einem Unwetter selbsttätig ein, um Schäden durch Wind oder Starkregen zu vermeiden. Die Nachrüstung moderner Steuerungstechnik an älteren Sonnenschutzprodukten übernehmen qualifizierte örtliche Rollladen- und Sonnenschutz-Fachbetriebe. Die Experten kümmern sich um die Fertigung, den Einbau sowie die Wartung und beraten individuell. Weitere Informationen dazu gibt es unter www.rollladen-sonnenschutz.de. txx



Ob Plissee, Rollläden, Jalousie, Sonnensegel oder Markise – ohne den passenden Sonnenschutz machen heiße Sommertage deutlich weniger Spaß. Wer mehr Wohnkomfort im Eigenheim möchte, sollte sich im Rollladen- und Sonnenschutz-Fachbetrieb vor Ort unverbindlich beraten lassen. Foto: BVRS/txx



Informationen & Wohnungsangebote finden Sie unter www.wwo-witten.de

Nasse Wände? Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Bobach

Büro Witten

☎ 0 23 02 - 2 77 84 49

www.isotec-sprockhoevel.de



ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken

Aufpolstern mit neuem Stoff

Neue Polsterstoffe auf liebgewonnenen Möbeln können Ihrem Zuhause Individualität und einen ganz eigenen Stils vermitteln. Dabei kommt es maßgeblich auch auf die richtige Stoffauswahl an, um perfekte und ansprechende Ergebnisse sowie die gewünschten Effekte und Nutzungseigenschaften zu erzielen.

Strapazierfähig und pflegeleicht

Stoffe sind unterschiedlich widerstandsfähig gegen Verschleißspuren wie Ziehäden, Risse oder Löcher. Für stark strapazierte Wohnbereiche ersparen Möbelstoffe mit integriertem Fleckenschutz viel an Pflegeaufwand. Für Möbel im Outdoor-Bereich kommen neben Strapazierfähigkeit und Pflegefreundlichkeit weitere Anforderungen hinzu, beispielsweise ausbleichende Wirkung von UV-Strahlen im Sonnenlicht oder potentielle Schimmel- und Stockfleckenbildung. Gegen die unerwünschten Folgen von Witterungseinflüssen im Außenbereich gibt es Hightech-Stoffe, die wirkungsvoll imprägniert sind.



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

seit 20 Jahren

KüchenTreff Rensinghoff

Westfalenstraße 110 a · 58453 Witten

Telefon: 0 23 02 - 20 51 60

www.kuechentreff-rensinghoff.de





Friedr. Lohmann GmbH – ein Familienunternehmen in der 7. Generation

Im Jahre 1790 gründete Johann Friedr. Lohmann seine „Stahlfabrik“ in Witten. Hieraus entwickelten sich dann die heutigen Stahlstandorte für Spezial- und Edelstähle in Witten-Herbede und Witten-Annen. Das Familienunternehmen wird heute in der 7. Generation sehr erfolgreich geführt. Als Hersteller von Schnellarbeits-, Werkzeug- und Spezialstählen sowie hochverschleißfesten und hitzebeständigen Gussteilen hat die Friedr. Lohmann GmbH weltweite Bedeutung. Das Unternehmen ist sehr eng mit der industriellen Entwicklung der Stadt Witten und deren Umgebung verbunden. Im Unternehmen sind heute rund 365 Mitarbeiter beschäftigt.



„Fachkräfte in der heutigen Zeit zu finden wird immer schwieriger“, so Gunnar Lohmann-Hütte, Geschäftsführer der Friedr. Lohmann GmbH. Aus diesem Grund ist das Unternehmen sehr interessiert und engagiert, Jugendliche in den unterschiedlichsten Berufen auszubilden. Das Unternehmen bildet den Nachwuchs für den eigenen Bedarf aus, so Personalleiter Constantin Broska. „Die Übernahmechancen nach erfolgreicher Prüfung sind bei uns besonders gut. Zurzeit zählt das Unternehmen 10 Auszubildende. Auch Weiterbildungen begleiten wir gerne. Es ist uns ein großes Anliegen, dass die Auszubildenden den erlernten Beruf von der Pike auf lernen und dann lange bei uns im Betrieb verbleiben. Die Schulnoten stellen für uns zwar Indikatoren dar, viel wichtiger sind aber der persönliche Eindruck, die Auffassungsgabe, Motivation und Leistungsbereitschaft, Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit“, so Constantin Broska. „Bei den vielen Bewerbungen, die uns erreichen, müssen wir vorab ein Auswahlverfahren durchführen. Für das Jahr 2022 bieten wir noch Ausbildungsplätze in allen Berufen an. Ab August bis Dezember 2022 laufen die neuen Bewerbungen für das Jahr 2023. Die anschließenden Bewerbungsgespräche finden in der Zeit von November 2022 bis Ende Januar 2023 statt. Die Ausbildungsberufe der Friedr. Lohmann GmbH umfassen Elektroniker/in – Betriebstechnik, Industriekaufmann/-frau, Industriemechaniker/in, Mechatroniker/in, Gießereimechaniker/in sowie Verfahrenstechnologe/in.“ Wer sich über die Friedr. Lohmann GmbH informieren möchte, erfährt mehr im Internet unter www.lohmann-stahl.de oder besucht den „Wittener Markt der Ausbildung“ am 10. Juni 2022 auf dem Gelände der Edelstahlwerke in Witten. Hier präsentiert sich das Unternehmen mit einem Messestand und informiert und berät die zukünftigen Mitarbeiter.

9. Wittener Markt der Ausbildung: 10. Juni 16.00 - 19.30 Uhr

Das Ziel der Messe: Jugendliche, die Ausbildungsstellen suchen, und Unternehmen, die Stellen anbieten, zu vernetzen. Aufeinandertreffen können sie in entspannter Atmosphäre am 10. Juni 2022 zwischen 16 und 19:30 Uhr auf dem Gelände der Deutsche Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT, Herbeder Str. 39, 58455 Witten.

Die erfolgreiche Veranstaltung rund um das Thema Ausbildung wird gestaltet von einem Organisationsteam, bestehend aus den Stadtwerken Witten, der Stadt Witten, der IHK Mittleres Ruhrgebiet, der Deutsche Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT GmbH sowie den Kooperationspartnern Sparkasse Witten, Deutsche Edelstahlwerke (DEW) und Berufskolleg Witten.

Über 40 Arbeitgeber*innen aus unterschiedlichen Branchen
Über 40 Unternehmen und Institutionen aus Witten und den Nachbarstädten, Industrie, Gewerbe, Dienstleistung, Handwerk, werden

wieder dabei sein. Sie stellen ihre Ausbildungsberufe und zum Teil auch Praktikumsplätze vor und nutzen die Gelegenheit zum persönlichen Kontakt zu den Jugendlichen.

Über 40 Aussteller, die viele Ausbildungsplätze mit vielen Last-Minute-Stellen anbieten!

Der Eintritt ist selbstverständlich frei und die Teilnahme für alle Schülerinnen und Schüler freiwillig. Wie jedes Jahr gibt es zum Ende bei einer Tombola wieder tolle Preise zu gewinnen.

Finde deine Bestimmung. Finde deine Ausbildung.

Auch in diesem Jahr geht der "Wittener Markt der Ausbildung" auf dem Gelände der Deutschen Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT, Herbeder Straße 39, 58455 Witten, wieder an den Start. Am Freitag, 10. Juni 2022, können sich Schüler/innen - gern auch gemeinsam mit ihren Freunden, Geschwister und Eltern - in der Zeit von 16.00 bis 19.30 Uhr rund um das Thema "Berufsausbildung und Karrierestart" ausführlich informieren. Viele Wittener Unternehmen stehen hier Rede und Antwort. Die Sparkasse Witten – als sicherlich größter Wittener Arbeitgeber im Dienstleistungsbereich – ist ebenfalls mit dabei. Wichtige Infos gibt es aus erster Hand und Gespräche sind nicht nur mit Personalverantwortlichen möglich. Auszubildende des 2. Ausbildungsjahres betreuen zum Beispiel den Stand der Sparkasse mit – so bricht schnell das Eis, wenn Jugendliche hier mit Fragen „löchern“ können. Interessierte Schülerinnen und Schüler können sich umfassend über das Berufsbild „Bankkaufmann/-kauffrau“ und über eine Ausbildung, die sich an digitalisierten Maßstäben orientiert, informieren. Die Sparkasse Witten bietet natürlich auch die begehrten Plätze der dualen Ausbildung an, also Ausbildung & Studium! Dass die Ausbildung bei der Sparkasse alles andere als spießig ist und nicht nur aus Zahlen und Formularen besteht, davon wissen die Auszubildenden der Sparkasse Witten zu berichten. Manuela Briele, Ausbildungsleiterin der Sparkasse Witten: "Wenn es den Wittener Markt der Ausbildung nicht gäbe, müsste er schleunigst erfunden werden, schafft er doch für alle Beteiligten handfeste Mehrwerte. Die Jugendlichen können sich auf dieser Informations-

Bewirb dich jetzt noch für 2022!



Starte jetzt voll durch und finde bei uns deinen Ausbildungsplatz zum/zur Bankkaufmann/ Bankkauffrau.



sparkasse-witten.de/ausbildung

Veranstaltung in Sachen Berufswahl umfassend informieren - und auch gleich mit Ansprechpartnern zahlreicher Wittener Betriebe persönlich Kontakt aufnehmen: Eine gute Gelegenheit, gleich vor Ort ins Gespräch zu kommen und gegebenenfalls ein Praktikum in einem der Wunschbetriebe zu vereinbaren. Und auch für die Wittener Unternehmen bietet sich die Chance, in Kontakt mit interessierten - und natürlich entsprechend geeigneten - Bewerbern zu kommen. Gemeinsam mit den Auszubildenden der Sparkasse Witten freue ich mich auf unsere Teilnahme an dieser Ausbildungsbörse und auf viele interessante Gespräche“, so die Ausbildungsleiterin der Sparkasse. Ihr Tipp für alle Schülerinnen und Schüler, die in Sachen Berufswahl und Karrierestart noch unsicher sind: "Besucht am 10. Juni 2022 auf jeden Fall den 9. Wittener Markt der Ausbildung. Es lohnt sich!" Wer sich schon vorab über dieses Berufsbild informieren will, sollte die Ausbildungsseite der Sparkasse Witten unter www.sparkasse-witten.de/ausbildung besuchen.



Übrigens: Auch für 2022 sucht die Sparkasse Witten interessierte Bankkauffrauen/-kaufmänner. Also: Jetzt noch bewerben! #deinekarrieresparkassewitten



„Faszination Stahl!“



Wir bilden aus!

MECHATRONIKER/ IN - BETRIEBSTECHNIK
VERFAHRENSMECHANIKER/ IN - STAHLUMFORMUNG
GIESSEREIMECHANIKER/ IN - HANDFORMGUSS
INDUSTRIEMECHANIKER/ IN - BETRIEBSTECHNIK
ELEKTRONIKER/ IN - BETRIEBSTECHNIK
INDUSTRIEKAUFMANN/ FRAU

Bewirb Dich jetzt!



Haben wir Dein Interesse geweckt, dann bewirb dich jetzt unter: bewerbung@lohmann-stahl.de Tel. 02302 7014167

Ausbildung bei den Stadtwerken Witten: Beste Perspektiven für den erfolgreichen Berufseinstieg

Ein moderner Arbeitsplatz in einem zukunftsorientierten Unternehmen. Dazu eine gute Bezahlung, abwechslungsreiche Aufgaben und viel Raum für die persönliche Entfaltung: All das bieten die Stadtwerke Witten ihren Auszubildenden. Als wichtiger Arbeitgeber in der Region übernimmt der Energieversorger seit vielen Jahren soziale und gesellschaftliche Verantwortung und bildet über Bedarf in verschiedenen Berufszweigen aus.

Modernes Unternehmen mit vielen Angeboten

In Witten sind die Stadtwerke den Menschen vor allem als zuverlässiger Lieferant von Strom, Erdgas, Trinkwasser und Wärme bekannt. Darüber hinaus sorgt das innovative Energieunternehmen als Betreiber von zwei Hallenbädern, dem Freibad Annen und dem beliebten Ausflugsschiff MS Schwalbe II für ein abwechslungsreiches Freizeitangebot vor Ort. Derzeit arbeiten 293 Mitarbeiter:innen bei den Stadtwerken Witten – rund 20 davon erlernen dabei einen der angebotenen Ausbildungsberufe.

Breitgefächertes Ausbildungsangebot

Spaß an einem handwerklichen Job? Oder doch lieber am PC im Büro arbeiten? Ganz gleich, was favorisiert wird: Die Stadtwerke Witten bieten ein attraktives Angebot in unterschiedlichen Berufsfeldern. Basis aller Ausbildungsgänge ist dabei ein systematischer Ausbildungsplan mit klaren Zielvorgaben. Für optimale Lernergebnisse sorgen darüber hinaus die kontinuierliche individuelle Betreuung durch einen fachbezogenen Ausbilder, der tiefgehende Einblick in die unterschiedlichen Abteilungen des Unternehmens sowie der regelmäßige Werksunterricht. In folgenden Berufen bilden die Stadtwerke Witten derzeit aus:

Elektroniker:innen für Betriebstechnik

Elektroniker:innen für Betriebstechnik sorgen für den reibungslosen Ablauf der Produktion und sind im Störfall schnell zur Stelle. Dank eines umfangreichen Wissens in puncto elektrische Energieerzeugung, Energietransport, -Steuerung und -Umwandlung kennen sich die Technik-Experten mit Inbetriebnahme, Wartung und Betriebssicherheit von sensiblen Anlagen bestens aus.

Industriekauffrau, Industriekaufmann

Für einen Energieversorger ist der kontinuierliche Kunden-Dialog von zentraler Bedeutung und Basis des Erfolgs. Ob Einkauf, Verwaltung oder Organisation: Industriekauffrauen und -männer kümmern sich um alles Wichtige und lernen in der Ausbildung von der Material- und Personalwirtschaft bis hin zum Finanz- und Rechnungswesen alle Abteilungen kennen.

Kraftfahrzeug-Mechatroniker:innen

Wenn es um Wartung, Service und Ausrüstung des Stadtwerke-Fuhrparks geht, kommen die Kraftfahrzeug-Mechatroniker:innen ins Spiel. Sie sorgen dafür, dass alle Pkw und Nutzfahrzeuge – auch die E-Autos – immer einwandfrei funktionieren und die Kollegen auf den Straßen in und um Witten sicher unterwegs sind.

Fachangestellte:r für Bäderbetriebe

Auf den ersten Blick ist im Schwimmbad alles in Ordnung. Doch dieser

Eindruck reicht nicht! Wir verlassen uns auf Sie: In unseren Bädern lernen Sie mehr als die Aufsicht am Beckenrand. Sie sind Spezialist in Sachen Bädertechnik und Sicherheit – und nebenbei auch noch Kaufmann, Chemiker, Techniker und Betreuer.

So läuft der Bewerbungsprozess

Das Wichtigste vorab: Alle bei den Stadtwerken Witten angebotenen Ausbildungsberufe stehen männlichen, weiblichen und auch diversen Bewerbern offen. Wer sich bewerben möchte, sollte die Fachoberschulreife oder die allgemeine Hochschulreife mit guten Noten vorweisen können. Es findet „nur“ ein Bewerbungstag statt. Das Vorstellungsgespräch ist Teil des Tages.

Beste Karrierechancen auch nach der Ausbildung

Wer bei den Stadtwerken Witten eine Ausbildung absolviert, hat gute Chancen auf dem späteren Arbeitsmarkt und kann nach bestandener Abschlussprüfung und je nach Abschlussnote mit einem befristeten Arbeitsvertrag im Unternehmen planen – und das garantiert beste Perspektiven also für einen gelungenen Start ins Berufsleben!



INFO

Stadtwerke Witten hautnah erleben

Die Stadtwerke Witten sind Teilnehmer beim „9. Wittener Markt der Ausbildung“ am 10. Juni 2022 und informieren dort über Ausbildungsinhalte und Bewerberprofile und vieles mehr. Weitere Informationen gibt es auch unter www.stadtwerke-witten.de.

Ansprechpartner:

Nils Theising
Telefon 02302 9173-207
E-Mail ausbildung@stadtwerke-witten.de
Oder postalisch an: Stadtwerke Witten GmbH
Westfalenstraße 18-20, 58455 Witten



Lars, Elektroniker für Betriebstechnik im #teamstadtwerke

Wir brauchen **#deineenergie!** Sorg auch du für die **#power** in Witten und **#bewirbdichjetzt** für deinen **#ausbildungsplatz2023** in einem spannenden **#ausbildungsberuf** mit **#zukunft**.



Foto: Thorsten Kleine Holthaus



Toller Start in die Turniersaison

Das letzte Wochenende war für den Reit- und Fahrverein Witten sehr erfolgreich und ein toller Start in die Turniersaison. Die Mannschaft des RFV Witten gewann das A** Springen beim RV Gut Havkenscheld in Bochum-Laer vor der Mannschaft Essen-Kupferdreh. Es ritten Saskia Leveringhaus mit „Catch the Crown“, Lina Klusmann mit „Casaretto“, Ramona Teering mit „Blueberry“ und Johanna Korf mit „Bonfire“; Mannschaftsführer war Sportwart Sebastian Gerkau. Ergebnisse im Einzelnen: Saskia Leveringhaus 0.00 F/63,49 Sek., Lina Klusmann 4.00 F/63.50 Sek., Ramona Teering 0.00 F/69.01 Sek., Johanna Korf 0.00 F/52,51 Sek. In den Einzelprüfungen wurde Saskia Leveringhaus mit „Catch the Crown“ 7. Im A** Springen, Lina Klusmann auf „Casaretto“ wurde 8. im A-Stilspringen. Das Bild zeigt die erfolgreiche Mannschaft des Reit- und Fahrverein Witten e. V.

Nachhaltigkeit und Inklusion Kooperation von AHE & Lebenshilfe

Das Wetteraner Entsorgungsunternehmen AHE ergänzt seine Biodiversitätsstrategie durch eine Kooperation mit der Wittener Lebenshilfe. Dafür wurden für alle zehn Standorte der AHE, die sich über den gesamten Ennepe-Ruhr-Kreis verteilt befinden, Insektenhotels bei der Wittener Lebenshilfe in Auftrag gegeben. Projektinitiatorin Claudia Gah, verantwortlich für die strategische Unternehmensentwicklung sagt: „Mit dieser Kooperation helfen wir nicht nur der Natur, sondern auch den Menschen aus der Region, denn die Nisthilfen werden mit viel Engagement in der Werkstatt von Menschen mit Behinderungen gebaut.“ Die Lebenshilfe bietet schon seit vielen Jahren Menschen mit Behinderungen die Möglichkeit, am Arbeitsleben teilhaben zu können. Zudem wird den Menschen dort vermittelt, dass sie einen wichtigen Teil der Gesellschaft darstellen und auch Menschen mit Beeinträchtigungen einen wertvollen Beitrag leisten können. Die AHE möchte mit der Kooperation zwei wichtige Themen verbinden: soziales Engagement und Naturschutz. Am 5.5 wurde das erste Insektenhotel übergeben, das die AHE zunächst sofort auf dem Klimamarkt in Witten an ihrem Stand ausstellte. Als zuverlässiger Partner der Städte im Ennepe-Ruhr-Kreis möchte die AHE Vorbild sein und die Bedeutung, das Bewusstsein für diese Themen stärken. Ressourcen- und Klimaschutz sind ebenso fester Bestandteil der Unternehmensstrategien wie Nachhaltigkeit und der umweltgerechte Umgang mit Abfällen im Sinne einer Kreislaufwirtschaft.



Verein bittet um Spenden Fokus der Öffentlichkeit auf Ukraine

Coronabedingt fand nach mehr als 2 Jahren am 3. April 2022 eine Jahreshauptversammlung des Entwicklungshilfevereins Etiopia-Witten e.V. statt. Der Vorstand berichtete, dass der mehr als 16 Monate andauernde Krieg in und um Tigray die bisherigen Hilfsprogramme zum Erliegen gebracht hat. Stattdessen wurden die Spendengelder für humanitäre Zwecke eingesetzt. Mit diesen wurde unter anderem der Kauf von Nahrung für hungernde Mitarbeiter im Ayder Hospital und die sogenannten LiSa Küchen (Live Saving Kitchen) finanziert. Diese bereiten für die hungernde Bevölkerung von Mekelle einmal täglich eine warme Mahlzeit zu. Eine weitere große Hilfe war unsere finanzielle Unterstützung für die Versorgung vergewaltigter Frauen. Und schließlich ist ein Spendenprojekt angelaufen, das sich „Family to Family“ nennt und wöcherlich regelmäßige Hilfszahlungen für Familien der Schulkinder der von Etiopia Witten in Tigray gebauten Laeley Seken Schule nach Ende der Auseinandersetzungen erfolgen werden.

Spenden nach wie vor sehr wichtig

Etiopia-Witten ist sich darüber im Klaren, dass es im Moment äußerst schwierig sein wird, Spenden für die überaus große Not in Äthiopien zu erhalten, weil der Fokus der Öffentlichkeit nahezu ausschließlich auf die Ukraine gerichtet ist. Dennoch wird der Verein auch weiterhin engagiert bleiben, die hungernde Bevölkerung in Mekelle zu unterstützen, weil die grausamen Bilder von den hungernden Menschen, die Blätter von den Bäumen essen, einem nicht aus dem Kopf gehen. Wer sich angesprochen fühlt und der hungernden Bevölkerung von Tigray helfen möchte, der kann das tun mit einer Spende auf das Konto von Etiopia-Witten e.V. IBAN: DE 70 4525 0035 0000 9010 90.

Neuwahlen des Vorstandes

Nach einer sehr intensiven Diskussion des Vorstandberichtes fanden Neuwahlen für Vorstand und Beirat des Vereins statt. Es wurden einstimmig folgende Vorstandmitglieder gewählt: Christian Leuner (1. Vorsitzender), Ahmedin Idris (1. stellv. Vorsitzender), Karl Franz (2. stellv. Vorsitzender), Jürgen Jeremia Lechelt (Schatzmeister), Theo Pülplichuisen (Öffentlichkeitsarbeit), Regina Rüssmann (für besondere Aufgaben). In den Beirat wurden gewählt: Birgit Bechara, Frank Koch, Marina Idris, Reinhold Paas, Christiane Kost, Matthias Hoffmann, Helga Mönks, Oliver Czernia, Jörg Niemann. Während der Sitzung war der Verein in einer Video-Konferenz mit dem ärztlichen Direktor der Ayder-Klinik in Mekelle verbunden und er berichtete uns über unglaublich dramatische Verhältnisse dort. Es fehlt nicht nur an den einfachsten medizinischen Notwendigkeiten wie Masken, Handschuhe, Spritzen, an Medikamenten und Instrumenten, sondern ganz wesentlich an Lebensmitteln. Die Menschen verhungern und man kann nichts tun. Etiopia-Witten ist nun bemüht, Geld nach Mekelle zu schicken, damit die Not gelindert werden kann.

Mitglieder des Beirats



Und sonst?

Joa, und selber?

Auch ...

Nutzen Sie Ihre Zeit lieber gewinn- bringender.

Das Anlagegespräch: die am besten investierten 30 Minuten des Jahres.

Machen Sie trotz Inflation mehr aus Ihrem Geld und erfahren Sie, welche Anlagestrategie zu Ihnen passt.

Jetzt Termin vereinbaren auf
sparkasse-witten.de/anlegen

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Witten

Josef Koudelka. Industries Ausstellung auf Zeche Nachtigall

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) zeigt in der Zeche Nachtigall in Witten die Sonderausstellung „Josef Koudelka. Industries“. 40 Motive des weltweit renommierten Magnum-Fotografen zeigen, wie massiv der Mensch die Landschaften der Welt verändert hat. Für seine Aufnahmen reiste Koudelka zu den Ölfeldern Aserbaidschans, den Stahlhütten Frankreichs und zum Braunkohle-Tagebau in der Tschechischen Republik und in Deutschland. Die dabei entstandenen Fotografien präsentiert der LWL in Witten als 2,80 Meter breite Panoramen, die auf beidseitig bedruckten Tafeln frei unter dem Dach der Ringofenanlage schweben.

Josef Koudelka

Josef Koudelka wurde 1938 im mährischen Ort Boskovice geboren und gehört zu den renommiertesten Fotografen weltweit. Bis 1967 arbeitete er als Luftfahrtingenieur. Zugleich fotografierte er Theaterproduktionen in Prag und arbeitete an einer Serie über Sinti und Roma.

Ausstellung bis zum 16. Oktober 2022

LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Di. bis So. 10 bis 18 Uhr

Weltweit abgedruckt wurden die Aufnahmen, die er im August 1968 von den sowjetischen Panzern machte, die die Reformbewegungen des Prager Frühlings niederschlugen. Die Aufnahmen wurden 1968 mit der „Robert Capa Gold Medal“ unter dem Pseudonym „Prague Photographer“ ausgezeichnet. Erst 16 Jahre später, nach dem Tod seines Vaters, bekannte er sich öffentlich zu seiner Autorenschaft. Er erhielt mehrere Preise, darunter den Grand Prix National de la Photographie (1987), den Henri Cartier-Bresson Award (1991) und den ICP Infinity Award (2004). Josef Koudelka ist Mitglied der Fotoagentur Magnum.

Katalog

Koudelka - Industries. (Hg.) Josef Koudelka; Xavier Barral. 120 Seiten. ISBN: 978-2-36511-137-9. Verlag: Editions Xavier Barral. Preis: 55 Euro.

Weitere Informationen unter: <http://www.zeche-nachtigall.lwl.org>



Frankreich, 1987 © Josef Koudelka / Magnum Photos

Wieder mehr Unfälle

Nach vorläufigen Erkenntnissen sind im März 2022 im Straßenverkehr 203 Menschen ums Leben gekommen. Wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt, waren das 16 Verkehrstote mehr als im noch vom Lockdown geprägten Vergleichsmonat des Vorjahres. Die Zahl der Verletzten stieg um 26 Prozent auf 26.500.

Im ersten Quartal 2022 erfasste die Polizei insgesamt rund 535.300 Straßenverkehrsunfälle. Das waren zwölf Prozent mehr als im stärker von der Corona-Pandemie geprägten Vorjahreszeitraum. Die Zahl der Unfälle mit Personenschaden nahm um über ein Viertel auf 53.500



Verkehrsunfall. Foto: GTÜ

zu, bei denen 496 Menschen starben. Damit gab es 46 Verkehrstote (plus zehn Prozent) mehr als in den ersten drei Monaten des Vorjahres. Verletzt wurden 67.100 Menschen, das sind 27 Prozent mehr.

Gegenüber dem noch nicht von der Pandemie beeinflussten ersten Quartal 2019 ist die Entwicklung jedoch positiv. In den ersten drei Monaten dieses Jahres gab es

145 Verkehrstote und rund 11.000 Verletzte weniger als vor drei Jahren. Die Zahl der polizeilich erfassten Unfälle nahm gegenüber 2019 um 14 Prozent ab.

Easy durch NRW mit eezy.nrw

Neuer Handy-Tarif vereinfacht Fahrten im Westen

Der neue elektronische Nahverkehrstarif „eezy.nrw“ vereinfacht die Nutzung von Bus und Bahn in ganz Nordrhein-Westfalen. Wer in NRW von A nach B fahren will, braucht sich für einen Fahrschein nicht mehr länger durch Tarifzonen, Preisstufen und Verbundgrenzen zu wühlen. „Eezy“ macht den Fahrkartenkauf überflüssig und erleichtert so den Umstieg von Auto auf Bus und Bahn.

Tippen, einsteigen, losfahren

Und so funktioniert's: Einfach die entsprechende eezytaugliche App auf das Smartphone laden und registrieren. Der Fahrgast checkt dann via Smartphone beim Einstieg in Bus oder Bahn ein und beim Ausstieg checkt er wieder aus. Die App berechnet dann anhand der GPS-Daten die Luftlinienkilometer zwischen Start und Ziel und fügt den fixen Grundpreis zur Preisberechnung hinzu. So wird lediglich die Strecke mobil abgerechnet, die der Fahrgast mit Bus oder Bahn zurückgelegt hat. Vorab können die Kosten aber auch schon mit einem Preisrechner in der App vorkalkuliert werden, um die Kosten vorab besser einschätzen zu können. Tarifgebiete und Verbundgrenzen müssen somit nicht mehr beachtet werden. Ein weiterer Vorteil ist die 24-Stunden-Obergrenze von maximal 30 Euro. Alle anderen Fahrkarten- und Abomöglichkeiten sind natürlich weiterhin möglich.

Wo gilt der E-Tarif?

Eezy.nrw kann in gesamt Nordrhein-Westfalen genutzt werden und setzt sich aus den verschiedenen Geltungsbereichen der regionalen E-Tarifräume vom Aachener Verkehrsverbund (AVV), Verkehrsverbund Rhein-Ruhr (VRR), Verkehrsverbund Rhein-Sieg (VRS) und WestfalenTarif zusammen.

Wer steckt dahinter?

Hinter eezy.nrw steht mobil.nrw, die Gemeinschaftskampagne des NRW-Verkehrsministeriums, der Verkehrsunternehmen, Zweckverbände, Verkehrsverbände und -gemeinschaften in Nordrhein-Westfalen.

Mit eezy.nrw setzt mobil.nrw einen neuen Meilenstein bei der Gestaltung einer umweltfreundlichen, nachhaltigen und zukunftsorientierten Mobilität für die Menschen in NRW.

📍 Wo gibt es das Ticket zu kaufen?

Das 9-Euro-Ticket wird digital über die mobil.nrw-App und weitere Apps der Verkehrsverbände und -unternehmen erhältlich sein. Außerdem soll ein Kauf vor Ort in Kundenzentren, voraussichtlich an Fahrkartenautomaten und über einen eigens eingerichteten Online-Ticketshop möglich sein. *Quelle: VRR*

nicht möglich. In anderen Bundesländern sollten die Gültigkeiten des Tickets zur Sicherheit noch einmal extra abgeklärt werden.

Ich habe bereits ein Abo? Was nun?

Menschen die bereits ein Abo haben, macht es die Bogestra besonders einfach - denn der Preis des Abos reduziert sich in den Monaten Juni bis August automatisch auf 9 Euro pro Monat. Der Kunde muss nichts machen. Außerdem heißt es „Das AboTicket gilt außerhalb des ursprünglichen Geltungsbereichs als persönlicher Fahrschein der 2. Klasse ohne erweiterte Regelungen – bestehende Regelungen, beispielsweise zur Mitnahme von Personen oder Fahrrädern oder zur Nutzung der 1. Klasse, gelten weiterhin nur im ursprünglichen Geltungsbereich.“ Das heißt: im ursprünglichen Geltungsbereich, zum Beispiel im VRR können bei bestimmten Aboversionen weiterhin Fahrrad oder zweite Person am Wochenende mitgenommen werden, verlässt man das ursprüngliche Geltungsgebiet, gilt das Ticket als persönlicher Fahrschein für eine Person in der 2. Klasse ohne erweiterte Regelungen. *Quelle: Bogestra*

9-Euro-Ticket beschlossen

So funktioniert es bei der Bogestra

Die Energie und Kraftstoffpreise sind in den letzten Monaten enorm gestiegen. Um den Bürgerinnen und Bürgern Entlastung zu bringen, soll es das 9-Euro-Ticket als Monatskarte von Juni bis August für den Nahverkehr geben. Nun stellen sich natürlich einige Fragen zur Nutzung. Wann gilt das Ticket? Wo kann ich es nutzen? Und was ist, wenn ich bereit ein Abo habe? Hier finden Sie einige Antworten zu den Plänen der Bogestra.

Wann gilt das Ticket?

Das Ticket soll es von Juni bis August geben. Ein erworbenes 9-Euro-Ticket gilt immer vom ersten bis zum letzten Tag eines Monats, also zum Beispiel vom 01. Juni bis zum 30. Juni, unabhängig davon zu welchem Datum es gekauft wurde. Das Ticket verlängert sich nicht automatisch, sondern muss von Monat zu Monat neu erworben werden. Für die Laufzeit von Juni bis August müssten also drei separate Tickets à 9 Euro gekauft werden.

Wo kann ich es nutzen?

Deutschlandweit soll das 9-Euro-Ticket verwendet werden können. Es gilt für den kompletten ÖPNV und SPNV, also für Linienbusse, Straßenbahnen, U-Bahnen, S-Bahnen, Regionalbahnen- und Expresse. Nicht gültig ist das Ticket im Fernverkehr, also zum Beispiel ICE, IC oder EC. Auch die Reise mit Privatunternehmen ist mit dem Ticket

KFZ Ralf Kleppe Witten

**Wir können alle Marken
von Alfa-Romeo bis Volkswagen**

Wartung-Inspektion · Reifen und Bremsen
Elektronik-Diagnose
Unfallschaden-Reparatur und deren Abwicklung
Motoroptimierung – mechanisch und via Chiptuning
Klimaanlagen · Auspuffanlagen und vieles mehr ...

KFZ Ralf Kleppe
Cörmannstr. 20 · 58455 Witten
Tel.: 0 23 02/5 20 52 · www.kfz-ralf-kleppe.de

Auto-Fritz WITTEN Meisterbetrieb

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

**Hans-Böckler-Straße 1 - Ecke Herbeder Straße
Telefon & Fax 0 23 02/5 15 65 + 27 50 86**

Können neue Einbahnstraßen die Innenstadt entlasten?

Die Stadtverwaltung lässt den Nutzen neuer Einbahnstraßen für die Innenstadt prüfen

Am 5. Mai hat der Ausschuss für Mobilität und Verkehr (MoVe) darüber diskutiert und sich hinter den Antrag der SPD gestellt. Die Fraktion von Bündnis 90/Die Grünen hatte sich dem Anliegen bereits im Vorfeld angeschlossen. „In der Innenstadt gibt es sicherlich so manchen Bereich, in dem eine solche Regelung für Entlastung sorgen könnte“, vermutet SPD-Ratscherr Claus Humbert. „Die Betrachtung der Innenstadt soll nur ein erster Schritt sein“, betont Martin Kuhn als verkehrspolitischer Sprecher SPD-Fraktion zur vorgeschlagenen Einbahnstraßen-Prüfung. Auch in den Stadtteilen lasse sich so vielleicht manches Verkehrsproblem lösen.

Öffnung für Fahrräder prüfen

Da er selbst ein begeisterter Radfahrer ist, liegt Claus Humbert ein weiterer Aspekt am Herzen: „Es soll gleich mit untersucht werden, an welchen Stellen Fahrräder von der Einbahnstraßenregelung ausgenommen werden können.“ „Wir wollen den Straßenverkehr in Witten klimafreundlicher und geräuschärmer gestalten“, erklärt Robert Beckmann. Da eine Einbahnstraßenregelung in ihrem Geltungsbereich zu weniger

Verkehr führe, diene eine solche Umwandlung ganz klar diesem Ziel.

Unterstützung für den Luftreinhalteplan

„Wer zu Fuß oder mit dem Rad unterwegs ist, sieht sich aktuell in engen Straßen durch den Begegnungsverkehr teilweise erheblichen Gefährdungen ausgesetzt“, benennt Martin Kuhn einen weiteren positiven Effekt von Einbahnstraßen. Die Initiative unterstütze zudem den Luftreinhalteplan für die Innenstadt. Ein weiterer Vorteil: weniger Lichtemissionen für Mensch und Tier im nahen Umfeld.

Nicht jede Straße ist geeignet

Den Antragstellern ist sehr bewusst, dass sich nicht alle Straßen für eine solche Umwandlung eignen: „Sie ist nur dort sinnvoll, wo Streckenalternativen ohne weiträumige Umwege für die entfallenden Fahrtrichtungen gegeben sind.“ Andernfalls würde die Verkehrsbelastung sogar steigen, erklärt Claus Humbert: „Die Prüfung soll in diesem Sinne aufzeigen, an welchen Stellen unzumutbare Belastungen für den Anliegerverkehr entstehen würden.“

Gemeinschaftsaktion hilft Frauen aufs Rad

Fünf zugewanderte Frauen aus dem Marienviertel, denen in ihren Herkunftsländern das Radeln verwehrt wurde, lernen derzeit in einer gemeinsamen Aktion das sichere Radfahren. Trainerin Renate Zinke vom ADFC (links im Bild) sorgt für sicheres Fahrgefühl und Vermittlung der

Grundregeln, das Radcafe der WABE überholte die gespendeten Räder und die Caritas Witten mit ihrem Projekt „DasMachenWirGemeinsam“ organisierte die Aktion, die den Frauen einiges abverlangt, aber Fortschritte waren beim 2. Mal schon sichtbar; weitere Termine folgen.



Richtfest am Berufskolleg: Neues Stockwerk auf Gebäude E

1.150 Quadratmeter zusätzliche Nutzfläche am Berufskolleg Witten



„Was nicht fehlen darf ist Glück und das geschieht durch dieses Glas, das mit seinen Scherben dieses Gebäude für immer glücklich halten darf!“ – Mit einem Richtspruch und dem zerbrochenen Glas wünschten die Zimmermänner dem Gebäude beim Richtfest auf traditionelle Weise Glück. // UvK // Ennepe-Ruhr-Kreis

Im Zuge der Sanierung und Modernisierung der Schule lässt der Ennepe-Ruhr-Kreis das Werkstattgebäude E aufstocken. Für die neue Etage wurde jetzt Richtfest gefeiert. „Im zweiten Stockwerk werden sehr moderne Holzlabore und Labore für den Bereich Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik untergebracht“, freut sich Schulleiter Olaf Schmiemann. Die Erweiterung trage dazu bei, die Qualität des Unterrichts für dringend benötigte Fachkräfte von morgen auch in Zukunft zu sichern. Doch nicht nur die zweite Etage des E-Gebäudes ist neu. Auch in den unteren Stockwerken und an den anderen vier Schulgebäuden bleibt kaum etwas unangetastet. „Gerade die Berufskollegs sind eine wichtige Schulform, die sehr viele Angebote bündeln“, sagte Landrat Olaf Schade. „Wenn wir die Schulen schon von links nach rechts drehen, dann sollen am Ende auch Schulen entstehen, die auf der Höhe der Zeit sind und genug Platz für guten und modernen Unterricht bieten.“ So werden zum Beispiel alle Klassen- und Fachräume neu ausgestattet, zum Beispiel mit modernen digitalen Tafelsystemen.

Bergbauschäden verteuern Sanierung

34,8 Millionen Euro hat der Ennepe-Ruhr-Kreis eingeplant, um das Berufskolleg Witten zu sanieren, zu modernisieren und zu erweitern. Die im Sommer 2020 begonnenen Arbeiten schreiten voran: Das erste Schulgebäude ist bereits fertiggestellt, das zweite so gut wie. Bergbauschäden aus dem 18. Jahrhundert sorgen jedoch für Mehraufwand und Zusatzkosten. „Bei Erkundungsbohrungen hat das beauftragte Grundbauinstitut im vergangenen Jahr Hohlräume unter dem Gebäude E festgestellt, die nach dem Abbau der Kohle nicht verfüllt worden waren“, erklärt Diplom-Ingenieur Martin Proseke, Architekt beim Ennepe-Ruhr-Kreis. „Darum mussten wir uns kümmern, bevor die

geplanten Arbeiten inklusive Aufstockung des Gebäudes fortgesetzt werden konnten.“ Kümmern hieß in diesem Fall: Die Löcher im Erdreich mussten mit 1.400 Kubikmetern Füllmaterial, einem Betongemisch, geschlossen werden. Dafür wurden Zugänge mit einer Gesamtlänge von rund 7.600 Metern gebohrt. 1.200 Stunden lang dauerte es, bis das gesamte Füllmaterial unter das Schulgebäude gepumpt und unter Druck verpresst worden war. Die aufwendigen Untersuchungen und Verfüllungen verursachten Zusatzkosten in Höhe von rund 1,4 Millionen Euro.

Veränderten Platzbedarf des Berufskollegs wird erfüllt

Diese Arbeiten sind nun abgeschlossen, inzwischen laufen wieder die regulären Sanierungs- und Modernisierungsschritte. Anschließend wird das Gebäude E aufgestockt. Mit der Erweiterung entspricht der Kreis dem veränderten Platzbedarf des Berufskollegs. Im Frühjahr 2023 – und damit etwa 8 Monate später als geplant – soll das Gebäude nun fertig werden. Doch nicht nur Trakt E steht auf einem ehemaligen Kohleabbaugebiet. Auch unter dem Schulgebäude C und dem bereits fertiggestellten Bauteil D vermutet das mit Erkundungsbohrungen beauftragte Institut Hohlräume. Hier sei aber keine Gefahr im Verzug, da kein neues Stockwerk und somit auch keine zusätzliche Last aufgebracht wird. Deshalb kann die Untersuchung und Sanierung dieser Schäden dann eingeplant werden, wenn sie am besten in den Ablauf der Arbeiten passt – voraussichtlich 2023 und 2024.

Bis zu den kommenden Sommerferien wird die Sanierung und Modernisierung des B-Gebäudes abgeschlossen, dann beginnen die Arbeiten am Gebäude C, als letztes folgt Gebäude A. Dessen Fertigstellung ist für Juli 2025 geplant. Dann sollen die letzten Schülerinnen und Schüler aus den Containeranlagen ausziehen, die der Kreis für die Dauer der Bauarbeiten angemietet hat. Sobald alle 128 Containermodule vom Schulparkplatz gewichen sind, erhält die Schule noch einen neuen Kanalanschluss. Außerdem wird der Parkplatz mit Ladesäulen für Elektroautos ausgerüstet und der Zugang zum Haupteingang des Berufskollegs barrierefrei gestaltet. Ende 2025 sollen die letzten Arbeiten abgeschlossen sein.

Stichwort: Sanierungs- und Modernisierungsarbeiten

In allen Gebäuden des Berufskollegs werden neue Rauch- und Brandabschnitte eingerichtet, die Melde- und Sicherheitstechnik wird erneuert und die Haustechnik energetisch modernisiert (Brandschutzsanierung). Zudem werden mit Schadstoffen belastete Baumaterialien entfernt und ersetzt. Veraltete Fenster werden im Zuge einer energetischen Sanierung ausgetauscht.

Für die Innenarchitektur der Schule bedeutet das im Einzelnen: Bodenbeläge, Innentüren und Wandoberflächen sowie die Innenbeleuchtung werden erneuert, Unterdecken werden eingebaut. Ebenso werden die sanitären Einrichtungen inklusive der Fliesen erneuert und das Berufskolleg wird an das Glasfasernetz angeschlossen. (pen)



BK Witten Gebäude B: Das gelbe Gebäude B ist fast fertig. Nach den Sommerferien werden die Schülerinnen und Schüler aus den Containern in ihr frisch saniertes und modernisiertes Gebäude umziehen können. // UvK // Ennepe-Ruhr-Kreis



BK Witten Gebäude D: Fix und fertig ist das grüne Gebäude D. In dem roten Silo befand sich das Verfüllmaterial, mit dem die Hohlräume unter dem E-Gebäude geschlossen wurden. // UvK // Ennepe-Ruhr-Kreis

Freibad Annen hat eröffnet

Seit 15. Mai ist wieder Badespaß angesagt!

Die Stadtwerke Witten müssen in den Hallenbädern und im Freibad Annen in dieser Saison Energie einsparen und starteten mit kurzfristigen Maßnahmen in diese Saison. Die Bürgerinnen und Bürger haben schon sehnsuchtsvoll der Eröffnung entgegengefeuert. Dementsprechend freut sich Michael Blumberg, Abteilungsleiter für Bäder und Schifffahrt der Stadtwerke, dass es endlich wieder los geht. Am 15. Mai wurde die Freibadsaison ohne Masken und ohne 3G-Nachweis eröffnet. Am Eröffnungstag kamen 875 Badegäste, das war ein voller Erfolg. Die Stadtwerke Witten nutzen Erdgas für die Beheizung ihrer Bäder, was sehr energieintensiv ist.

In Anbetracht der weltweiten Krise mussten auch die Stadtwerke Witten Konsequenzen ziehen und folgten somit der Empfehlung der deutschen Gesellschaft für Badewesen, diese empfehlen die Wassertemperaturen etwas abzusenken. „Wir möchten unseren Badegästen auch weiterhin ein schönes Freizeiterlebnis bieten“, so Michael Blumberg, „und hofft hier auf Verständnis.“

Das Freibad in Annen ist besonders energieintensiv

Um dieses Becken zur Saison von 12 Grad auf 26 Grad aufzuheizen wird soviel Energie verbraucht wie sieben Drei-Personen Haushalte in einem ganzen Jahr verbrauchen. So beträgt die Temperatur im Freibad Annen, im Schwimmerbecken, in diesem Jahr statt 26 Grad jetzt 24 Grad und im Nichtschwimmerbecken 21 Grad. Im Nichtschwimmerbecken bei schönem Wetter, in den Sommerferien und bei entsprechender Besucherzahl kann die Temperatur kurzfristig auf 24 Grad erhöht werden.

In den Hallenbädern Annen und Herbede wird die Temperatur lediglich um ein Grad auf warme 27 Grad gesenkt, der Warmbadetag entfällt zunächst.

Bei einer Senkung der Wassertemperatur um 2 Grad gehen die Stadtwerke von einer Energieeinsparung von bis zu 25% aus, das ist schon ein großer Batzen!

Eine neue hochmoderne Filteranlage wurde bereits im vergangenen Jahr eingebaut, sie ist moderner und verbraucht weniger Energie, in diesem Jahr wurde die Beleuchtung auf LED Lampen umgestellt. Nach dieser Saison soll die Heizungsanlage im Freibad modernisiert werden, evtl. auch durch ein Blockheizkraftwerk aufgerüstet werden. Die Wirtschaftlichkeit der Bäder, angesichts der explosionsartig gestiegenen Energiekosten, muss im Blick behalten werden. Schließungen stehen nicht zur Debatte und auch die Eintrittspreise bleiben bestehen.



FunVorRun läuft von Bochum nach Essen

Zu den ausgesucht schönsten Strecken gehört für die Witterner Laufgruppe FunVorRun (FvR) immer wieder die 16 km-Strecke von der Jahrhunderthalle Bochum zur Zeche Zollverein in Essen. Neu war in diesem Jahr, dass der gemütliche Lauf im Mai stattfand und Bäume und Wiesen sich im satten Grün zeigten – passend zu der grünen Trikotfarbe der Freizeiltäufel.

Ein Oldtimer-Bus holte die rund 35 Läufer und Walker am Nachtigall-Parkplatz in Bommern ab und sie brachte zur Jahrhunderthalle. Es ging bei hochsommerliche Temperaturen in verschiedenen Gruppen auf die Strecke. Da freuten sich alle, dass Radbeglei-

Öffnungszeiten der Wittener Bäder

Freibad Annen

Öffnungszeiten: Täglich (Mo.-So.) 6.30 Uhr - 20.00 Uhr (Kassenschluss und letzter Einlass 19.15 Uhr)

Hallenbad Annen

Während der Freibadsaison ist das Hallenbad nur für Schulen und Vereine geöffnet.

Hallenbad Herbede

Öffnungszeiten: Montag: 6.30-21.30 Uhr, Dienstag: 6.30-8.00 Uhr und 13.30-17.00 Uhr, Mittwoch: 6.30-8.00 Uhr und 13.30-17.00 Uhr, Donnerstag: 13.30-17.00 Uhr, Freitag: 6.30-8.00 Uhr und 13.30-17.00 Uhr, Samstag: 8.00 bis 18.00 Uhr, Sonntag: 8.00 bis 18.00 Uhr

Die Badegäste sind sehr zufrieden und haben Verständnis für die notwendigen Maßnahmen, können sie doch so wieder uneingeschränkten Badespaß genießen.



Anlässlich der Saisonöffnung „Schiffe + Bäder“ kam es zum Pressegespräch auf der „Schwalbe“. Das Foto zeigt ein Teil des Stadtwerketeams von links: Mathias Kukla, Monika Zoller, Paul Schiermeier, Stefan Finkensiep, Isabell Bittner, Lars Glörfeld

ter mitführen und immer wieder kleine Getränkestationen auf-

machten. Nach der traditionellen Rolltreppenfahrt folgte dass gemeinsame Büfett aus mitgebrachten Speisen und Getränken zum Abschluss.

Hochsommer beim Venloop Halbmarathon

Heiß war es auch in der 100.000-Einwohner-Stadt Venlo, als um 14 Uhr der Startschuss zum "Venloop Halbmarathon" fiel. Nicole Nunkesser startete über 10 km und Cora und Jesko Kohlstedt sowie Gerrit Schröter nahmen die 21,1 km lange Strecke unter ihre Füße. Insgesamt gingen mehr als 10.000 Läufer an den Start dieses verrückten Laufes.

ter mitführen und immer wieder kleine Getränkestationen auf-

Bekannt ist der Venloop Halbmarathon dafür, dass die ganze Stadt regelrecht Kopf steht. „Durch die Hitze war es extrem anstrengend“, berichtet Gerrit Schröter im Ziel seines Halbmarathons, „dafür war die Stimmung in der Stadt, aber auch in den Außenbereichen der Strecke, dank der tollen Anwohner echt fantastisch.“ Hitzebedingt finishete Gerrit den Halbmarathon in 2:02:04 Stunden. Cora und Jesko Kohlstedt rundeten in 3:04 Std. die Halbmarathon-Ergebnisse für FvR ab, während Nicole Nunkesser nach 56:50 min. am Ende der sonnedurchfluteten Party-Strecke lächelnd ins Ziel lief. dx

FunVorRun lief von der Jahrhunderthalle Bochum zur Zeche Zollverein – eine Fahrt auf der 24 Meter langen Rolltreppe zur ehemaligen Zollverein-Kokerei gehört dazu.

Markt der Initiativen

Bahnhofstraße wird Bühne fürs Netzwerken

Am Samstag, 11. Juni, ist der Tag einer spannenden Premiere! In der Zeit von 11 bis 16 Uhr organisieren die Stadtmarketing Witten GmbH und das Initiativlabor der Universität Witten/Herdecke den „Markt der Initiativen“. Wer dabei sein will, wer die öffentliche Bühne fürs Netzwerken nutzen will, kann sich jetzt noch anmelden: per E-Mail an veranstaltungen@stadtmarketing-witten.de.

Bei diesem Markt entlang der Bahnhofstraße bis hin zum Berliner Platz und zum Platz vor der Stadtgalerie haben Wittener Initiativen die Möglichkeit, sich in der Wittener Innenstadt vorzustellen. „Wir wollen mit diesem neuen Format Initiativen fördern und vernetzen und mit dem Markt der Initiativen selbst einen neuen Impuls setzen“, so Dr. Silvia Nolte, Geschäftsführerin der Stadtmarketing Witten GmbH. Weitere Informationen unter www.stadtmarketing-witten.de.

Tierische Therapeuten begeistern

„Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde.“ Das Wittener Autismus-Therapie-Zentrum (ATZ) brachte gemeinsam mit dem Carlinenhof e.V. dabei nicht nur Kinderaugen zum Strahlen.



Foto: DRK Kreisverband Witten

„Papa, ich habe es tatsächlich geschafft, habe mich getraut und bin total stolz auf mich“, freut sich Jan, der eben noch das erste Mal auf einem Pferd saß. Und man möchte meinen, fast dabei zusehen zu können, wie der kleine autistische Junge um einige Zentimeter größer wird. Doch auf jeden Fall ist sein Selbstbewusstsein gewachsen.

Ebenso wie bei den anderen Kindern aus dem Autismus-Spektrum, die mit dem ATZ des DRK Witten den Carlinenhof in Sprockhövel besuchen. Ebenso wie bei den anderen Kindern aus dem Autismus-Spektrum, die mit dem ATZ des DRK Witten den Carlinenhof in Sprockhövel besuchen.

Der gemeinnützige Verein bietet Reitpädagogik für Kinder und andere besondere Menschen an. Er ist ein Ort der Begegnung und der gemeinschaftlichen Arbeit mit Pferden. Dazu zählen neben dem Reiten auch das Streicheln und Putzen der tierischen Therapeuten. „Ihre vorbehaltlose Offenheit gegenüber Menschen sowie ihre Geduld, machen Pferde zu einem guten Therapiepartner“, erläutert Nicole Menger-Goltz. Die Reitpädagogin betreut und begleitet gemeinsam mit Helfern und Eltern die Kinder mit Autismus.

Für Kerstin Vesper, Leiterin des ATZ, war das Gruppenerlebnis ein gelungener Auftakt für die zukünftigen tierpädagogischen Angebote des Wittener Autismus-Zentrums: „Unsere Klienten können in der Gegenwart der geduldigen Pferde viel ausprobieren und bekommen über die Reaktion des Tieres sofort ein Feedback. Das ist für Menschen im autistischen Spektrum besonders wichtig.“

Therapeutisches Reiten fördert die Interaktion zwischen den Kindern und Tieren und damit die Entdeckung neuer psychischer und sozialer Entwicklungspotenziale. „Für viele Kinder war der Besuch auf dem Carlinenhof der erste nähere Kontakt mit Pferden. Neben der Stärkung ihres Selbstwerts haben sie gemerkt, dass sie Ängste überwinden können“, freut sich Kerstin Vesper. Daher plant das Deutsche Rote Kreuz in Witten mit dem Carlinenhof verstärkt zusammenzuarbeiten. Auch die Eltern zeigten sich von dem Gruppenerlebnis begeistert. Ihre Kinder in einer anderen Umgebung zu erleben, wie sie sich den verschiedenen neuen Herausforderungen stellen und daraus Kraft schöpfen, ließen auch ihre Augen strahlen. Möglich machte das schöne Erlebnis eine private Spende von Birgit Legel-Wood. Das Ratsmitglied der Stadt Witten unterstützt bereits seit mehreren Jahren das Autismus-Therapie-Zentrum.

Irrtümer zur Bestattung



Verbrauchermagazine testen regelmäßig die Beratungsleistung von Bestattungsunternehmen beim Abschluss einer Bestattungsvorsorge, also einen Vertrag zur Klärung des Rahmens einer zukünftigen Bestattung. Als Ergebnis der Test-Beratungsgespräche erwies es sich als sehr wichtig für die Probanden, transparente, plausible und nachvollziehbare Kostenvoranschläge und Preise durch ein Bestattungsunternehmen vorgelegt zu bekommen.

Menschen haben bei der Beauftragung einer Bestattung ein wesentlich geringeres Preisgefühl als bei Produkten und Waren des täglichen Bedarfs. Das wundert nicht weiter, werden Menschen in der Regel doch nur alle 17 Jahre mit einem Todesfall im nahen Familien- oder Freundeskreis konfrontiert.

Um nicht von den wenigen schwarzen Schafen der Branche übervorteilt zu werden, rät Stephan Neuser (Generalsekretär des Bundesverbands Deutscher Bestatter) dazu, auf den Gesamteindruck beim Beratungsgespräch und den Kontakt mit dem Bestatter zu achten: „Ich muss mich als Bestattungsvorsorgender oder gar als Trauernder persönlich angenommen und umfänglich auch hinsichtlich der Kosten informiert wissen“, meint Neuser.

Im Folgenden sollen fünf verbreitete Irrtümer benannt und kritisch hinterfragt werden. **Erster Irrtum: „Eine Erdbestattung ist teurer als eine Feuerbestattung“** Welche der beiden Bestattungsformen man wählt, sollte man aufgrund der persönlichen Überzeugung entscheiden und nicht nur aufgrund des Preises. Zwar

sei die Feuerbestattung besonders bei den nachgelagerten Kosten wie beispielsweise der Grabpflege oft etwas günstiger, doch die Erdbestattung müsse nicht zwangsläufig teurer sein, denn Kosten wie etwa für die hygienische Versorgung des Verstorbenen und weitere Dienstleistungen des Bestatters seien in beiden Fällen gleich.

Zweiter Irrtum: „Im Internet kann man Preise gut vergleichen“

Preisvergleiche seien wichtig, sagt Stephan Neuser, doch man müsse sich darüber im Klaren sein, dass es immer auch starke regionale Unterschiede gebe – besonders was die Friedhöfe, Friedhofsgebühren, die Grabpflege und andere Leistungen im Zusammenhang mit der Bestattung angehe. Diese regionalen Gegebenheiten kennen Bestatter vor Ort einfach besser. Pauschalangebote „all inclusive“ sind in jedem Fall mit Vorsicht zu genießen und es besteht die Gefahr von Abholungen Verstorbener in Sammeltransporten, der Überführung in weit entfernte Krematorien und anderen unseriösen Praktiken wie etwa dem Verzicht, einen Verstorbenen würdig einzubetten, zu waschen und hygienisch zu versorgen. Am besten lässt man sich schon zu Lebzeiten im Rahmen der Bestattungsvorsorge von ortsansässigen Bestattern ohne Zeitdruck gründlich beraten und eine detaillierte Kostenaufstellung aushändigen.

Dritter Irrtum: „Ich lasse mich anonym bestatten und möchte meinen Kindern nicht zur Last fallen“

Es berührt zu hören, dass ältere Menschen aus einer falsch ver-

standenen Rücksicht auf ihre erwachsenen Kinder meinen, mit einer anonymen Bestattung diesen einen Gefallen zu tun, nur weil sie vielleicht weiter entfernt wohnen. Das Gegenteil ist der Fall: Menschen brauchen, gerade wenn sie weit entfernt wohnen, Orte, die an die Kindheit, die Verwandten und die Vorfahren erinnern. Viele wissen nicht, dass es inzwischen auf vielen Friedhöfen pflegefreie Gemeinschaftsgrabanlagen gibt, die eine individuelle Grabpflege entbehren können. Ferner gibt es Kolumbarien und Grabeskirchen, die einen würdigen Ort des Gedenkens ermöglichen, ohne die Toten im anonymen Nichts der grünen Wiese verschwinden zu lassen. Auch die viel zitierte Bestattung von Urnen in Wäldern sollte gründlich überlegt werden, denn das Grab ist im Wald nur schwer zu erreichen. Eine Baumbestattung ist darüber hinaus auch auf vielen Friedhöfen möglich, dabei oft günstiger als bei Anbietern der Waldbestattung. Stephan Neuser weist auch auf die Erreichbarkeit des Grabes und Barrierefreiheit für Hinterbliebene hin, die auf dem Friedhof besser gewährleistet ist.

Vierter Irrtum: „Eine Trauerfeier ist nicht nötig“

Auch wenn man sich mit dem Verstorbenen zu Lebzeiten schwergetan hat, ist eine Trauerfeier ein guter Dienst und das auch für einen selber. So heißt es oftmals, man wolle den Verstorbenen in Erinnerung behalten, wie er war. Dabei wird vergessen, dass jeder Mensch ganz unterschiedliche Bezugsfelder hat und man durch

den Verzicht auf eine Trauerfeier Fernstehenden einen Abschied verwehrt. Auf eine Trauerfeier zu verzichten, um alte Rechnungen zu begleichen, erweise sich auf lange Sicht als Bumerang, so Stephan Neuser und schließt mit der Feststellung: „Bei der Wahl eines vertrauenswürdigen Bestatters geht es eben um weit mehr als den Kauf eines Verbrauchsgegenstandes. Und für eine ehrliche und würdige Bestattung gibt es keine zweite Chance.“

Fünfter Irrtum: „Beerdigungskosten sind Bestatter-Kosten“

Der Bestatter Ihres Vertrauens ist verpflichtet, Ihnen auf Wunsch einen transparenten Kostenvoranschlag zu erstellen. Das Angebot eines Bestattungsunternehmens setzt sich aus drei Kostenblöcken zusammen:

- die eigenen Dienstleistungen und Lieferungen eines Bestattungsunternehmens
- Fremdleistungen wie Trauerdruck, Trauerredner, musikalische Begleitung, Blumenschmuck usw.
- Friedhofsgebühren und sonstige Gebühren/Entgelte (sogenannte durchlaufende Posten)

Bei der Bestattung handelt es sich um eine sehr individuelle und hochkomplexe Dienstleistung, für die eine seriöse und eingehende Beratung nötig ist. Lockvogelangebote zu vermeintlichen „Billig- und Pauschalpreisen“ halten nicht, was sie versprechen. So rät der Bundesverband Deutscher Bestatter dazu, rechtzeitig bei einem Bestattungsinstitut einen Kostenvoranschlag einzuholen, gegebenenfalls auch Vergleichsangebote.

seit 1913

Bestattungen Bohnet

Universitätsstraße 2 · 58455 Witten
Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847

**Erledigung aller Formalitäten • Überführung In- und Ausland
Tag und Nacht dienstbereit • Erd-, Feuer- und Seebestattungen**

Der Anteil der Wunschleistungen und der Beisetzungskosten wie z.B. Friedhofsgebühren kann bei 60% und höher liegen. Deshalb kann kein seriöses Unternehmen ohne genaue Informationen zum Sterbefall einen Festpreis vorab nennen.

Kostenvoranschlag einholen

Vergleichsportale im Internet können aufgrund preislich starker regionaler Unterschiede bei den Fremdleistungen und der Bandbreite von Bestattungsdienstleistungen sowie Bestattungsartikeln kaum zu einer Preistransparenz beitragen. Es ist ratsam, hiervon Abstand zu nehmen.

Vorsorgevertrag hilft bei der Finanzierung

Der Bundesverband Deutscher Bestatter empfiehlt, auf der Grundlage detaillierter ermittelter Kosten eine Bestattungsvorsorge über die Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG oder das Kuratorium Deutsche Bestattungskultur bereits zu Lebzeiten abzuschließen. Eine große Entlastung für den Vorsorgenden und die Angehörigen.

Trauer braucht Vertrauen

Wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihren regionalen Bestatter. Er kann Ihnen einen großen Teil der Erledigungen und Formalitäten abnehmen und Sie bei vielen Entscheidungen unterstützen, indem er Ihnen in Ruhe alle Möglichkeiten rund um Trauerfeier, Beisetzung und Vorsorge aufzeigt. Kostenfreie und unverbindliche Bestattersuche unter www.bestatter.de.



Impressum

Titelbild: Badespaß bei der Freibaderöffnung in Annen, Foto: TAS
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 Bohner-Danz, Matthias Dix, Cornelia Hamacher, Monika Kathagen, Jessica Meckler, Tilsa Mustafi, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter, Tanja Schneider (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum
Druck: BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn
Erscheinungsweise: Monatlich, kostenlos, Haushaltsverteilung in Witten u.a. Annen, Stockum, Rüdighausen, Herbede, Heven, Bommern und Umgebung, Innenstadt und Sonnenschein

Auflage: Insgesamt ca. 50.000 Exemplare - Regionalausgabe Herbede, Heven, Bommern und Umgebung 20.000 Exemplare; Regionalausgabe Zentrum, Annen, Stockum, Rüdighausen 30.000 Exemplare

Es gilt die Preisliste Nr. 7 ab Ausgabe 4/2022. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 7.7.2022
Anzeigenschluss: Mittwoch, 22.6.2022

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

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



Arbeitsklamotten Witten

Westfalenstraße 112 Witten Annen - Tel: 02302 1717 047 | Fax 046 |
Montag - Freitag 10 bis 18 Uhr | Samstags 10 bis 16 Uhr

