

ImageWitten

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.



www.blauer-engel.de/uz195

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

RG4

MIT REGIONALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN

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



19. August
bis zum 4. September

Kartenverlosung
für das
Zeltfestival Ruhr
- beachten Sie den Text
auf Seite 38.



Das Zeltfestival Ruhr-Team ist vor Beginn voller Zuversicht und freut sich auf die 13. Ausgabe der Zeltstadt vom 19. August bis zum 4. September. Das Programm ist mit über 35 Abendveranstaltungen vollständig, die Vorbereitungen sind seit langem in vollem Gange, der Aufbau beginnt schon bald.

©ZFR2016, Sebastian Humbek

Wir bieten alle Leistungen im Rahmen der Pflege sowie der ambulanten Versorgung im Bereich SGB V und machen gerne individuelle Entlastungsangebote für pflegebedürftige Menschen und deren Angehörige möglich.

Alle Leistungen auf einen Blick

- Ausbildungsbetrieb in der Pflege & Verwaltung
- Pflegeberatung
- Ambulante Alten- und Krankenpflege
- Betreuungsangebote
- Essen auf Rädern
- Hauswirtschaft
- Wundmanagement
- Tagespflege
- Palliativpflege
- Wohngemeinschaften für an Demenz erkrankte Menschen
- 24-Stunden-Rufbereitschaft



Familien- und
Krankenpflege e.V.
Herdecke - Witten - Wetter

www.familien-krankenpflege.com

Kontakt:

Geschäftsstelle
Wullener Feld 34 - 58454 Witten
info@familien-krankenpflege.com

☎ 02302 - 9 40 40 0

... denn Pflege ist Vertrauenssache.

Liebe Leser,
die Sommerferien sind da! Und mit ihnen auch alles, was dazu gehört. Mit den „Ferienspielen“ haben Kinder zum Beispiel wieder die kostenlose Möglichkeit, an vielen spannenden Veranstaltungen teilzunehmen, Tagesfahrten zu unternehmen oder in Sportarten reinzuschmecken. Vom Kettlerhof über Bastelworkshops bis hin zum Phantasieland ist alles dabei. Auch der TuRa bietet ein Sommercamp mit fünf Tagen Spiel und Spaß. Ganz wichtig! Gemütliches gemeinschaftliches Grillen darf im Sommer natürlich auch nicht fehlen. Auf Seite 11 finden Sie Tipps und Tricks rund um das Thema. Und was steht noch auf der To-do-Liste für den Sommer? Wie wäre es mit dem Sommerfest des TUS-Stockums? Oder der ein oder anderen Veranstaltung aus unseren Terminen auf den Seiten 24 und 25?
Für viele ist auch die Reise in den Urlaub im Sommer ein Muss. Wichtig ist nur, dass man an seinem Reiseziel auch heile ankommt. Ein Werkstattcheck für das gewählte Reisefahrzeug gibt Sicherheit und sorgt dafür, dass Sie hoffentlich ohne Panne in den Urlaub starten können. Alles Wichtige finden Sie auf Seite 34. Und für alle Daheimgebliebenen haben wir noch etwas besonderes im Angebot. Wir verlosen nämlich Karten für Konzerte auf dem Zeltfestival. Also versuchen Sie Ihr Glück! Mitmachen lohnt sich!

Ihre Image-Redaktion

Ferienspiele 2022 locken

Endlich Sommerferien! Die einen möchten sechs Wochen lang nur abhängen, die anderen wollen in ihrer Freizeit das eine oder andere erleben. Da kommen die Wittener Ferienspiele und besonders der digitale Ferien-Schwimmpass – verbunden mit freiem Eintritt in das Freibad Annen – für Kinder zwischen 6 und 17 Jahre gerade recht. Möglich sind die Angebote Dank der finanziellen Unterstützung von Sponsoren und der Fördermittel aus dem Programm „Aufholen nach Corona“. Immerhin bereichern die Wittener Ferienspiele seit mehr als 40 Jahren Kindern und Jugendlichen die Sommerferien in der Ruhrstadt. Nur in den letzten zwei Jahren kam der Ferienpass nicht zum Zuge.

156 Ferienangebote für Kinder

Das ausgesprochen abwechslungsreiche Angebot der Stadt Witten kann sich sehen lassen: angefangen von kostenlosen Spiel- und Spaßangeboten über Kreativ-, Sport-, Tanz und Bewegungs- und Musikan-



Ein großes Ferienprogramm hat die Stadt Witten mit Koordinatorin Andrea Hold und auch Dank der Stadtwerke mit Markus Borgiel und Pressesprecherin Isabell Bittner sowie weiterer Sponsoren für die Wittener Kinder geschaffen.

Blumenzwiebeln fürs Wiesenviertel



Gemeinsam mit Ideengeber Michael Kapmeyer vom Stoffgeschäft Naturtuche hatten die Stadtwerke Witten und weitere Partner im März um Blumenzwiebelspenden gebeten. Insgesamt 4.320 Blumenzwiebeln kamen im Rahmen der Knollen-Sammelaktion zusammen. Die Narzissen-, Hyazinthen- und Tulpenzwiebeln werden den Sommer über getrocknet und im kommenden Herbst in die Straßen-Begleitbeete im Wiesenviertel gepflanzt.

geboten bis hin zu Workshops und attraktiven Tagesfahrten. Die Spanne reicht von Mal- und Bastelkursen, einem Digital Comic-Workshop über Schnupper-Taekwondo, Klettern im Steinbruch und Zumba bis zu Besuchen bei der Berufsfeuerwehr. Die Ausflüge führen u. a. zum Kettler Hof, zur ZOOM Erlebniswelt, dem Allwetterzoo Münster und zum Phantasieland. Darüber hinaus ist die Teilnahme an „Specials“ wie Stand Up Paddling und Windsurfing gegen ein Entgelt möglich. Eine Teilnahme an einer oder mehreren der 156 Angebote der Wittener Ferienspiele führt über den digitalen Ferienpass. Er kann unter ferienprogramm.de/witten mit Angabe der persönlichen Daten und einem selbstgewählten Passwort beantragt werden. Auf der gleichen Seite erscheint die Programmliste mit allen Ferienaktivitäten. Der Help-Kiosk hilft vor allem auch ausländischen Kindern bei der Beantragung. Es gilt aber das „Windhundprinzip“ – wer zuerst kommt, mahlt zuerst. Das Prinzip der Verlosung von Plätzen, wie in den letzten Jahren, hat sich nicht bewährt.

Programmliste online und aktuell

Die lange Liste der Veranstaltungen wird aktuell gehalten, da gebuchte und wieder stornierte Plätze neu zur Verfügung stehen oder die Coronaentwicklung unter Umständen die eine oder andere Veranstaltung kippen wird. Ebenso könne es sein, so Organisatorin Andrea Hold vom Jugendamt, dass kurzfristig neue Veranstaltungen ins Programm aufgenommen würden. Ein Blick lohne sich also immer wieder. Darüber hinaus steht die Hotline unter 581 – 5353 für Fragen offen. Im Ferienpass enthalten ist auch wieder der Ferien-Schwimmpass mit 30 x freien Eintritt in das Freibad Annen in den Sommerferien 2022 und, wenn noch Eintritte übrig sind, auch in den Herbstferien in die Hallenbäder der Stadtwerke Witten in Annen und Vormholz. Die Tür öffnet ein QR-Code, der automatisch zugeschickt wird. dx

Wer zuerst kommt...

...mahlt zuerst. Diese Redewendung stammt noch aus dem Mittelalter. Die Bauer wollten das geerntete Korn möglichst schnell zu Mehl mahlen lassen und nicht stundenlang vor der Mühle warten. Da die Mühlen keine Termine vergaben, ging es der Reihe nach: Wer zuerst kam, stand vorne in der Schlange und mahlte zuerst. Mahlt mit „h“. dx

Ihr Weinspezialist ist umgezogen nach Witten:



Ihr Spezialist für spanische Weine & Weine vieler anderer Länder
♦ Wein
♦ Cava/Champagner/Prosecco/Sekt
♦ Sherry/Port/Cidre
♦ Lieferservice

Bochumer Str. 40 • Witten • Tel. 0 23 02 - 9 789 337 • info@bodegas-rioja.de

Umzugsteilnehmer gesucht!

598. Zwiebelkirmes vom 2. bis 5. September

Den Auftakt für die Wittener Zwiebelkirmes bildet in diesem Jahr wieder traditionell der historische Zwiebelumzug durch die Wittener Innenstadt. Am Freitag, 2. September, um 16 Uhr zieht der Zug begleitet von Musikkapellen und unter Beifall der Besucher über die Bahnhofstraße bis zur Kirmesfläche. Mit liebevoll geschmückten Wagen und kostümierten Fußgruppen machen zahlreiche Vereine und andere bunte Formationen die Eröffnung zu einem tollen und unterhaltsamen Ereignis.

Teilnehmer*innen können sich ab sofort online anmelden

Anmeldungen bis zum 31. August über das Anmeldeformular auf dem Erlebnisportal des Stadtmarketing Witten: www.stadtmarketing-witten.de/entdecken-erleben/veranstaltungen/zwiebelkirmes. Bei Fragen zum Zwiebelumzug können sich Interessierte gerne per E-Mail an veranstaltungen@stadtmarketing-witten.de oder per Telefon unter 02302 581 1321 an das Team des Stadtmarketings Witten wenden.

Sport im Park 2022

Fantastische Angebote für alle Frischluft-Fans

Das sonnige Wetter macht ohnehin schon Laune draußen zu sein! Der StadtSportVerband Witten (SSV) macht zusätzlich Lust auf Bewegung und sportlichen Spaß: „Sport im Park“ heißt es wieder.

Von Drachenboot bis Tennis: kostenlos und unverbindlich

Über die Sommerferien (27.6. bis 9.8.) bieten zwölf Wittener Sportvereine in diesem Jahr fünfzehn Angebote an, die man unbedingt mal ausprobieren sollte:



Drachenbootfahren, Bogenschießen, Selbstverteidigung für Kids, Tennis, Badminton, Petanque Boule, und vieles mehr sind tolle Gesundheits- und Bewegungsangebote für untrainierte und trainierte Wittener aller Altersgruppen. Kurzum: Mitmachen können alle, die Lust dazu haben. Eine Anmeldung oder Vereinsmitgliedschaft sind nicht erforderlich.

Den Kursplan und weitere Informationen gibt's online beim SSV unter www.ssvwitten.de oder unter den Telefonnummern (02302) 581-2350 und 581-2352.

Viel Spaß braucht wenig (Sport-)Zeug

Der Spaß daran, gemeinsam an der frischen Luft Sport zu treiben, steht im Vordergrund. Das geht am Hohenstein, im Park der Generationen, im Voß'schen Garten, auf der Stockumer Sportanlage, im Wullen Stadion und beim Ruderclub. Zum Mitmachen braucht es auch nicht viel: geeignete Freizeit- oder Sportkleidung, in der man sich gut bewegen kann, Getränke, und bei Bedarf ein Handtuch und eine Sport- oder Isomatte.

CARSTEN BRÖCKELMANN
DIPLO. FINANZWIRT • STEUERBERATER
FACHBERATER FÜR TESTAMENTS-VOLLSTRECKUNG UND NACHLASSVERWALTUNG (DSTV E.V.)

HÖRDER STR. 350 • 58454 WITTEN
TEL. 0 23 02 - 5 63 74 • FAX 0 23 02 - 27 61 42
WWW.STEUERBERATUNG-BROECKELMANN.DE
E-MAIL: INFO@STEUERBERATUNG-BROECKELMANN.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

Urwelt-Mammutbaum gefällt

Der Name scheint für unverrückbare Stabilität zu stehen: Urwelt-Mammutbaum (Metasequoia glyptostroboides). Aber auch diese Bäume können krank werden. So wie nun ein etwa 18 Meter hohes Exemplar im Wittener Stadtpark. Allerdings musste nicht der ganze Baum fallen. Etwa drei Meter des Stammes bleiben stehen. Dies soll ein Habitat werden, in dem vor allem Insekten leben können, das aber auch zum Beispiel Spechten Nahrung liefert.

Achtzehn Hundertjährige

Mit Stand 31. Mai waren in Witten 18 Menschen 100 Jahre oder älter, darunter 14 Frauen und vier Männer. Genau 100 Jahre alt sind derzeit vier Personen, die restlichen sind 101 oder noch älter.



WITTENER MARKT DER AUSBILDUNG

...zeigte Möglichkeiten

Groß war die Erleichterung vor allem bei vielen Ausbildungsbetrieben aus der Region über den „Markt der Ausbildung“. Zwei Jahre war die Veranstaltung, bei der sich Ausbildungssuchende real statt virtuell über Ausbildungsplätze informieren und mit Unternehmen vernetzen konnten, coronabedingt nicht möglich gewesen.

Aber auch das Interesse von jungen Leuten war sehr groß, wie die vielen Besucher auf dem Gelände der Deutschen Edelstahlwerke Karrierewerkstatt GmbH zeigten. Der Gastgeber gehört mit den Stadtwerken, der Stadt Witten sowie der IHK Mittleres Ruhrgebiet zu den Organisatoren der Veranstaltung, die jetzt ihre 9. Auflage erlebte.

Insgesamt 45 Unternehmen und Institutionen aus Industrie und Gewerbe über Dienstleistungsunternehmen bis zu Handwerk und Polizei präsentierten sich als Arbeitgeber. Insgesamt konnten sie Ausbildungsangebote in 60 Berufen für den Ausbildungsstart im Sommer 2023 unterbreiten. Und: Es gab sogar noch freie Ausbildungsplätze für das Jahr 2022 im Rahmen der Last-Minute-Börse zu besetzen.

Geöffnet war der Ausbildungs-

markt am späten Freitagnachmittag von 16.00 bis 19.30 Uhr. Freitag als Veranstaltungstag und die kompakt gehaltene Öffnungszeit waren nicht zufällig gewählt, wie Gastgeber Gunnar Dachrodt erklärte. Zu anderen Ausbildungsmessen veranstalten Schulen verpflichtende Klassenfahrten. „Wer zu uns kommt, kommt freiwillig und bringt auch gerne die Eltern mit.“



Gunnar Dachrodt,
Leiter der DEW-Karrierewerkstatt

Ausbildungssuchende hatten an der Herbeder Straße 39 so dreieinhalb Stunden lang die Chance, noch kurzfristig einen Ausbildungsplatz zu finden oder sich

für das nächste Jahr zu vernetzen. Einen offenen Ausbildungsplatz zum Fachangestellten Bäderbetriebe mit Start noch in diesem Jahr gab es auch bei den Stadtwerken Witten. Lars Glörfeld, stellv. Abteilungsleiter Bäder und Schifffahrt, freute sich über die jungen Besucher, die „durch die Bank einen guten Eindruck hinterließen“. Stadtwerke-Ausbildungsleiter Nils Theising möchte für 2023 Ausbildungsplätze vom Elektroniker bis zum Kaufmann besetzen.

Thomas Wagner, Meister in der Instandhaltung der Friedr. Lohmann GmbH, konnte die große Nachfrage und den positiven Eindruck der jungen Interessenten auch an seinem Informationsstand bestätigen. Das Unternehmen an der Straße Ruhrtal 2 bildet bedarfsorientiert u. a. Verfahrensmechaniker und Gießereimechaniker aus.

Angesprochen auf die Qualifikation im allgemeinen, ordnet der Leiter der Karrierewerkstatt Gunnar Dachrodt ein, dass viele junge Menschen lange Zeit nach höheren Bildungsabschlüssen streben und studieren wollten. Vielfach wird jetzt aber auch von dem Berufsnachwuchs erkannt, dass sich durch eine gute Ausbildung große Chancen u. a. in Industrie, Handwerk oder als Selbständiger eröffnen. Eine unbefristete Übernahme und unbefristete Übernahme und Bezahlung nach Tarifvertrag sind da oft erst der Anfang. Mit der Ausbildung zum Bankkaufmann im Rahmen eines Dualen Studiums und dem Abschluss als Bachelor



Ein bisschen Nervenkitzel bot die Werkfeuerwehr der DEW am Rande des Marktes der Ausbildung: sie beförderte interessierte Gäste mit ihrem Teleskopmastfahrzeug auf bis zu 30 Meter in die Höhe – toller Ausblick über Witten garantiert.

bietet die Sparkasse einen Mittelweg. Bei der Auswahl der Bewerber spielen die Schulnoten nicht unbedingt die größte Rolle, vielmehr komme es auf Eigenschaften wie Zuverlässigkeit und Engagement an. „Ausbildungsinteressierte können sich ihre Stelle mittlerweile frei aussuchen, das sah vor 20 Jahren noch ganz anders aus“, so Dachrodt. dx

Oldtimer zeigten sich auf Zeche Nachtigall

Eigentlich hätte es in diesem Jahr kein Oldtimertreffen an der Zeche Nachtigall geben sollen. Eigentlich... aber dann stellte die ExtraSchicht ihren Wittener Spielort unter das Motto „50er und 60er Jahre“. Die Gelegenheit für die Freunde alter Autos, in diesem Jahr vielleicht doch noch ihre Schätzchen der Öffentlichkeit zu präsentieren.



Die Idee kam an, sowohl beim Veranstalter und wie am Veranstaltungstag beim Publikum. Ein Oldtimertreffen erfordert mindestens ein halbes Jahr für die Vorbereitungen, so Jens Matros, Gründer des Oldtimer-Stammtisches Witten. Da aber die Pandemie lange Zeit keine Versammlungen zuließ, mussten auch alle Planungstreffen ausfallen. Unter dem Dach der ExtraSchicht konnten die Oldtimerfreunde aber am Ende über 20 Kfz-Veteranen entlang des Ringofens ausstellen. Die Philosophien der Fahrzeughalter sind unterschiedlich: während die einen jeden Quadratzentimeter Autoblech auf Hochglanz polieren und alles tun, um ihr Fahrzeug auf Vordermann

zu bringen, verwenden andere ihre ganze Sorgfalt darauf, den Oldtimer auch mit den üblichen Gebrauchsspuren zu erhalten. Für seine Isetta und seine Opel Kadett hat sich Jens Matros für den zweiten Weg entschieden. Beide Oldtimer waren über Jahrzehnte in Händen des gleichen Vorbesitzers und erst vor relativ kurzer Zeit in das Eigentum von Jens Matros übergegangen.

Die cremefarbene Isetta fuhr seit 1962 ohne Eigentümerwechsel über die Straßen halb Europas, bis Matros sie übernehmen konnte. Die kleinen Reifen trugen die Isetta dabei über 328.000 Kilometer von Frankreich bis Polen und einmal sogar - bis auf kurze Tank-Aufenthalte - in 24 Stunden nonstop zu einem Isetta-Treffen in München. Sein Opel Kadett gehörte dem erst im letzten Jahr im Alter von 101 Jahren verstorbenen Gerd Redetzki und hat sogar schon über eine halbe Millionen Kilometer auf dem Tacho.

Als besonderes Bonbon präsentierten die Auto-Freunde den Besuchern der ExtraSchicht am Abend fünf Fahrzeuge auf der Bühne und erzählten die jeweilige Geschichte des Autos. So stach ein Opel Diplomat B Coupe als Unikat heraus, der in dieser Form nie vom Band gelaufen war. Sein nachträglich eingebauter 230 PS-starker V12-Motor ersetzte dabei den serienmäßigen V8-Motor. Theoretisch wäre mit diesem Fahrzeug eine Geschwindigkeit von über 200 km/h zu erreichen, aber ein Oldtimer wird ja höchstens „gefahren“. dx



Gerne genutzt wurden die Oldtimer auf der ExtraSchicht als Foto-Kulisse. Despina und Amelie tanzten anschließend zur schwunghaften Rock'n'Roll-Musik der Live-Band „Danny & The Chicks“. Foto: Matthias Dix



Thomas Wagner, Meister in der Instandhaltung von Friedr. Lohmann, erläutert einer Ausbildungsinteressierten die Möglichkeiten seines Unternehmens.



Großen Andrang bei Ausbildungsinteressierten fand auch der Stand der Stadtwerke. Fotos: Matthias Dix

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

Neues Besucherzentrum für die Zeche Nachtigall

Bauprojekt soll 14,2 bis 16,4 Millionen kosten

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) will sein Industriemuseum Zeche Nachtigall in Witten mit einem neuen Besucherzentrum und einem Gebäude für Museumspädagogik aufwerten und weiterentwickeln. Der LWL-Kulturausschuss hat den Grundsatzbeschluss für die Baumaßnahmen 22. Juni in Münster befürwortet. Der LWL-Landschaftsausschuss entscheidet am 23. September abschließend über den Grundsatzbeschluss für das Bauprojekt mit einem Kostenrahmen von 14,2 bis 16,4 Millionen Euro.

Bessere Lage direkt am Ruhrtal-Radweg

Im Mittelpunkt steht dabei ein neues Besucherzentrum, das am östlichen Ende des Museumsgeländes in der Nähe der Nachtigallbrücke entstehen und die Eingangssituation verbessern soll. „Das Besucherzentrum rückt das Muttenal von seiner etwas abgeschiedenen Lage direkt an den Ruhrtal-Radweg, die Ruhrtalbahn und die Ruhr heran. Hier wollen wir den Empfang mit der Kasse, die Gastronomie und die Verwaltung unterbringen“, sagte LWL-Kulturdezernentin Dr. Barbara Rüschoff-Parzinger. „Außerdem wird so der Weg zum 1,5 Kilometer entfernten Besucherparkplatz um ein Drittel verkürzt.“ Für die Werkstatt und die Museumspädagogik ist ein weiteres neues Gebäude geplant. Ein neuer ebenerdiger Fußgängerüberweg über die Ruhrtalbahn verbindet den Radweg mit dem neuen Besucherzentrum.

Architekturwettbewerb

Nach dem Grundsatzbeschluss plant der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) einen begrenzt offenen Architektenwettbewerb, um baulichen Lösungen für das neue Besucherzentrum und das Gebäude für die Werkstatt und die Museumspädagogik sowie die Gestaltung der neuen Wegeführung zu finden. lwl

Weitere Informationen finden Sie unter
www.lwl.org oder unter www.zeche-nachtigall.lwl.org
oder direkt vor Ort.

Besonderes Quartier für pflegeintensives Wohnen geplant

Inklusives Bauprojekt an der Rosi-Wolfstein-Straße vorgestellt

Zwischen dem Christopherus-Hof und der Rosi-Wolfstein-Straße soll ein besonderes Quartier errichtet werden. Dort sollen Angebote für pflegeintensives Wohnen entstehen. Zudem ist ein inklusiver Kindergarten geplant, aber auch Wohnraum für Menschen mit Behinderungen in Wohngruppen wie auch Betreuungskräfte und auch – in Uni-Nähe – für Studierende. „Die Pläne dafür sind sehr spannend, mit einem bunten Nutzungsmix, über dem aber immer das Ziel der Inklusion steht“, freut sich Stadtbaurat Stefan Rommelfanger. Die Pläne hat die Stadt im Ausschuss für Stadtentwicklung, Umwelt und Klima vorgestellt.

Unsere Lebenserwartung steigt, und somit auch die Lebenserwartung von Menschen mit Behinderung. Das ist eine gute Nachricht, führt aber auch zu Herausforderungen. Um pflegeintensive Menschen im Alter angemessen betreuen zu können und ihnen eine Tagesstruktur zu geben, braucht es die entsprechende Infrastruktur. Die will die Lebenshilfe Witten neben den klassischen Wohnangeboten für alle Altersgruppen auf der Fläche parallel zur Rosi-Wolfstein-Straße aufbauen. „Betreutes Wohnen, Pflege, Tagesstruktur, Wohnen für Studierende: Im Umfeld von Vielfalt und Inklusion, gut vernetzt mit vertrauten Ak-

teuren, schließt die Lebenshilfe Witten Angebotslücken für Jung und Alt. Ich freue mich über die fantastische Option an der Rosi-Wolfstein-Straße“, so Dr. Dieter König, Geschäftsführer der Lebenshilfe Witten.

Zugleich freut sich der Christopherus-Haus e. V., den Sozialraum mit weiteren Angeboten und den anderen Kooperationspartnern mitgestalten zu können. Langfristig will der Christopherus-Haus e. V. drei neue Gebäude errichten. Geplant ist, in einem ersten Schritt eine inklusive Kita (in der also Kinder mit und ohne Behinderung betreut werden) und Wohnungen für ältere und pflegeintensive

Menschen mit Behinderung zu errichten.

Schließlich plant auch das Ingenieurbüro Dr. Spang ein Boardinghaus sowie ein Gebäude, das Platz für Start-ups bereithält. Das Boardinghaus öffnet sich auch für die Universität, passt somit gut in das städtebauliche Konzept.

Die Stadt Witten muss dafür ihr bisheriges städtebauliches Konzept für den Bereich aktualisieren. Zudem wird die Stadtverwaltung ein Verkehrs- und ein Umweltgutachten in Auftrag geben. An weiteren Schritten wie der Änderung des Bebauungsplans wird auch die Öffentlichkeit selbstverständlich beteiligt.

Smartphone kann nun vielseitiger genutzt werden

Holzcamp-Gesamtschule: Schüler helfen Senioren bei den digitalen Medien

„Aus der Zeitung habe ich von dem Kurs erfahren“, sagt Hildegard Priebe im Gespräch mit der Organisatorin Dana Vukman. Sie ist Lehrerin an der Holzcamp-Gesamtschule und hier findet das Projekt „Jung lehrt Alt - JuleA“ statt, bei dem es fachkundige Hilfe im Hinblick auf digitale Medien seitens der Schülerinnen und Schüler der 9. und 10. Klasse gibt.

Bei den Seniorinnen und Senioren kam die Hilfe der Nachwuchs-Coaches richtig gut an. „Wir empfehlen den Kurs auf jeden Fall weiter“, so die einhellige Meinung – teils haben die Teilnehmer auch direkt neue mit-

gebracht. Und auch die Schüler finden es richtig gut: „Ich habe sie auf den aktuellen Stand gebracht“, erklärt Meike Weitzel. „Es ist aber immer ein Austausch und man hilft sich gegenseitig.“ Lena Gnerlich ergänzt: „Es hat viel Spaß gemacht, etwas zu erklären.“

Vielleicht hat es manche auf den Geschmack für das spätere Berufsleben gebracht. So bescheinigte Hildegard Priebe ihrer „Lehrerin“ einen Sachverstand, der einfühlsam und sehr taktvoll ausgeführt wurde. Nicht nur sie freute sich, dass sie nun ihr Smartphone vielseitiger nutzen könne.



Individuelle Fragen wurden im direkten Austausch miteinander geklärt. Fotos: HGE

Der Gartenkresse beim Wachsen zusehen

Erlenschule: Projektwoche mit elf unterschiedlichen Gruppen

War das eine Aufregung: Die Schülerinnen und Schüler der Erlenschule haben eine spannende Woche erlebt. In der Projektwoche gab es verschiedene Angebote. In elf Gruppen, die nicht unterschiedlicher hätten sein können, ging es um Natur, Bewegung, Kunst, Musik sowie Geschichtliches und digitale Medien. Mit Eifer und Leidenschaft waren die Kinder bei der Sache.



In den Projektgruppen „I like to move“ und „Fit for fun“ lernten die Kinder die Sportarten Ringen, Handball, Kickboxen, Tischtennis und Turnen kennen. Vor Ort durften sie beim KSV Witten, im Gym und bei der DJK Blau-Weiß Annen trainieren. Aus Bommern kam Trainer Niels Mallach für die Trendsportart Parcours. Sichtlich begeistert und hoch motiviert waren die Kinder die ganze Woche sportlich aktiv.



Insgesamt drei Konzerte gaben die Kinder des Projektchores im Laufe ihrer Projektwoche. Sie begeisterten die BewohnerInnen des Altenzentrums St. Josef, die angehenden Schulkinder der Kita Erlen und die Eltern und Kinder der Erlenschule mit ihren eingeübten Liedern, Instrumentalstücken und Gedichten. Das gemeinsame Singen und Musizieren bereitete allen viel Freude.



Plastik und Müll stand auf dem Projektthemen: In Kooperation mit dem Verein „weniger e.V.“ waren die Schüler auf dem Schulhof und im Stadtteil Müll sammeln (Aktionstag zu dem Projekt „witten.bolzt“). Die Kinder waren überrascht, wie viel Müll in den Gebüsch und am Wegesrand herumliegt. Sie waren mächtig stolz, wie viel Müll sie sammeln konnten! Außerdem widmeten sie sich den Fragen: Was ist Plastik? Warum ist Plastik eine Gefahr für unsere Umwelt und die Tiere? Kann man auf Plastik verzichten? Wir basteln mit Plastikmüll.



Im Projekt „Bauen und Spielen“ haben die Schüler die Natur rund um die Erlenschule erobert. Sie haben am Kahlen Plack Hütten gebaut, im Steinbachtal selbst gebaute Boote fahren lassen und viele Spiele kennengelernt.



In der Kräuterkiste hat sich viel versteckt: Hier wurde gerochen und probiert. In selbst bemalten Kartons wurde Petersilie, Dill, Schnittlauch und Minze eingepflanzt. Außerdem stand ein Ausflug in den Kräutergarten am Institut für Waldorfpädagogik an. Zudem haben die Kinder Duftsäckchen genäht und befüllt und der eingesäten Gartenkresse beim Wachsen zugeschaut.



Die Projektgruppe „Vom Mittelalter bis heute“ war auf den Spuren des Mittelalters unterwegs. Sie besuchte die Burg ruine Hardenstein, färbte Stoffe mit Naturfarben ein und kochte Hirsebrei nach einem mittelalterlichen Rezept.



Im Projekt „Rund ums Wasser“ erkundeten die Kinder den Steinbach und den Borbach in Annen. Es wurden viele Lebewesen in den Bächen gefunden und Informationen dazu gesammelt. Außerdem bauten die Kinder Boote und bemalten Steine, die sie am Steinbach für Spaziergänger versteckten.



Beim Projekt „Digitale Erlenschule“ wurde die Entwicklung digitaler Medien von früher bis heute thematisiert und durch eigenes Erleben und Ausprobieren verschiedene Medien kennengelernt. Ein interessanter Ausflug in die „DASA“ (Dortmund) machte den Kindern besonders Spaß. Der Höhepunkt des Projekts war die Abschlusspräsentation in Form einer Videovorführung.



Sicher wie
Fallschirmspringen.
Vom 1-Meter-Brett.
Mit Schwimmflügeln.

Kredit auf Nummer Sparkasse.

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

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse
Witten

Stadtämter umgezogen

Mehrere Ämter (oder zumindest Teile davon) der Stadtverwaltung sind ab sofort in der Stockumer Straße 28 in Annen anzutreffen. Teile des Amtes für Personal und Organisation, des Amtes für Jugendhilfe und Schule sowie das Amt für Finanzen und Steuern haben das Gebäude in der Brauckstraße verlassen, um dort Platz für Geflüchtete zu schaffen. Aus dem Amt für Jugendhilfe und Schule zieht die Abteilung „Schule und Kindertageseinrichtungen“ sowie die Sachgebiete „Bezirkssozialdienst und Pflegekinderdienst“ in die Stockumer Straße 28 (Gebäude A7, 2. Stock, 58453 Witten). Die Sachgebiete der Abteilung Erziehungshilfe – Frühe Hilfen, Eingliederungshilfen, Jugendgerichtshilfe – dagegen ziehen in das Haus Witten (Ruhrstr. 86, 58452 Witten). Wegen des Umzugs sind die Abteilungen vorübergehend nur eingeschränkt erreichbar. Wichtig: Die telefonische Erreichbarkeit ist durchgehend sichergestellt, speziell für die Abteilung Erzieherische Hilfen (Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-12 Uhr). Dort sind bei Bedarf auch persönliche Termine möglich.

Das **Organisations- und Personalamt** wird in der Stockumer Str. 28 im Gebäude B14, im 1. Stock seine neuen Büros haben. Da die Räume nicht frei zugänglich sind, sollten Besucher in jedem Fall vorab einen Termin vereinbaren. Falls die/der richtige Ansprechpartner nicht bekannt ist, ist das Amt unter der Durchwahl (02302) 581 1502 und per Mail an OrgaPers@stadt-witten.de erreichbar.

Auch das **Amt für Finanzen und Steuern** zieht um in die Stockumer Straße 28, auch hier sollten vor einem Besuch ein Termin vereinbart werden. Das geht per Mail oder, während der Öffnungszeiten, telefonisch.

Das **Rechtsamt der Stadt** hat den Standort Brauckstraße ebenfalls verlassen. Die Kolleginnen und Kollegen sind nun in der Hauptstraße 60 untergebracht, auch hier in jedem Fall einen Termin vereinbaren.

Wer Post an die Stadt Witten schicken möchte, sollte für sämtliche Ämter immer die Adresse Mannesmannstr. 4, 58455 Witten verwenden.

Axel Echeverria in Stockum

Auf der Tagesordnung der Versammlung des SPD-Ortsvereins Witten-Stockum am 9. Juni standen der 1. Besuch von MdB Axel Echeverria nach seiner Wahl und umfangreichen Wahlen des neuen Vorstands. Echeverria berichtete über aktuelle politische Themen aus Berlin wie die Beschlüsse zur Umsetzung von Stützungsmaßnahmen gegen die Preiserhöhungen, Maßnahmen zur Klimapolitik, dem 100-Mrd.-Paket und sonstige insbes. soziale Projekte. Daraus entwickelte sich eine umfangreiche Diskussion.

Bei den anschließenden Wahlen wurde Ratsmitglied Walter Sander als Vorsitzender wiedergewählt, als seine Stellvertreter Ratsmitglied Christine Rose, Kreistagsmitglied Niklas König und Frank Kleiner. In weitere Funktionen des Vorstands wurden Helmut Wiggers, Gerhard Eickhoff, Tanja Knopp, Minhajuddin Siraj, Doris Eger, Meinolf Timmer, Heinrich Vogel, Hermann Raffel, Heidrun Breuker-Siraj, Walter Ehrich und Jürgen Kunz gewählt.



Heimatfreunde Stockum/Düren gibt es seit 35 Jahren

Heimatsnachmittag: Gründungsmitglieder erinnern an die Anfänge

Vor 35 Jahren trafen sich 37 Stockumerinnen und Stockumer und gründeten am 24. Juni 1987 einen Verein, um die Heimatgeschichte lebendig zu halten. Aus einer fixen Idee wurde eine Erfolgsgeschichte: Die Heimatfreunde Stockum/Düren wurden geboren und verzeichnen mittlerweile über 200 Mitglieder. An dieses Jubiläum wurde beim Heimatsnachmittag Mitte Juni im Gemeindehaus an der Mittelstraße erinnert. Die Geschäftsführerin Christel Schmidt würdigte dieses Ereignis mit einem



Marek Schirmer (links) sprach mit Gründungsmitgliedern und dem Vorstand der Heimatfreunde Stockum/Düren: Siegwart und Sonja Gartinger, Wolfgang Lippert, Christel Schmidt, Karoline Robbert und Volker Brüggemann. Foto: Günter Robbert

Vortrag und ließ die Zeit ab 1987 wieder lebendig werden. Zu Wort kamen auch Gründungsmitglieder, die von den Anfängen des Stockumer Vereins erzählten. Marek Schirmer von der Antenne Witten berichtete den Wittern darüber in einer Radiosendung auf Radio EN.

Die Heimatfreunde Stockum/Düren freuen sich über regen Besuch im neuen Treffpunkt an der Hörder Straße 340 (ehemalige Buchhandlung Gronau). Die Öffnungszeiten sind donnerstags von 15 bis 17 Uhr.

TuS Stockum: Sommerfest begeistert alle

Fußball: 50-Meter-Hammer vom Max Demtröder entscheidet das Finale



Herzlichen Glückwunsch: Die B-Junioren sind Stadtmeister. Fotos: TuS Stockum

Die Nachwuchsfußballer waren erfolgreich: Der neue Titelträger der B-Junioren Stadtmeisterschaft ist der TuS Stockum. Und das nach einer nicht so gelungenen Vorrunde. Dort musste sich der TuS dem eigentlich favorisierten Bezirksligisten FSV Witten mit 2:3 geschlagen geben, aber in einem spannenden Endspiel wurde der FSV mit einem klaren 2:0 Sieg in die Schranken gewiesen. Ein Freistoß von Max Demtröder – fast von der Mittellinie – führte die Jungs zum Sieg.



Im Juni feierte der TuS Stockum mit allen Abteilungen sein Sommerfest – bei bestem Wetter. „Das war ein voller Erfolg“, resümierte Relana Simannek. „Große und kleine Sportler konnten ihre Leistungen endlich mal wieder vorzeigen – das war für alle begeisternd.“ Und nicht nur das. Alle haben die Coronazwangspause nachgeholt: Gegrilltes,

Nach langer coronabedingter Wettkampfpause startete im Juni die Gruppe „Unicorn Dance Squad“ bei den Westfälischen Meisterschaften der Großgruppen in der Kategorie DTB-Dance Masters 18+. Mit ihrem Tanz „Afterlife“ nahm die Tanzgruppe das Publikum und auch die Wertungrichter auf eine Reise in eine mexikanisch angehauchte Tanzgestaltung, wie das Leben nach dem Tod aussehen könnte. Mit einem unerwarteten Platz 1 qualifizierte sich die Gruppe für die Deutschen Meisterschaften im Oktober.



gespendete Kuchen und gekühlte Getränke waren ein Renner. „Der Andrang war riesig“, so das TuS-Team. Bis auf den letzten Tropfen war das Catering ausverkauft – buchstäblich. Übrigens: Die Sportanlage für alle Breitensportangebote ist noch bis zum 18. Juli im Ferienmodus.

Fünf Tage Spiel und Spaß

TuRa Rüdinghausen bietet ein Sommer-Camp an – vom 1. bis 5. August

Nachwuchs-Sportler aufgepasst! Wer die erste Augustwoche noch nicht verplant hat, ist hier genau richtig: TuRa Rüdinghausen bietet ein Sommer-Camp an: und zwar vom 1. bis 5. August. Das heißt: Fünf Tage Spiel und Spaß im Wald, im Wasser, auf dem Sportplatz und in der Sporthalle. Teilnehmen können alle Kinder im Alter von 7 bis 14 Jahren.

Das Sommer-Camp beginnt jeweils um 10 Uhr und endet um 16 Uhr. In dieser Zeit wird das Kind mit einem Mittagessen, mit Snacks und Getränken versorgt. Außerdem gibt es die Möglichkeit der Frühbetreuung ab 8 Uhr. Alle Kinder, die teilnehmen, erhalten ein cooles T-Shirt! Geleitet wird das Camp von Melanie Rath, Frank Moormann, Paula Reeh und weiteren engagierten Übungsleitern.

Das Sommer-Camp kostet 50 Euro pro Kind bzw. 75 Euro mit Frühbetreuung ab 8 Uhr. Wer sein Kind anmelden möchten, kann auf der Homepage www.tura-ruedinghausen.de das Kontaktformular ausfüllen. Damit sollte man nicht zu lange warten: Das Sommer-Camp hat nur eine begrenzte Anzahl an verfügbaren Plätzen.

Weitere Fragen beantwortet das Team in der Geschäftsstelle von TuRa Rüdinghausen: ☎ 80 583 oder per Mail: tura@tura-ruedinghausen.de.



TuRa Rüdinghausen bietet ein fünftägiges Sommer-Camp an: mit Spiel und Spaß im Wald, im Wasser, auf dem Sportplatz und in der Sporthalle. Foto: Tanja Schneider

Neubau ist schon in die Höhe geschossen

Rewe Kesper hat die Öffnungszeiten erweitert – Lieferservice ist eingestellt

„Wir sind im Zeitplan“, sagt Julia Rode zufrieden, wenn sie auf die Baustelle blickt. Direkt neben dem jetzigen Lebensmittelmarkt entsteht der Neubau. Und dieser ist schon um einige Etagen in die Höhe geschossen. Ende des Jahres soll es soweit sein: Dann ist die Eröffnung des Neubaus von Rewe Kesper & Rode an der Friedrich-Ebert-Straße geplant.

Der Neubau hat eine Verkaufsfläche von knapp 1500 Quadratmeter. Hier ist nicht nur Platz für das bisherige Sortiment. Dies wird erweitert. Außerdem ist alles kundenfreundlicher platziert, die Gänge werden breiter. Bis dahin hat sich aber noch mehr getan. „Wir haben seit Mai unsere Öffnungszeiten erweitert“, sagt Julia Rode. So ist der

Laden nun montags bis freitags von 7 bis 21 Uhr geöffnet. Samstags bis 20 Uhr. Dankend haben es nicht nur die neuen Kunden wahrgenommen, die sich seit der Real-Schließung nach einer neuen Einkaufsmöglichkeit umschauen mussten. Einen Wehrmutstropfen gibt es aber – und trifft vor allem die ältere Generation: Der Lieferser-

vice, den auch viele Kindergärten und Schul-Cafés in Anspruch genommen haben, ist nun eingestellt worden. Der Grund: Nach wie vor sind Julia Rode und ihr Bruder Tobias Kesper auf der Suche nach zusätzlichen Fach-Personal für die Käse-, Wurst- und Fleischtheke. „Wir müssen uns jetzt hier auf den Standort konzentrieren.“ Tanja Schneider



REWE
Kesper
seit 1930

Die Grillsaison hat begonnen!

An unseren Bedienungstheken erfüllen wir gerne Ihre individuellen Wünsche für Ihre nächste Grillparty. Übrigens: Viele angebotene Fleischwaren kommen aus der Region und die Produzenten sind uns vielfach persönlich bekannt. Für Ihren Einkauf bedeutet das: mehr Sicherheit und Qualität.

Friedrich-Ebert-Straße 116, 58454 Witten, ☎ 02302 89697



Tipps rund ums Grillen

Mit den ersten warmen Tagen sind wieder die vielen Dinge des Sommers möglich: im Freibad schwimmen, den Garten und die Blumenkästen bepflanzen und vor allem grillen. Doch Grillen ist nicht gleich Grillen. Was es für Möglichkeiten gibt und worauf es auch zu achten gilt, lesen Sie hier.

Grillen per se zählt zu den ältesten und einfachsten Methoden, um Lebensmittel zu garen. Vonnöten ist seit Urzeiten ein offenes Feuer und entsprechendes Grillgut. Das deutsche Wort „grillen“ leitet sich ursprünglich vom lateinischen „craticulum“ ab, was soviel wie „kleiner Rost“ oder „Flechtwerk“ heißt.

Längst ist diese Form der Zubereitung zu einer der beliebtesten sozialen Freizeitbeschäftigungen geworden. Weht von irgendwoher der typische Duft brennender Holzkohle herüber, wird insbesondere den Männern nachgesagt, dass sie sich unbewusst an ihre Urahnen erinnern. Sie sehen sich am Lagerfeuer sitzen, die leckeren Röstaromen einatmen und schauen dem zuvor erlegten Wild beim Garen zu. Heutzutage haben wir das Grillen vervielfältigt und optimiert.

Holzkohle, Gas oder Strom als Energielieferant

Grills lassen sich in leicht zu transportierende Geräte wie Einweggrill- oder Koffergillgeräte über Schwenk- und Kugelgrille bis zu fest eingebauten Grillvorrichtungen und High-End-Gasgrills mit mehreren Brennern unterscheiden. Je nach Energiequelle werden diese in Holzkohlegrille sowie Gas- und Elektrogrille eingeteilt. Jedoch die in der Europäischen Union verwendete Holzkohle stammt zu ca. 70 Prozent aus Importen, die sehr oft aus afrikanischem Tropenholz herrühren. Elektrogrills – kompakt, leicht zu bedienen und rauchfrei, haben noch die beste CO₂-Bilanz, gefolgt von ebenfalls rauchfreien Gasgrills, deren Energie über spezielle Gaskartuschen oder handelsübliche Gasflaschen zugeführt wird. Schlusslicht sind die Kohlegrills. Insgesamt werden rd. 500.000 t CO₂ jährlich emittiert.

Die Wahl der Art und Größe eines Grills sollte davon abhängen, wo, wie häufig und was Sie grillen möchten – und wieviel Leute satt werden möchten.

Bei der Aufstellung eines Grills wahren Sie stets einen Sicherheitsabstand zu leicht entflammaren Gegenständen. Naheliegender auch, dass geeignete Grillanzünder und Grillzangen zum Einsatz kommen und Löschmittel für alle Fälle bereitstehen sollten. Rund 4.000 Grillunfälle in Deutschland pro Jahr, nicht selten mit schweren Verbrennungen, sprechen für sich. Ursache sind oft Brandbeschleuniger wie Spiritus oder Benzin zum Anzünden, die hohe Stichflammen und Verpuffungen auslösen können. Vieles spricht daher für elektrische Grillanzünder, kleine Töpfchen zum Vorglühen oder Anzünder in einer festen Form. Eine weitere mitunter tödliche Gefahr geht von geruchlosem Kohlenmonoxid aus, das durch Betrieb und sogar Lagerung von bereits abgekühlten Grills in geschlossenen Räumen entstehen kann.

Die Hitze gart das Grillgut

Das Grillgut wird durch Holzkohle, Gas oder elektrische Heizschleifen mit 200 bis 300 Grad direkt über der Hitzequelle gegart und die Oberfläche dabei geröstet. Beim Barbecue übrigens gart das Fleisch indirekt durch heißen Rauch zwischen 100 und 130 Grad. Bei dieser Methode werden sogar ganze Schweine innerhalb von 24 Stunden gar. Bratwurst, Steak und Co. selbst werden der Wärmequelle über einen Rost, Fleischspieß oder erhitzte Steine zugeführt. Damit das Fleisch nicht austrocknet, sollte es mit einer Marinade oder mit Fett, wie z. B. Speiseöl, bestrichen werden. Kommt Fett jedoch in Kontakt mit der Hitzequelle und ver Raucht, entstehen gesundheitsschädliche Stoffe, die abgeleitet werden sollten. Auch zu langes scharfes Anbraten von Fleisch bei hohen Temperaturen soll das Krebsrisiko fördern, ein Vorgaren in der Mikrowelle verringert dagegen die Garzeit auf dem Grill und wirkt dem Risiko so entgegen.

Zum Grillen eignen sich alle Fleischsorten wie Schweinefleisch und Hähnchen, fertig mariniertes Fleisch und Fisch wie Garnelen, Forellen und Lachs. Auch Vegetarisches wie Grillkäse, Kartoffeln, Paprika und Spargel kann auf den Grill.

Wie oft Sie grillen können

Weil manche Menschen öfter grillen möchten, als ihren Nachbarn lieb ist, werden immer wieder sogar Amtsgerichte angerufen. Die Entscheidungen reichen von einmal pro Monat auf einem Balkon bis zur absoluten Duldung – deutschlandweit einheitliche Regeln bestehen jedoch nicht. Nehmen Sie Rücksicht! dx

Wissenswertes

Planen Sie beim Grillen mit Holzkohle eine halbe Stunde für die Vorbereitung und das Anheizen ein. Bei Elektro- und Gasgrills können Sie sofort ohne lästigen Qualm loslegen, ein rauchiges Grillaroma aber einfach mit Hilfe von speziellen, aromatisierten Holzchips und Pellets erzeugen. Lassen Sie die Kohle so lange durchglühen, bis sich auf ihr eine weiße Ascheschicht gebildet hat. Verwenden Sie zum Anheizen nur geeignete Anzünder, keinesfalls Benzin oder Spiritus. Mit einem Fön oder einem Stück Pappe können Sie der Holzkohle nach dem Anzünden zusätzlich Luft zuwedeln. Fetten Sie den Rost mit Sonnenblumen- oder Rapsöl ein. Grillschalen verhindern, dass ölhaltige Marinaden in die Glut tropfen und eignen sich auch, um Fisch und Gemüse zu grillen. dx





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



Medikamente einnehmen – aber richtig

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

Wie große Tabletten schlucken?

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

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

Der Tipp: nehmen Sie eine dicke Pille zusammen mit einem Schluck Wasser ein und legen Ihren Kopf nicht in den Nacken, sondern Richtung Brustbein. Das erleichtert den Schluckvorgang. Eine andere Mög-



Medikamente sollten zur richtigen Zeit und in der richtigen Form eingenommen werden. Foto congerdesign auf Pixabay

lichkeit besteht darin, ein Stückchen Brot lange zu kauen und dann zusammen mit der Tablette einzunehmen. Apotheken bieten sogar spezielle Schluckhilfen an.

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

Neben der Form der Medikamenteneinnahme ist vor allem der richtige Zeitpunkt entscheidend. Lautet die Vorgabe „vor dem Essen“, dann sollte der zeitliche Abstand immerhin noch 30 Minuten vor dem ersten Bissen betragen. Die Tablette findet so einen leeren Magen vor. Mit „nüchtern“

sind sogar acht Stunden nach der letzten Nahrungsaufnahme gemeint. Kommen bestimmte Medikamente wie Schilddrüsenhormone, Antibiotika oder Osteoporose-Mittel mit Milch in Berührung, wirkt das in der Milch enthaltene Kalzium sogar störend. Dramatischer können die Folgen bei der Kombination von Alkohol mit Antihistaminika, Psychopharmaka oder Schlafmitteln werden.

Die Tablette neben den Teller legen, einnehmen und anfangen zu essen, entspräche einer Einnahme „zum Essen“. Die Tablette „nach dem Essen“ erfordert sogar einen zeitlichen Abstand von zwei Stunden zur letzten Nahrungsaufnahme. Auch hier gibt es schon spezielle Apps, die an die Einnahme von Tabletten erinnern. Wer seine Medikamente dagegen lieber vor Augen hat, kann sie übersichtlich in eine Pillenbox nach Tag und Uhrzeit sortieren. Ziel von Forschungen ist, die Einnahme an die „innerliche Uhr“ des Menschen auszurichten. dx

CHRONOMEDIZIN

Die Chronomedizin rückt die „innere Uhr“ von Lebewesen in den Focus. Der interne Chronograph steuert alle vitalen Prozesse in unserem Körper und stimmt sie aufeinander ab, schüttet beispielsweise Hormone zu unterschiedlichen Zeiten im Körper aus, reguliert die Verdauung und die Entgiftung des Körpers durch die Leber. Die Chronomedizin – ihre Forscher erhielten für ihre Arbeiten 2017 den Nobelpreis – setzt an diesem Punkt an und empfiehlt, Medikamente gemäß der individuellen inneren Uhr einzunehmen. Bekannt ist, dass bei bestimmten Formen von Rheuma morgens der beste Zeitpunkt ist, um Cortisonpräparate einzunehmen. Auch Mittel gegen Bluthochdruck sollten morgens nach dem Aufwachen genommen werden, wenn der Blutdruck steigt und leider auch die meisten Herzinfakte am Morgen auslöst.

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

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

Der Bedarf ist groß – Behandlung von Erkrankungen der Arterien und Venen

Neu am Knappschaftskrankenhaus: Sektion für Endovaskuläre Chirurgie und Gefäßchirurgie

Dauerhaft erweiterte Blutgefäße, die knotig oder wie Beulen deutlich sichtbar nach außen vortreten, die kennt so gut wie jeder: Krampfadern. Sie sind nicht nur unschön, sondern können auch gefährlich werden, da das Blut nicht richtig fließt und sich Blutgerinnsel bilden können. Abhilfe bei Krampfadern, tiefen Beinvenenthrombosen, Gefäßverschlüssen, diabetischem Fuß, Arterienverkalkung, Karotisstenose und vielem mehr schafft die Gefäßmedizin, die sich auf die Behandlung von Erkrankungen der Arterien und Venen spezialisiert hat. Im Spätsommer letzten Jahres wurde dafür in der Chirurgischen Klinik (Prof. Dr. Richard Viebahn) am Universitätsklinikum Knappschaftskrankenhaus Bochum eine eigene Sektion eingerichtet. Leiter der Sektion für Endovaskuläre Chirurgie und Gefäßchirurgie ist Dr. Hamid Channane (Foto), der seit August bereits über 200 Operationen am Haus durchgeführt hat.

„Der Bedarf ist groß“, weiß der 39-Jährige, denn gerade die Patientinnen und Patienten, die im Transplantationszentrum des Knappschaftskrankenhauses eine Organspende erhalten haben, leiden häufig an Gefäßerkrankungen. Da sie standardmäßig aufgrund ihrer neuen Niere oder Bauchspeicheldrüse interdisziplinär in der Klinik nachuntersucht werden, können beispielsweise Verengungen schnell entdeckt und direkt versorgt werden. Auch Zugänge für die Dialyse bei Nierenleiden mittels Shunt (Querverbindung zwischen Arterie und Vene) oder Dauerkatheter werden durchgeführt. Das Leistungsspektrum der neu eingerichteten Sektion reicht von Erkrankungen der Bauch- und Beckenschlagadern, Verengungen der Halsschlagadern über Durchblutungsstörungen der Beine („Schaufensterkrankheit“) und Arme bis hin zum Diabetischen Fußsyndrom, der Behandlung von Venenerkrankungen und Krampfadern mittels minimalinvasiver Techniken und der konservativen Gefäßchirurgie.

Veränderungen an den Gefäßen können durch spezielle klinische Untersuchungen und mithilfe von Ultraschall erkannt werden. Die Behandlung erfolgt oft durch schonende und meist ambulant angebotene Verfahren, sogenannte endovaskuläre Interventionen, bei denen eine Vielzahl von Gefäßen des Herz-Kreislauf-Systems mit Drähten und Kathetern erreicht werden. Eine örtliche Betäubung ist dafür ausreichend. In ausgeprägten Fällen kann auch eine Operation erforderlich werden, bei der das Blut beispielsweise durch eingesetzte Bypässe umgeleitet wird oder ein Gefäß durch die Implantation von Stents offengehalten wird. Diese Eingriffe werden von Gefäßchirurgen in der Regel in Narkose durchgeführt.

Weitere Infos und Termine erhalten Interessierte in der Anmeldung der Gefäßambulanz unter 0234 / 299-3210.



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 P
- 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:



Tumorerkrankung - und dann? Beispiel Magen und Speiseröhre

IMAGE hat Chefarzt Dr.med. Christoph Hackmann vom Ev. Krankenhaus in Witten gefragt

Die Klinik für Hämatologie und Onkologie am Ev. Krankenhaus ist die einzige Hauptfachabteilung mit diesem Schwerpunkt in Witten. Dr. med. Christoph Hackmann führt die Klinik als Chefarzt gemeinsam mit Chefärztin Dr. med. Jacqueline Rauh. IMAGE sprach mit dem Mediziner über die seit 2011 eigenständig geführte Klinik, die den Patienten dreißig Betten sowie fünf Palliativplätze bietet.

IMAGE: Welche Tumorkrankungen kommen zu Ihnen?

HACKMANN: Zu uns kommen Patienten sämtlicher Krebserkrankungen mit einem Schwerpunkt auf Tumorerkrankungen des gesamten Magen-Darmtraktes sowie der Lunge. Außerdem versorgen wir Patienten mit gut- und bösartigen Erkrankungen des Blutes sowie bösartigen Erkrankungen des lymphatischen Systems. Für die Behandlung akuter Leukämien haben wir eine sehr gute Zusammenarbeit mit Prof. Schroers aus dem Knappschaftskrankenhaus Bochum-Langendreer, wo auch eine Stammzelltransplantation durchgeführt werden kann. Die mittlere Liegedauer des stationären Aufenthaltes liegt bei fünf bis sechs Tagen, dient aber nur der Orientierung. Wir haben auch Patienten, die wesentlich länger oder kürzer bei uns sind. Wir haben Patienten, die sich einer alleinigen Chemotherapie und/oder Strahlentherapie unterziehen oder bei denen diese vor oder nach einer Operation ergänzend gegeben wird. Die Chemotherapien sind sehr unterschiedlich und so individuell verlaufen auch viele Krebserkrankungen. Für uns ist deshalb immer die Zusammenarbeit verschiedener Disziplinen im Krankenhaus sowie die Verzahnung von stationärer und ambulanter Versorgung wichtig.

IMAGE: Auch die Verzahnung mit der Strahlentherapie?

HACKMANN: Aber ja. Dass unser Krankenhaus über die einzige Strahlentherapie in Witten verfügt, garantiert eine ganzheitliche Tumorbehandlung nicht nur unter einem Dach, sondern auf einer Station. Wir sehen und besprechen uns täglich und arbeiten ganz eng zusammen. Wir versorgen die Patienten gemeinsam. In regelmäßigen Tumorkonferenzen legen wir gemeinsam die Behandlungsziele fest und können so Chemo- und Strahlentherapie perfekt aufeinander abstimmen. Je besser man zusammenarbeitet und man den Patienten kennt, desto geringer ist der Informationsverlust in der Diagnostik und Therapie.

IMAGE: Betrachten wir konkret eine Tumorerkrankung bei Magen und Speiseröhre. Worauf muss sich der Betroffene einstellen?

HACKMANN: Der Krebs von Magen und Speiseröhre wird selten im Frühstadium erkannt, weil Symptome oft erst spät auftreten und meist unspezifisch sind. Für die Therapie ist zunächst einmal die Diagnostik der genauen Krebsart wichtig, der Sitz des Tumors, das Tumorstadium sowie das Bestehen von Metastasen. Der erste Schritt ist die Sicherung der Diagnose durch eine Gewebeprobe. Diese wird häufig durch eine Spiegelung der Speiseröhre beziehungsweise des Magens gewonnen. Durch die Analyse der Gewebeprobe erhalten Betroffene und Ärzte die Gewissheit, ob es sich um einen Tumor handelt. Wir können durch die Gewebeprobe feststellen, ob beispielsweise ein Adenokarzinom oder ein Plattenepithelkarzinom besteht. Mit der genauen Lokalisation bestimmt dies das weitere Vorgehen, das heißt, mit welchen Methoden und in welcher Reihenfolge die Behandlung erfolgt: Chemotherapie, Chemostrahlentherapie und/oder Operation. Sehr kleine Tumore in Speiseröhre oder Magen – absolute Frühstadien – können sogar endoskopisch mit einer sog. Mukosektomie entfernt werden. Hat sich ein Tumor lokal ausgebreitet, operieren wir in der Regel erst nach einer vorgeschalteten Chemotherapie oder Chemostrahlentherapie, um den Tumor zu verkleinern. Anschließend erfolgt die chirurgische Entfernung der Speiseröhre oder des Magens. Grundsätzlich ist im metastasierten Stadium eine Chemotherapie sinnvoll, die sich gegen alle Krebszellen im Körper richtet. Seit kurzem gibt es die Möglichkeit einer zusätzlichen Immuntherapie. Die genaue Therapie wird interdisziplinär in einer Tumorkonferenz besprochen.

IMAGE: Gibt es eine Möglichkeit der Vorbeugung und wie sieht das

Leben mit der Erkrankung nach der akuten Behandlung aus?

HACKMANN: Eine Prävention ist bedingt möglich. Ernährungsgewohnheiten spielen eine wichtige Rolle. Der Verzicht auf exzessiven Alkoholkonsum sowie Tabakkonsum und häufige, stark gesalzene Mahlzeiten wird angeraten, viel frisches Obst und Gemüse sind hingegen zu empfehlen. Einige Erkrankungen des Magens erhöhen das Risiko, später ein Magenkarzinom zu entwickeln. Dazu gehören vor allem

länger andauernde Entzündungen der Magenschleimhaut, wie eine chronische Gastritis, die mit dem Bakterium *Helicobacter pylori* vergesellschaftet sein kann (Typ B-Gastritis) oder als Autoimmungastritis vorkommt (Typ A-Gastritis). Auch beim Speiseröhrenkrebs gelten Alkohol und Nikotin als Risikofaktoren. Zunehmend mehr Menschen leiden an einem gesteigerten Säure- und zum Teil auch Gallerrückfluss (Reflux) aus dem Magen, bei dem oft Sodbrennen auftritt. Dieser Reflux schädigt über Jahre hinweg die Zellen in der unteren Speiseröhre. Es ist heute wissenschaftlich anerkannt, dass diese refluxbedingten Zellveränderungen in der unteren Speiseröhre eine Vorstufe für Speiseröhrenkrebs sein können (sog. Barrett-Ösophagus). Reflux sollte daher medikamentös behandelt und bei Fortbestehen endoskopisch untersucht werden. Was das Leben mit diesen Erkrankungen angeht: Regelmäßige Untersuchungen und Kontrolltermine einzuhalten ist selbstverständlich. Entscheidende Bedeutung kommt der Ernährung zu. Hier gibt es schon während des Krankenhausaufenthaltes umfangreiche Beratungsmöglichkeiten. Dies gilt auch für sanfte Bewegung und geeigneten Sport, der den Betroffenen oft mehr hilft als Schonung. Um die psychosoziale Situation der Betroffenen zu stabilisieren, ist der familiäre Rückhalt wichtig, aber es bieten sich auch Selbsthilfegruppen an. In der Regel kommt es bei allen Maßnahmen auf die Steigerung der Lebensqualität an. Dies gilt auch für die Situation, wenn eine Heilung der Erkrankung nicht mehr möglich ist.

IMAGE: Sie können Patienten auch in der Palliativstation aufnehmen. Wäre ein Hospiz nicht besser geeignet?

HACKMANN: Ich sehe da gar keine Konkurrenz. Die Verlegung ins Hospiz ist nicht das vorderste Ziel der stationären Palliativtherapie. Sie kann vorkommen und ist im indizierten Fall eine gute Lösung, aber der deutlich größere Teil der Patienten wird durch eine multiprofessionelle Palliativkomplexbehandlung in ihren Symptomen so gebessert, dass eine Rückkehr nach Hause möglich ist, oft mit Unterstützung des Palliativnetzes und ggf. auch des ambulanten Hospizdienstes. Logistisch ist ein wichtiger Unterschied, dass wir Patienten auch jederzeit notfallmäßig – z.B. am Wochenende und nachts – in die stationäre Palliativversorgung aufnehmen können. Im Hospiz besteht ein gewisser Vorlauf mit einer Warteliste. Für die akute Versorgung bei häuslicher Überforderung stehen wir gerne zur Verfügung. Die Palliativstation ist an die onkologische Station angegliedert und kann in fünf Zimmern jeweils einen Patienten betreuen. Wenn gewünscht, kann ein Angehöriger dabei sein. Mittelpunkt der Station ist die Wohnküche. Hier können sich Patienten und Angehörige aufhalten und gemeinsam ihre Mahlzeiten einnehmen. Der Gesprächsraum wird für die Kunsttherapie und für ungestörte persönliche Gespräche genutzt. Aromatherapie, Massagen und vieles mehr sollen die Lebensqualität des Patienten verbessern. Ein multiprofessionelles Team und qualifizierte ehrenamtliche Mitarbeiter stellen die Betreuung der Patienten und ihrer Angehörigen sicher.

anja



Chefarzt Dr. med. Christoph Hackmann
Foto: EvK Witten

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

Wir helfen hier und jetzt.




Hilfe auf Knopfdruck
Hausnotruf und mobiler Notruf durch den ASB Witten: (02302) 91 08 80
www.asb-en.de

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
Präsenzkräfte 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

Das „Zufriedenheitsparadox“

Es scheint paradox: Trotz körperlicher Beschwerden und chronischer Krankheiten sind ältere Menschen in der Regel glücklicher und zufriedener als Jugendliche oder junge Erwachsene. Prof. Dr. med. Tobias Esch hat ein Modell entwickelt, das dieses sogenannte „Zufriedenheitsparadox“ erstmals erklärt. Seine Analyse zeigt: Die Lebenszufriedenheit älterer Menschen ist biologisch bedingt, kann aber dennoch „erlernt“ werden.

Esch unterscheidet drei Arten von Glück, die je nach Lebensabschnitt unterschiedlich stark ausgeprägt sind: (A) das „Wunsch-System“, (B) das „Bedrohungsvermeidungs-System“ und schließlich (C) das „Nicht-Wollen“ bzw. Verbleiben im „Hier und Jetzt“. Entstanden ist das sogenannte „ABC-Modell“ des Glücks, das durch zahlreiche Studien empirisch belegt werden konnte.



Foto: Christian Hilgers

Demnach ist Glück kein kognitives Konstrukt, sondern ein Gefühl, das nachweislich auf der physiologischen Aktivität der neurobiologischen Belohnungs- und Motivationssysteme des Gehirns beruht. „Das Glück ändert seine ‚Farbe‘ im Laufe des Lebens“, fasst Esch die Ergebnisse seiner Forschung zusammen: „In unserer Jugend suchen wir Vergnügen und Nervenkitzel, sind kreativ, risikofreudig und lernbegierig. Glück ist in diesem Lebensabschnitt geprägt durch Vorfriede, Lust und Ekstase.“

In Phase B, der Bedrohungsvermeidung, erleben die meisten Menschen beanspruchenden Stress, etwa durch eine höhere finanzielle Belastung, berufliche Herausforderungen oder ihre Verantwortung als Eltern. In diesem Zeitraum sinkt meist die Zufriedenheit. Junge Erwachsene tendieren dazu, ihr Glück von der Vermeidung von Schmerz oder Bedrohung abhängig zu machen, berichtet der Glücksforscher: „Wir sind wachsam und bereit, uns den Herausforderungen und Schwierigkeiten zu stellen, um unser Leben und das unserer Familie zu schützen.“ Glück in dieser Phase sei dann eher ein Gefühl der Erleichterung, „wenn Stress und ‚Un-glück‘ eine Pause einlegen“.

Im Alter von ungefähr 60 Jahren aufwärts, statistisch sogar bis über das 80. Lebensjahr hinaus, brauchen die Menschen dann trotz körperlicher Beschwerden meist wenig, um zufrieden zu sein, hat Esch herausgefunden: „Der spätere Lebensabschnitt ist meist der Punkt, an dem die Euphorie und Stressvermeidung übergehen in ein tiefes, beruhigendes und dauerhaftes Gefühl von Glück und Zufriedenheit.“

„Während das momentane Glück durch intensive, angenehme und euphorische, aber flüchtige Momente gekennzeichnet ist, ist die Lebenszufriedenheit tiefgreifender, beständiger und subtiler, und sie zeichnet sich etwa durch Gefühle der Akzeptanz, Zugehörigkeit, Ruhe und des Ankommens aus. Es scheint so, als würden wir im Laufe des Lebens immer besser darin zu werden, zufrieden und glücklich zu sein“, resümiert der Mediziner, Gesundheitsforscher und Gründer der Wittener Uniambulanz. Erst wenige Jahre vor dem Tod nehme die Lebenszufriedenheit, z.B. durch die Verdichtung von Krankheiten im so genannten „vierten Alter“, statistisch wieder ab.

Glück ist biologisch bedingt, aber erlernbar

Neurobiologische Prozesse prägen also unsere „Reifung“ über die Lebensspanne, indem sie die „richtigen“ Verhaltensweisen und damit verbundene Erfahrungen chemisch und biologisch belohnen. Dennoch ist dieser Verlauf des Glücksempfindens nicht vollständig vorbestimmt, betont Esch: „Meditations- und Achtsamkeitstechniken sowie Religiosität und Glaube scheinen beispielsweise den Verlauf des Glücks über die Zeit beeinflussen zu können. Glück kann durch Übung geformt werden.“

Quelle: Prof. Dr. med. Tobias Esch, Lehrstuhlinhaber und Institutsleiter am Institut für Integrative Gesundheitsversorgung und Gesundheitsförderung (IGVF) der Universität Witten/Herdecke (UW/H)



Der Kurzsichtigkeit bei Kindern richtig begegnen

Risiken zur Kinder-Kurzsichtigkeit

Vererbung: Mehreren Studien belegen eine Wahrscheinlichkeit von 40 bis 68 Prozent, wenn Eltern oder Geschwister kurzsichtig sind.
Naharbeit: Täglich viele Stunden am Computer, Tablet oder bei den Hausaufgaben entwickeln viel schneller eine Kurzsichtigkeit.
Fehlendes direktes Tageslicht: Wenig Zeit im Freien. In Europa sind bereits die Hälfte aller Kinder und Jugendlichen kurzsichtig.

Mehr Sehspaß für Kinderaugen

Wenn das Sehen Ihres Kindes beeinträchtigt ist, fehlt eine wichtige Orientierung, prägende Eindrücke und Lebensfreude. Das gilt in unserer zunehmend visuell dominierten Welt noch mehr als früher. Eltern sollten Kinderaugen und der Sehentwicklung besondere Bedeutung beimessen.

Treten Veränderungen wie beispielsweise Schielen, Augenzittern oder gräuliche Verfärbungen der Pupille auf, sollten Sie unbedingt den Augenarzt aufsuchen. Ebenso, wenn in der Familie Augenkrankheiten oder starke Fehlsichtigkeiten bekannt sind. Ein weiteres Signal für den Arztbesuch ist es, wenn ein Baby keinen Blickkontakt sucht. Bei Kleinkindern ist die Linse noch sehr weich und kann das Sehen den unterschiedlichen Entfernungen schnell anpassen. Arbeitet vielleicht ein Auge beim Sehen nicht mit, merkt man dies als Eltern mitunter gar nicht, da das andere Auge die Sehleistung ausgleicht. Deshalb ist es empfehlenswert, frühzeitig - idealerweise im Lebensalter von drei Jahren - einen Sehtest beim Augenarzt zu machen. Spätestens zur Einschulung sollte ein Besuch beim Augenarzt zum Pflichttermin werden. Ab dem 14. Lebensjahr sollte der nächste Sehtest auf dem Programm stehen, um eventuelle Sehveränderungen wie insbesondere Kurzsichtigkeit frühzeitig zu erkennen.

Kurzsichtigkeit ist die weltweit häufigste Fehlsichtigkeit

Bei Kurzsichtigkeit (Myopie) erscheinen Gegenstände in der Ferne verschwommen, während Objekte in nächster Nähe scharf wahrgenommen werden können. Kurzsichtigkeit wird in negativen Dioptrien angegeben. Gewöhnlich entwickelt sich eine Kurzsichtigkeit bei Kindern im Alter zwischen sechs und zwölf Jahren. Wenn mindestens ein Elternteil kurzsichtig ist, steigt die Wahrscheinlichkeit einer Erkrankung für das Kind. Der Verlauf variiert von Person zu Person, in der Regel verschlechtert sich der Schweregrad des Sehfehlers allerdings bis ins hohe Teenageralter jährlich, manchmal auch schneller. Danach schreitet die Kurzsichtigkeit nur in seltenen Fällen weiter voran. Da Kurzsichtigkeit erblich bedingt ist oder durch Wachstumsschübe verursacht wird, kann sie nicht verhindert werden. Deshalb konzentriert sich die Forschung derzeit darauf, das Voranschreiten der Kurzsichtigkeit zu verlangsamen. Schwere Kurzsichtigkeit kann auch zu Veränderungen im hinteren Teil des Auges, wie beispielsweise einer Netzhautablösung, führen. Deshalb ist es wichtig, den Sehfehler zu korrigieren. Augenärzte und Optiker können ihn bei einer einfachen Augenuntersuchung erkennen. Kurzsichtigkeit ist eine Fehlsichtigkeit, keine gesundheitsgefährdende Krankheit, solange sie keine schwerwiegenden Ursachen hat. Das Auge ist gesund, es benötigt nur Hilfe beim Sehen.

Korrektur der Kurzsichtigkeit

Bei Verdacht auf Fehlsichtigkeit sollten Sie einen Augenarzt oder einen Optiker aufsuchen, um mit ihm über geeignete Korrekturmöglichkeiten zu sprechen.

- Brillen sind eine einfache Lösung, um die Sicht zu verbessern. MIYOSMART Brillengläser - der Aufbau des Brillenglases ermöglicht gleichzeitig die Verlangsamung des außergewöhnlichen Längenwachstums des Auges und bietet klares Sehen.
- Kontaktlinsen funktionieren nach dem gleichen Prinzip wie Brillen. Im Gegensatz zur Brille befindet sich die Kontaktlinse in direktem Kontakt mit der Augenoberfläche. Orthokeratologie - Hierbei werden spezielle und maßangepasste Kontaktlinsen nachts getragen.

Für Ihr Kind das Beste!



BRILLENFABRIK 24

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

Haarmann bei Brillenfabrik24
Alte Bahnhofstraße 196
44892 Bo-Langendreer
☎ 02 34 - 28 04 85
info@haarmann-optik.de





Warum sind Menschen eigentlich neidisch?

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

„Neid ist die aufrichtigste Form der Anerkennung“, sagte einst der deutsche Dichter Wilhelm Busch. Doch woher kommt eigentlich dieses Gefühl?

„Neid gehört wie zum Beispiel Gier, Mitgefühl, Freude, Angst und viele andere Gefühle zu unserer angeborenen emotionalen Grundausstattung. Die Erfahrungen, die wir vom ersten Atemzug an machen, bestimmen im Leben die Entwicklung dieser Emotionen. Neid steht in enger Verbindung zu Menschen und Gegenständen, die uns wichtig sind. Wenn andere Menschen über etwas verfügen, was wir gerne hätten oder worauf wir glauben, Anspruch zu haben, dann werden wir neidisch. Oder umgekehrt: Wir wünschen uns, das der andere das, was er hat oder ist, verliert. Ein dritter Aspekt ist die Ähnlichkeit. Je ähnlicher uns die an-

Wie man mit Neid umgehen kann

Neid muss nicht unterdrückt werden. Der Mensch kann allerdings lernen, mit der Emotion umzugehen und nach seiner Ursache zu fragen. Will man einfach besser sein als der andere? Hat jemand etwas bekommen, was man sich selbst wünscht? Dann sollte man sich positiv motivieren lassen, nach dem Erwünschten zu streben. Wichtig ist allerdings, unrealistische Vergleiche mit anderen Menschen loslassen zu können. Hilfreich ist es auch, den Blick für das zu schärfen, was man ist. Das eigene Selbstwertgefühl stärken - wenn wir den Fokus auf das lenken, was wir haben, können wir uns auch aufrichtig für andere freuen und lernen vor allem, Wertschätzung für das eigene Leben zu entwickeln. Es kann eben auch guttun, sich mal mit denjenigen zu vergleichen, die in einem Bereich unterlegen sind. Psychologen und Psychologinnen sprechen vom abwärts gerichteten Vergleich, der Selbstwert und Wohlbefinden fördert.

der Person ist, desto mehr tut der Vergleich weh. Neid erwächst aus dem menschlichen Bedürfnis, sich selbst für wichtig und wertvoll zu halten und die Erfahrung zu machen, dass andere einem dieses Gefühl versagen“, so Dr. Willi Martmöller.

„Auf Neid reagieren wir wütend, traurig bis depressiv oder wir entwickeln den Ehrgeiz, nach dem Erwünschten zu streben. Denn Neid muss nicht immer negative Verhaltensweisen auslösen. Es geht auch nicht immer um materiellen Besitz. Man kann jemanden auch um sein Wissen oder seine Fähigkeiten beneiden“, so Martmöller.

Unsere Emotionen sind heute sogar im Gehirn beobachtbar. „Neid ist eng verwandt mit der Schadenfreude. Das können wir heute im Gehirn sehen. 2009 erschien in der Fachzeitschrift ‚Science‘ die Studie eines Teams um den Japaner Hidehiko Takahashi. Die Forschenden ließen Studierende im Hirnscanner einen Text über einen frei erfundenen Kommilitonen lesen, der in allen Bereichen glänzte. Wer Neid bei der Lektüre empfand, zeigte eine Aktivierung im anterioren cingulären Kortex, einer Region, die mit der Verarbeitung negativer Emotionen in Verbindung steht. Als die Probanden dann von einem Missgeschick des Musterknaben erfuhren, reagierten sie mit Schadenfreude. Dabei wurde ein anderes Hirnareal aktiv: das Striatum, das mit der Verarbeitung von Belohnungsreizen zusammenhängt. Das Entzücken über das Unglück war umso stärker, je größer der anfängliche Neid ausgefallen war“, erklärt Martmöller. *anja*

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

Diagnose Krebs: Ein Überblick über die wichtigsten Therapien

Die Behandlungsmethoden sind so verschieden wie der Krebs – Therapie ist immer individuell

Die Medizin, die sich mit allen gut- und bösartigen Tumorarten beschäftigt, nennt man Onkologie. Je nachdem, welche Körperstellen von einem Tumor befallen sind, kommen Ärzte aus unterschiedlichen Fachrichtungen zusammen. Das kann beispielsweise die Chirurgie sein, aber auch Ärzte der Innere, Urologen, Hautärzte und viele mehr. In einer Tumorkonferenz werden die Erkrankung und die Therapiemöglichkeiten besprochen. Nicht selten werden verschiedene Therapien untereinander kombiniert.

Operation

Eine Operation dient der Entfernung des Tumorgewebes. Nicht immer steht sie nach der Diagnose an erster Stelle. Manchmal wird zunächst mit anderen Methoden eine Verkleinerung des Tumors versucht und die Operation kommt danach. Manchmal kann sie durch eine Strahlentherapie sogar vermieden werden. Zur Anwendung kann die sogenannte „Schlüsselloch-Chirurgie“ kommen als minimalinvasives Verfahren. Oft jedoch sind Krebsoperationen aufwendiger und dauern entsprechend lange. Je nach Tumor kann es zur Entfernung von Organen oder Körperteilen kommen (Brust, Gebärmutter, Vorstehdrüse oder andere). Stets versuchen die Ärzte, die Schnitte bei der OP so zu setzen, dass sie möglichst klein gehalten werden können. Nicht immer ist auch eine stationäre Aufnahme für eine Operation notwendig. Kleinere Eingriffe wie etwa das Herausschneiden einer auffälligen Hautveränderung oder eine Biopsie müssen nicht einmal im Krankenhaus stattfinden – diese können viele Ärzte in ihrer Praxis vornehmen. Selbst etwas größere Eingriffe werden häufiger ambulant in Tageskliniken durchgeführt. Welche Form der Operation notwendig ist, entscheidet das Krankheitsbild.

Strahlentherapie

Die Strahlentherapie ist eine der häufigsten Behandlungen gegen Krebs. Sie setzt ionisierende Strahlen gezielt gegen Tumore ein. Die Tumorzellen reagieren in der Regel empfindlicher auf Strahlung als gesunde Zellen. Im Unterschied zur Chemotherapie, die als Systemtherapie auf den ganzen Körper abzielt, geht es in der Strahlentherapie um einen lokal eng begrenzten Bereich. Die Krebszellen verlieren ihre Fähigkeit zur Teilung und sterben ab. Dadurch wird der Krebs zerstört oder mindestens verkleinert. Wichtig ist es, das zu behandelnde Gebiet möglichst genau zu treffen und dabei die umliegenden gesunden Organe und das Gewebe zu schützen. Damit dies gelingt, muss der Tumor sehr gut lokalisiert werden. Im Rahmen der Bestrahlungsplanung werden das Bestrahlungsgebiet und die Bestrahlungstechnik festgelegt. Moderne Bestrahlungstechniken ermöglichen eine genaue Eingrenzung der Strahlendosis auf das Gebiet, welches man bestrahlen möchte. Dabei erlaubt eine bildgeführte Strahlentherapie während der Bestrahlung den Live-Blick in den Körper des Patienten. Beim Rapid-Arc-Verfahren wird die Strahlendosis innerhalb der verschiedenen Bestrahlungsfelder variiert, während der Beschleuniger um den Patienten rotiert. So lässt sich die Strahlung optimal an unregelmäßig geformte Tumore anpassen und die Bestrahlungszeit verkürzen. Manche Krebspatienten er-

Der Hattinger Arzt Dr. Daniel Metzler am Bestrahlungsgerät. Bildgestützte Strahlentherapie, eine atemabhängige Bestrahlung zur besseren Herzschonung und oftmals eine kürzere Dauer der einzelnen Bestrahlungssitzungen durch die Rotationsbestrahlung sind Mehrwerte für die Patienten. *Foto: Pielorz*



halten keine klassische Bestrahlung, sondern werden mit anderen, „nicht ionisierenden“ Strahlen behandelt. Dazu gehören beispielsweise Infrarotstrahlen oder sichtbares Licht als phytodynamische Therapie, beispielsweise bei Hautkrebs. Auch hier gilt wie bei den Operationen: die Krankheit gibt die Möglichkeiten der Therapie vor.

Chemotherapie

Krebspatienten erhalten dabei Medikamente, sogenannte Zytostatika. Sie halten die Teilung und Vermehrung von Tumorzellen auf. Die Medikamente wirken jedoch auch gegen gesunde Zellen: Besonders schnell wachsende Gewebe wie Haut, Haare, Schleimhäute und die blutbildenden Zellen im Knochenmark sind betroffen. Daher kommt es zu teils heftigen Nebenwirkungen wie Haarausfall und Übelkeit und Erbrechen. Krebsart und Krankheitsstadium sind entscheidend, ob eine Behandlung als Chemotherapie durchgeführt wird. Bei wenigen Krebsarten, beispielsweise der Leukämie, ist eine alleinige Chemotherapie Standard. Bei anderen Krebsarten kommt sie häufig in Kombination mit anderen Verfahren zur Anwendung. Die meisten Patienten können eine Chemotherapie heute ambulant durchführen.

Medikamentöse Behandlung

Die Behandlung nennt sich zielgerichtete Therapie, weil sie direkt in Vorgänge eingreift, die für das Tumorzellwachstum wichtig sind. Auch hier ist die Krebsart und der Krankheitszustand wichtig für die Frage, ob eine solche Behandlung überhaupt infrage kommt. Es stehen Infusionen, Tabletten und Spritzen als Darreichungsform zur Verfügung, die in der Regel ambulant oder Zuhause gegeben werden können. Viele Medikamente sind für die Behandlung einer fortgeschrittenen Erkrankung zugelassen. Sie kommen zum Einsatz, wenn eine Heilung der Krebserkrankung nicht mehr möglich ist. Es gibt aber auch zielgerichtete Medikamente, die für frühe Krankheitsstadien geeignet sind, zum Beispiel bei Brustkrebs. Jedes Jahr kommen neue Medikamente auf den Markt.

Und sonst?

Es gibt noch weitere Behandlungsformen gegen den Krebs. Zu ihnen gehört beispielsweise die Hyperthermie. Dabei handelt es sich um eine Überwärmung des Körpers oder einzelner Körperteile. Manchmal kommt sie auch in Verbindung mit Chemo- oder Strahlentherapie zur Anwendung. Die Medizin kennt ebenfalls Antihormon- oder Immuntherapie. Gegen Krebszellen, die durch Viren entstehen, gibt es mittlerweile auch Impfungen (Gebärmutterhalskrebs durch Humane Papillomviren, abgekürzt HPV). Die EINE Behandlungsform gibt es bis heute nicht, weil es auch nicht die EINE Krebserkrankung gibt. Viele Betroffene möchten selbst aktiv werden und suchen nach sanfteren Methoden, die gegen ihre Erkrankung helfen. Bewegung, körperliche Aktivität und Sport, ausgewogene Ernährung oder die Beteiligung an einer Selbsthilfegruppe sind Formen der komplementärer Medizin, die oft in Verbindung mit anderen Therapieansätzen die Lebensqualität der Betroffenen steigert. Bei alternativen Methoden, deren Wirksamkeit nicht erforscht wurde, ist jedoch Vorsicht geboten. *anja*



Praktizierte Mitmenschlichkeit Letzte-Hilfe-Kurse helfen oft Angehörigen

Die letzte Hilfe ist ein schwieriges Thema. Umso wichtiger ist es darüber zu sprechen, wie man schwerkranken und sterbende Menschen am besten umorgt und für sie da ist. Letzte-Hilfe-Kurse richten sich an alle Menschen, die sich über Themen rund um das Sterben, Tod und Palliativversorgung informieren möchten. Basiswissen und Orientierungen sowie einfache Handgriffe werden den Teilnehmenden hier vermittelt und helfen praktizierte Mitmenschlichkeit wieder möglich zu machen. Die Kurse wollen Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

„Letzte Hilfe ist ein provokanter Titel, der neugierig macht... Inhaltlich gelungen ist der Wechsel zwischen Information einerseits und der Frage nach den persönlichen Einstellungen, die ja stärker handlungsleitend sind als all unser Wissen. Mein Rat: unbedingt teilnehmen“, erzählt ein Kursteilnehmer. *Quelle Bild + Text: LETZTE HILFE*

Endoskopiezentrum Hattingen

Gastroenterologische Facharztpraxis am EVK Hattingen

Andreas Schröder
Prof. Dr. Andreas Tromm

Fachärzte für Innere Medizin
Gastroenterologie/Proktologie

Bredenscheider Str. 54, 45525 Hattingen

Tel.: 02324 – 502 5205

www.darm-magen-praxis.de



TOP
MEDIZINER
2022

NAHRUNGS-
MITTEL-
UNVERTRÄGLICHKEITEN

FOCUS-RESOURCEN 04/2022
IN KOOPERATION MIT
FACT-FIELD



2022

GASTRO-
ENTEROLOGIE

ENNEPE-
RUHR-KREIS

FOCUS-ARZTSUCHE.DE



Der „Markt der Initiativen“ brachte Besucher und ehrenamtliche Gruppen mit unterschiedlichen Zielen auf dem Rathausmarkt zusammen. Von links: Silvia Nolte, Karsten Zierdt (beide Stadtmarketing) und Maya Malhack (Initiativlabor Uni Witten/Herdecke) schoben den „Markt der Initiative“ an.

„Markt der Initiativen“ macht den Anfang

Meist bleibt samstags der Teil oberhalb vom Wochenmarkt vor dem Rathaus frei. Nicht so, als der „Markt der Initiativen“ den Platz ausfüllte.

An einen Tisch – bzw. auf einen Platz – hatte das Stadtmarketing Witten und das Initiativlabor der Uni Witten/Herdecke die Gruppen und Organisationen geholt, um sich zu präsentieren. Zugrunde lag die Überlegung, dass viele dieser Initiativen ihre Ziele eher abseits der Öffentlichkeit verfolgen. Wären Bekanntheit und Netzwerk größer, ergäben sich nach aller Erfahrung oft neue Chancen. An dem Punkt setzten das Stadtmarketing mit Geschäftsführerin Silvia Nolte und Maya Malhack vom Initiativlabor der Uni Witten/Herdecke jetzt an und stellten gleich 17 dieser Initiativgruppen der Wittener Bevölkerung und auch untereinander vor. Die Vielfalt der Initiativen und ihrer Inhalte reichte von AIAS Witten und Herzergreifend über die Soroptimistinnen Witten-Ruhr und Tierfreunde Witten bis zum Ukrainischen Kulturverein „Wolja e.V.“. Parallel waren indes Silvia Nolte und Karsten Zierdt an ihrem Stadtmarketing-Stand auch von Vertretern weiterer Gruppen angesprochen worden. Sie wollten sich den Markt der Initiativen erstmal anschauen und sich eventuell an der 2. Auflage be-

teiligen. „Es ist ein erstes kleines Pflänzchen“, erklärte Silvia Nolte den Status dieser Veranstaltung. Die Besucher setzten sich meist aus Wittenern zusammen, die auf den Weg zum Wochenmarkt oder in die Innenstadt eher zufällig über den Rathausplatz liefen und sich dabei den einen oder anderen Stand etwas genauer anschauten. Reiner und Olga hatten jedoch über eine ukrainische Facebook-Gruppe von der Veranstaltung erfahren und wollten jetzt mal schauen, „was hier los ist“.

Positive Resonanz bei Beteiligten und Gruppen

Über insgesamt gute Rückmeldungen in Form von Gesprächen und Kontakten freuten sich auch Shahad und Theresa von der Studenteninitiative „Future Doctors Network“. Ihre Gruppe ist bereits seit 2002 in Albanien tätig und möchte vor allem die praktische Ausbildung im Medizinstudium fördern. Durchgeführt werden deshalb Kurse wie Hygiene und Wundmanagement. Dabei wird Wissen und Können vermittelt, das in Albanien oft gebraucht wird. An diesem Samstag kamen sie unter anderem mit einem Arzt und einem Therapeuten ins Gespräch, die sich eine zukünftige Mitarbeit vorstellen könnten. Dass auch im Tier-Notfall auf den 300 Mitglieder großen Tierfreunde-Witten-Verein Verlass ist, erzählte Manuela Bohrisch an

einem kleinen Beispiel: Erst kürzlich konnten sie einen vierzehn Jahre alten Kater übernehmen, dessen Herrchen plötzlich gestorben war. Wer mochte, konnte am Tierfreunde-Stand auch selbstgemachte Marmelade und Liköre erhalten.

Einen gesundheitlichen Schwerpunkt setzte auch die Organisation AIAS. „Wir wollen Menschen über Blutkrebs aufklären und für das bis zum 60. Lebensjahr mögliche Typisieren anregen“, erläutert Laura (23) von der Universität Witten/Herdecke das Ziel von AIAS. „Unsere Aktion wird gut angenommen und wir kommen hier auf dem Rathausmarkt vor allem auch mal außerhalb der Uni gut ins Gespräch.“

Internationales Flair verbreitete die Gruppe „Esreba“, die afrikanische Speisen an ihrem Stand anboten. Ihr Ziel ist die Förderung von Begegnungen mit Afrika. Dazu vermitteln westafrikanische Frauen auch, wie ihre Vorfahren gekocht haben und stellen die kleinen Kochkurse in einen eigenen Youtube-Channel ein. Außerdem, so Rahima Bawa, laufen Überlegungen, ein eigenes Lokal in Witten zu eröffnen. Leerstände gibt es mit Sicherheit genug.

„Man muss Dingen eine Chance geben, der Anfang ist gemacht“, freute sich Silvia Nolte über die Auftaktveranstaltung, aus der sich so viel mehr entwickeln kann. dx

Testzentrum geschlossen



Bildquelle: DRK Witten

weiterhin von großer Bedeutung, auch in Gesprächen mit Gesundheitsbehörden und dem Kreis ist man sich einig, dass die bisherige Teststrategie eine Erfolgsstory ist.“

Die Inzidenzen in NRW und auch bundesweit sprechen dafür, dass das Testgeschehen auch zukünftig bedeutsam ist. Die Testverordnung für die Bürgertestungen lief jedoch im Juni aus.

„Unser Testzentrum ist ein wichtiger und verlässlicher Bestandteil in der Bekämpfung der Corona-Pandemie gewesen. Besonderer Dank gilt hier unseren Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen. Sie haben über die vergangenen Monate unermüdlichen Einsatz gezeigt und ihre eigene Gesundheit einem erhöhten Risiko ausgesetzt, um uns alle besser zu schützen“, so Lindinger weiter. Das belegen die auch ausnahmslos sehr guten Kundenbewertungen des DRK-Testzentrums auf Google.

Beruhigend zu wissen: Sollte die Situation im Herbst oder Winter wieder vermehrte Tests notwendig machen, kann der DRK-Kreisverband erneut schnell und zuverlässig für die Sicherheit der Wittener Bürger*innen zur Stelle sein, versichert Lindinger: „Wir haben das Material, das Know-how und die Räumlichkeiten, um die Teststation innerhalb kürzester Zeit wieder in Betrieb zu nehmen.“ Dennoch hofft die Geschäftsführerin von ganzem Herzen, dass dies nicht mehr notwendig sein wird.

Enjoy English: learn and travel Neues von der Ev. Erwachsenenbildung

Englisch für Anfänger mit geringen Vorkenntnissen – Enjoy English: learn and travel. Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmende, die bereits in früheren Jahren Erfahrungen mit der englischen Sprache gemacht haben und diese nun wieder auffrischen wollen.

Wir verwenden das Lehrbuch „Great! A1. Englisch für Erwachsene“ (Klett Verlag, bitte die erste Ausgabe mit den beigefügten CDs besorgen, es gibt sie auch im Internet), wobei sich die Auswahl der Aktivitäten und das Lerntempo an den Wünschen und Bedürfnissen der Kursteilnehmenden orientieren.

Nach mindestens einem Jahr Kursarbeit und wenn es die Situation erlaubt, wollen wir in der Lerngruppe eine ca. siebentägige Reise nach London und zu ausgewählten Zielen an der englischen Südküste unternehmen, um unsere neu aufgefrischten Sprachkenntnisse vor Ort zu festigen.

8 x donnerstags, 11. August bis 29. September von 16.00 bis 17.30 Uhr. Ort: FreiRaum Annen, Westfeldstraße 80, 58453 Witten

Und hier eine kurze Übersicht über die geplanten PC- und Handy-Kurse direkt nach den Sommerferien: Smartphone-Einführungskurs am 9. und 16. August von 18 bis 21 Uhr. iPhone-Einführungskurs am 10. und 17. August von 10 bis 13 Uhr. Beratungstag für die Kursauswahl am Dienstag, 6. September von 13.00 bis 13.30 Uhr. Office-Kurs mit Bildungsurlaub ab Mittwoch, 7. September von 8.30 bis 13.30 Uhr. Tablet-Einführungskurs am 8. und 15. September von 16 bis 19 Uhr.

Es gibt noch freie Plätze für alle Veranstaltungen, gerne können Sie sich bei Petra Syring, Ev. Erwachsenenbildung unter der Telefonnummer 02302-589-197 oder per Mail unter syring@kirche-hawi.de informieren oder anmelden.



Was alles zum Schutz vor Cyber-Mobbing und beispielsweise Phishing (Weitergabe persönlicher Daten an Unberechtigte) helfen kann, sowie Wissenswertes über Datenschutz, erfuhren die rund zehn Teilnehmer im Laufe des Workshops.

Sicherheit im Netz

Einen interessanten Workshop für Jugendliche und Eltern über die Sicherheit im Netz bot das Kulturforum Witten Mitte Juni an. In einem zweistündigen Workshop vermittelte Medienpädagogin Ines Bartelheimer Grundlagen und gab Impulse, wie digitale Chancen genutzt und dabei Risiken vermieden werden können.

Die Informationen der Dozentin beeindruckten. So werden je Sekunde 1,6 Mio. \$ im Online-Handel umgesetzt, 69 Mio. Nachrichten verschickt und 695.000 Stories über Instagram gepostet. Fazit: offensichtlich können die Menschen nicht mehr ohne die digitale Welt auskommen. Gerade in Zeiten von Corona haben sich die Zeit, die die Menschen im Internet verbringen und somit die damit verbundenen Gefahren sogar noch erhöht. Andererseits: was wäre gewesen, wenn Corona zehn Jahre früher gekommen wäre und Internethandel und Homeoffices noch nicht so selbstverständlich gewesen wären wie heute? Die Bremswirkung für Mensch und Wirtschaft wäre erheblich gewesen.

Trotzdem, so die Dozentin, müssen die teils bedrohlichen Nebeneffekte des Internets sehr sorgsam betrachtet werden. Cyber-Mobbing, also Belästigungen, Bedrängungen und Bedrohungen von Menschen und Unternehmen im Internet, führen bei den Betroffenen nicht selten zu Selbstmordgedanken. Da verwundert es nicht, dass im Internet regelrechte Anleitungen zu „Hatespeech“ zu finden sind, um mit menschenverachtenden Aussagen beispielsweise auf Hautfarbe, Herkunft, Sexualität und Religion abzu zielen. Versteckt in der Anonymität oder auch ganz offen mit Klarnamen folgen Hatespecher oft den Veröffentlichungen von Prominenten, „um jedesmal neu draufzuhauen“, so Ines Bartelheimer. Bekannt ist dafür u. a. der Kochbuchautor Attila Hildmann. Seine Kochrezepte sind bewusst in der Bibliothek Witten zu finden, erklärte Institutsleiterin Christine Wolf.



Erstmals nach zwei Jahren Coronapause nahm BloW, das Blasorchester Witten, seine Besucher bei einem Sommerkonzert im Saalbau wieder auf eine musikalische Reise. Nach der Pause konnte auch das Nachwuchsorchester eine gelungene Premiere feiern. dx

Termine im Rathaus: Anmeldeterminals in Betrieb

Sie sehen ein bisschen aus wie Redepulte, aber oben auf der schrägen Fläche ist ein Bildschirm und darunter ein Scanner für QR-Codes: Die Rede ist von den Anmeldeterminals im Wittener Rathausforum. Wer online bei der Bürgerberatung oder dem Standesamt einen Termin gebucht hat, kann dort voll digital sagen: „Ich bin jetzt da!“

Anmeldung mit QR-Code oder Nummer

Diese Anmeldung geht auf zwei Wegen. Auf der Bestätigungsmail, die die Bürger*innen nach ihrer Online-Terminbuchung (hier) erhalten, ist ein QR-Code und eine Nummer angegeben. An den Terminals können sie nun den QR-Code scannen oder auf dem Bildschirm die Nummer eingeben.

Die zuständige Sachbearbeitung bekommt dann direkt die Information, dass der / die Bürger*in

angekommen ist. Wer einen Termin in der Bürgerberatung hat, bekommt dann eine Aufrufnummer. Über die Bildschirme an der Wand erfahren die Bürger*innen, wenn sie dran sind und zu welchem Schalter sie gehen müssen.

Ein wenig anders läuft es im Standesamt. Dafür ist der Wartebereich auf der ersten Ebene (links von der Wartebühne die Treppe rauf). Die Mitarbeitenden des Standesamts holen die Bürgerinnen und Bürger dort persönlich ab.

Falls doch etwas schiefgehen sollte, sollten sich die Bürger*innen direkt an die/den zuständige*n Sachbearbeiter*in wenden. Bei Terminen in der Bürgerberatung natürlich weiterhin an die netten Kolleg*innen an der Infotheke.

Weitere Ämter sollen folgen

In den nächsten Wochen sollen weitere Ämter an das System angeschlossen werden. Auch das bisher noch versteckt liegende Wand-Terminal am Eingang Wideystraße (derzeit noch geschlossen) kann dann genutzt werden. Wenn es so weit ist, wird es natürlich eine weitere Information geben.

Image

Nächster Erscheinungstermin:

Montag,
8.8.2022

Anzeigenschluss:
Mittwoch, 20.7.2022



Aua: Große Brennnessel ist Heilpflanze des Jahres

Beinahe jeder Mensch hatte schon eine unliebsame Begegnung mit einer Brennnessel. Vielfach als lästiges Unkraut abgetan, trägt sie für 2022 den Titel „Heilpflanze des Jahres“ – zurecht. Dass diese alteingesessene Heilpflanze so überaus häufig vorkommt, verdankt sie den Menschen. Da, wo an Waldrändern und in Straßengräben – natürlich illegal - Gartenabfälle abgelagert werden, greifen wir in die vorhandene Natur ein und bereiten den Boden für noch mehr Brennnesseln, zu Lasten der ursprünglichen weniger konkurrenzstarken Vegetation. Intensive Bodendüngung und der Zuwachs an Stickstoff in unserer Luft sorgen darüber hinaus für überdüngte und damit brennnesselfreundliche Böden.

Speise, Faser und medizinischer Helfer

Bereits seit der Antike wird die Große Brennnessel als vielseitige Heilpflanze geschätzt. Im Mittelalter gehörte sie in Europa zu den bedeutendsten Heilpflanzen gegen rheumatische Erkrankungen und Asthma. Die Durchblutung schmerzhafter rheumatischer Körperteile

setzung ihres wissenschaftlichen Namens *Urtica dioica*, unter anderem wegen ihrer entwässernden Wirkung hochgeschätzt. Eingenommen als Tee oder Saft durchspült die Große Brennnessel die Harnwege gegen Keime und Bakterien und hilft so auch bei Nierenproblemen. Die Nachfrage nach Brennnessel-Heilpflanzen ist aktuell so groß, dass unser so brennnesselreiches Land noch etwa 1000 t jährlich importieren muss.

Vitaminspender im Salat

Junge Brennnesselblätter gelten, solange sie noch ohne Brennwirkung sind, auch aktuell wieder als gesundes und wohlschmeckendes Gemüse und im Salat als vitaminhaltige Zutat. Der Vitamingehalt ist deutlich höher als der eines Kopfsalates. Sogar Feinschmeckerlokale bieten mitunter gesunde und zugleich geschmackvolle Brennnesselsuppen an. Selbst die im August/September heranreifenden Samenkögelchen bereichern jeden Salatteller. Es kommt auf einen Versuch an!



förderten die Menschen damals mit einer „Urtikation“: Die betroffenen Stellen der Kranken wurden mit langen Brennnesselsträngen ausgepeitscht. So schlimm wie es sich anhört, diese Therapie war sehr oft sogar erfolgreich. Der Arzt Paracelsus verfeinerte vor etwa 500 Jahren die Behandlungsmethoden.

Wenn ältere Leute an die Notzeiten während des 2. Weltkriegs zurückdenken, dann gehört sicher das Brennnesselschneiden in den Straßengräben zu den wenigen positiven Erinnerungen. Die Mutter kochte daraus ein „Brennnesselgemüse“ - ein leckeres Essen, an dem sich die Leute mal richtig sattessen konnten.

Aus Brennnesselfasern haben unsere Vorfahren bis zur Einführung der billigeren Baumwolle hochwertiger und strapazierfähige Stoffe und stabile Stricke und Netze hergestellt. Gut, dass das alte Wissen um die Nesseltuchverarbeitung nicht völlig verloren gegangen ist, denn heute reagieren manche Menschen allergisch auf Baumwolltextilien. Deshalb werden wieder vermehrt Hanf-, Flachs- und Brennnesselpflanzen angebaut, um aus ihren Fasern allergiefreie Textilien herstellen zu können.

Heutzutage ist die „zweihäusige Brennende“, so die deutsche Über-

Warum brennt die Brennnessel?

Eine ganz leichte Berührung der menschlichen Haut mit einer Brennnessel reicht, damit die an den Außenseiten der Blätter besetzten kleinen spitzen Stacheln brechen und ihr Gift in und über die Haut ergießen. Die Folge: unangenehm juckende Quaddeln. Spuke soll helfen - auch, Breitwegerich auf die Stelle zu reiben. Die Brennnessel schützt sich so vor Fressfeinden und Menschen, die sie pflücken wollen. Manche Tieren, wie Schmetterlinge zum Beispiel, kann das Gift nichts anhaben, weshalb sie ihre Eier bevorzugt unter die Blätter ablegen. Nach dem Schlüpfen fressen die Raupen die Blätter, jedoch nur so viel, dass sie der Pflanze nicht schaden. Darüber hinaus liefern diese Tierarten oft die notwendige eiweißhaltige Nahrung für die Brut unserer Singvögel. Mehr als 150 heimische Tierarten sind direkt von ihr abhängig. Auf auffallend „schöne“ Blüten, die Insekten anlocken sollen, verzichten Brennnesseln indes ganz. Sie setzen voll auf Windkraft.

Tag der offenen Gartentür

Die Gartentür der Naturschutzgruppe Witten (NaWit) stand wieder weit auf, damit Besucher einen Blick in den mit viel Arbeit und Herzblut gestalteten Naturgarten werfen konnten. Allein das gute Wetter am bis dahin heißesten Tag des Jahres verhinderte einen großen Besucherzuspruch.

Er liegt schon etwas versteckt: Ein Weg vom Besucherparkplatz Nachtigallstraße in Witten-Bommern, vorbei am Gruben- und Feldbahnmuseum Zeche Theresia führt in Richtung Zeche Nachtigall zum über 1000 qm großen NaWit-Garten. Den Weg nehmen auch viele Spaziergänger und Wanderer und schauen für gewöhnlich gerne mal bei der NaWit-Gruppe vorbei. Am Veranstaltungstag, 18. Mai, war es vielen zu heiß für einen Spaziergang, vermutete Susanne Sinzig. Sie ist maßgeblich seit Beginn 2013 an der Umgestaltung der damaligen Rasenfläche beteiligt und die gute Seele im Garten.

Beim Blick hinter den Gartenzaun neun Jahre später kann der Besucher nun eine Anlage mit verschiedenen natürlichen Gestaltungselementen wie Wildkräuterbeete, Kleingewässer, Naturzäune, Trockenmauern und Vogelschutzhecken entdecken. Allein ein Totholz-Haufen mit Schnittgut und alten Ästen bietet Tieren wie Igel einen guten Unterschlupf, so der Tipp von Susanne Sinzig. Die Besucher konnten sich aber auch zeigen lassen, wie ein Bienenstock von Innen aussieht – und jede Menge Fragen stellen.

Mehrmals nachgefragt wurde die Anlage einer Wildblumenwiese, erzählte die NaWitlerin und führte gleich aus, dass es besser sei, ein Rasenstück komplett abzutragen. Die Sämereien gedeihen erst dann gut, wenn sie Bodenkontakt bekommen. Bei der Auswahl sei Wert auf heimisches Saatgut zu legen, da in vielen handelsüblichen Mischungen Sämereien von fremden Pflanzen enthalten seien, gab Birgit Eheses, Vorsitzende der Naturschutzgruppe Witten, zu bedenken. Die nicht-heimischen Pflanzen blühen zwar ein oder zwei Jahre lang schön, sind danach aber oft schnell wieder verschwunden und liefern bis dahin nur wenigen heimischen Insektenarten Nahrung. Heimische Pflanzen wie Acker-Witwenblume, Königskerze und Moschusmalve gedeihen und blühen dagegen sehr gut auch auf mageren Böden bei heißen Sommertemperaturen.



◀ Pinselkäfer kommen in Witten offensichtlich zunehmend häufiger vor. Sie legen ihre Eier in morsches Laubholz, wovon auch die Larven leben. Foto: NaWit N. Jöllenbeck



Bommerholzer Baumschulen

Der Sommer ist da!

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

Die Containerbaumschule mit Qualität und fachlicher Beratung!



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



...mehr als NUR Steine!



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

Natursteinbrüche  Bergisch Land

...für Haus und Garten

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

www.natursteinbrueche.de



DACH & GARTEN
DACH- UND GARTENBAU AM WALZWERK GMBH



Am Walzwerk 7 • 45527 Hattingen Fax 02324-9049863
Telefon Gartenbau 02324-6867956 www.dach-garten.de
Telefon Dachbau 02324-6869440 info@dach-garten.de

Flora und Fauna im Naturgarten

Wo Wildblumen und Kräuter sind, lassen sich auch meist viele Insekten wie Wildbienen und Schmetterlinge beobachten. Auch die längst im Naturgarten heimisch gewordenen Frösche, Eidechsen, Libellen und Vögel haben im NaWit-Garten ihren Lebensmittelpunkt gefunden. Wer gleich auch seinen Garten oder Balkon der Natur näher bringen wollte, konnte Nisthilfen für Vögel und Insekten oder auch Wildblumensamen mitnehmen. Das Angebot von Kaffee und Kuchen oder einem Glas Wittener Streuobstwiesen-Apfelsaft rundete einen Besuch ab.

Foto links: Birgit Eheses und Susanne Sinzig öffneten den Naturgarten der NaWit für Besucher und halfen mit Erklärungen und Ratschlägen. Foto: M. Dix

Zum Verein

Der gemeinnützige Verein Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station e. V. (NaWit) wurde im November 1979 gegründet, finanziert sich durch Spenden, Projekt-Fördermittel und aus dem Verkauf von Apfelsaft aus Wittener Streuobstwiesen. Das Grundstück ihres Naturgartens war zuvor ein Eisenbahner- und Schrebergarten. Die NaWit pachtet es seit 2013 im Rahmen einer Kooperation mit dem LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall vom Landschaftsverband Westfalen-Lippe im Wittener Ruhrtal.

Freiwillige Mitglieder, die sich z. B. im Naturgarten oder in Geländegruppe bei der Mahd von Naturwiesen engagieren, sind ebenso willkommen wie Fördermitglieder. Kontakt über biostation@nawit.de.



Die besten Jobs
in der Schulbegleitung
gib es nur
bei der SAB.Ruhr!



Jetzt informieren

www.sab.jobs



sab.ruhr

10 % Gutscheine
*gültig für deinen nächsten Einkauf vom 7.7. bis zum 3.8.22

INTERSPORT im UG
GUEVENC

Stadt Galerie Witten

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

Elektromobilcenter Witten
Mobilität im Alter

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

Kostenlose Probefahrt vor Ort möglich!

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

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

Termine WERK°STADT WITTEN

Mannemannstraße 6, 58455 Witten

So. 10.7. – Mi. 20.7. 20 Uhr



Spaces – Ein Kultur Blinddate

An welchem Veranstaltungsort in Witten das Blind Date stattfindet, wird den Besucherinnen und Besuchern am Veranstaltungstag per Mail mitgeteilt. Was sie dort letztendlich erwartet, erfahren sie jedoch erst vor Ort. Ob Konzert oder Performance, Theater oder Lesung – alles ist möglich. Ein Blind Date eben, bei dem das Erlebnis und das Entdecken von Kultur im Vordergrund steht. Tickets für je 5,00 € sind über <https://perto.reservix.de/veranstaltungenkalender?q=Kultur+Blind+date> erhältlich.

Sa. 16.7. 14 Uhr

queer*feministisches sommerfest

In Kooperation mit dem FEM!-Projekt der Werk°Stadt organisiert die „FemGrrr Witten“ das Fest. Es wird im Außenbereich des Cafés Treff° Stände zum Werken, Lesen und Diskutieren und ein kleines Spoken Word-Programm geben. Mit dem „queer*feministischen sommerfest“ möchten die Initiatorinnen einen Raum schaffen, der dazu einlädt, zu entspannen, aber auch kreativ zu werden. Abends werden die Besucher*innen durch eine KüfA (Küche für Alle) verköstigt. Ab 18 Uhr beginnt dann ein Konzertprogramm. Im Treff° treten Rapper*innen, Sänger*innen und DJs auf. Das Fest ist offen für alle. Ein Awareness-Team wird vor Ort sein. Eintritt frei.

Di. 19.7. – Fr. 22.7. 21.30 Uhr



Fahrradkino

Die WERK°STADT lädt in Kooperation mit dem Unikat e.V. wieder zum gemeinsamen, kostenlosen Open-Air-Kinoerlebnis vor die WERK°STADT Witten ein. Das Grundkonzept gilt auch für dieses Jahr: gute Filme, feste Sitzplätze und einen Raum für Kultur und Begegnung schaffen. Für Getränke und Brezel ist ebenfalls gesorgt, und falls es regnen sollte, zieht das Fahrradkino in die WERK°STADT um. Nach der Eröffnung am Dienstag steht der Fahrradkino-Mittwoch in diesem Jahr unter dem Motto: „FEM! kultur.feministisch“. Die Filmauswahl setzt starke Finta*-Rollen und ihre individuellen Herausforderungen und Perspektiven in den Mittelpunkt. Am Donnerstag erstrahlt das Fahrradkino in Regenbogenfarben, wenn die Queer*Stadt die Regie übernimmt. Freut euch auf einen Film mit queeren Protagonist*innen und Themen. Die Auswahl für den Abschlussfilm am 22. Juli hat das Unikat übernommen.

Sa. 23.7. 18 Uhr

Metal for Mercy – On Stage

Beim Konzert im Café Treff° stehen gleich vier Bands auf der Bühne: SemiWasted (Alternative Rock), Anger (Thrash Metal/Rock'n'Roll), Mad Dillon's Deputies (Rock/Hardrock/ Metal) und Redefined (Metal/Post-Hardcore). Der Eintritt an der Abendkasse beträgt 5,00 Euro.

Fr. 29.7. 17 Uhr

+ Sa. 30.7. 16 Uhr
FLATMADE Festival

Stilltalk © DavidSchweikarts



1 Ticket, 2 Tage, 9 Acts Live und Open Air. Neun besondere Off-Pop-Acts aus ganz Deutschland konnten für das Festival gewonnen werden. Das Festival ist spielerisch, liebevoll, gut gelaunt und etwas Einzigartiges in Witten. Auf dem Werkstadtgelände steht wieder die große Open Air-Bühne. Mit Liegestühlen, Sandkasten und Drinks sowie mit einem Street-Food-Angebot und dem Kulturkiosk des „Heimlich Laut Kollektivs“, deren künstlerische Bespielung des Saalbaus im Kultursommer 2021 den Wittener*innen noch gut im Gedächtnis geblieben sein dürfte, entsteht rund um die Bühne ein atmosphärisch stimmiges Festivalgelände. Auf der Bühne stehen: Karmakind (Bochum), Blurry Future (Hamburg), Negisa (Köln), Salomea (Köln), Illia (Ukraine/Berlin), Mahendra (Berlin), Tigrez Punch (Bielefeld), Still Talk (Köln) und Zouj (Leipzig). Tickets kosten 15 € im VVK zzgl. Gebühren und sind für beide Tage gültig.



Tigrez Punch © TimmanSaanus

So. 31.7. 18 Uhr

Metal for Mercy – Open Air

Diesmal auf der Open-Air-Bühne vor dem Treff°. Auf der Bühne stehen „Decaptacon“ (Melodic Death Metal), „Custard“ (Power Metal), „Relate“ (Electronic Rock/Synthpop) und „Alunite“ (Alternative Rock/Metal) auf der Bühne. Der Eintritt beträgt 5,00 € an der Abendkasse.

Termine Treff°

Mi. 13.7. 16 – 21 Uhr

MitMachMittwoch – Urban Gardening

Ob beim Urban Gardening, Do it Yourself oder dem Umbau des Außenbereichs, mittwochs packen im Jugendcafé Treff° alle mit an! Beim Urban Gardening können sich junge Menschen zwischen 13 und 27 Jahren um den Treff°-Garten kümmern, Blumen pflanzen, Unkraut jäten und Gemüse anbauen. Teilnahme und evtl. benötigte Materialien sind grundsätzlich kostenfrei! Beginn ist 16 Uhr. Gefördert von MKFFI, LKD.

Do. 14.7. 16 – 21 Uhr

Kochwerk

Jeden Donnerstag wird im Jugendcafé Treff° gemeinsam mit dem Treff°-Team etwas Leckeres gekocht. Dadurch können junge Menschen zwischen 13 und 27 Jahren unterschiedliche Gerichte und deren Zubereitung kennenlernen. Gemeinsam wird ein Gericht ausgesucht, eingekauft, gekocht und dann natürlich auch zusammen gegessen. Immer donnerstags ab 16 Uhr. Teilnahme und Material sind kostenlos!

Fr. 15.7. 16 – 21 Uhr

Best Place – Sketch Day

Termine Zeche Nachtigall Witten

Nachtigallstraße 35, 58452 Witten, Tel. 02302/93664-10

Sa. 9.7. 15.00 – 17.00 Uhr

Zechen-Safari

Hummel, Käfer, Schmetterling – Entdeckungen auf der wilden Wiese. Mitmachprogramm für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre, 3 Euro plus Eintritt.

Sa. 9.7. 15.00 – 17.00 Uhr

Die Schätze des Hettbergs

Offene Geocaching-Tour für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahre, 2 Euro plus Eintritt, Anmeldung erforderlich.

So. 10.7. 11.00 – 18.00 Uhr

Schmiedevorführung mit Mitmachaktion

Interessierte Besucher*innen dürfen sich

Sprayen, Zeichnen, Scribbeln – und noch mehr! Beim „Sketch Day“ können Jugendliche nach Lust und Laune mit Dosen, Stiften und Markern auf Papier, Holz und alten Vinylplatten austoben. Wenn gewünscht, steht ihnen ein Team mit Tipps und Techniken zur Seite. Und für alle, die mehr Lust auf Musik haben, gibt es zudem einen DJ-Workshop mit Gin Bali. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, das Ganze ist kostenlos und für alle ab 14 Jahren. Ein Angebot im Rahmen des Projekts PLATTE in Kooperation mit der Stadt Witten / Jugendkulturarbeit und Streetwork, gefördert vom Kulturforum Witten und den Stadtwerken Witten.

So. 17.7. 16 – 21 Uhr

Kreativ Treff° - Fimo

Beim Kreativ Treff° sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. In wechselnden Workshops können junge Menschen zwischen 13 und 27 Jahren kreative Techniken direkt von Profis lernen und ihre eigenen Kunstwerke gestalten. Aber auch eigene Wünsche und Projekte dürfen hier umgesetzt werden. Im Kreativfundus sind Materialien wie Modelliermasse, Acrylfarbe, Aquarellfarbe, Fimo, Brushpens und viele mehr vorhanden. Gefördert aus Mitteln des Kinder- und Jugendförderplans des Landes NRW. Teilnahme und Material kostenlos.

PLATTE Teilnahme kostenlos!

Du willst deinen eigenen Podcast produzieren, schauspielern, ein Musikvideo drehen, ein Game programmieren, ein Festival organisieren – oder was ganz anderes? PLATTE ist dein space, wenn du zwischen 14 und 27 bist und in Witten Kultur gestalten willst. Das geht auch ganz ohne Vorkenntnisse! Such dir auf www.deineplatte.de deinen Workshop aus und probiere mit uns Neues – oder werde stärker in dem, was du liebst. Nichts für dich dabei? Dann sag uns auf Insta @deineplatte, was du willst!

Das Jugendcafé macht eine Sommerpause und bleibt vom 18.7. bis zum 9.8. geschlossen!

unter Anleitung auch selbst am Kohlenfeuer ausprobieren und kunstvolle Schmiedestücke anfertigen.

Sa. 16.7. 11.00 – 16.30 Uhr

Hauerschicht

Bergbau intensiv erleben im Besucherbergwerk Nachtigall für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren, 35 Euro inkl. Eintritt und Imbiss, Anmeldung erforderlich bis 13.7.

Sa. 30.7. 15.00 – 17.30 Uhr

Kohlezeit

Wurzeln, Wachstum und Wandel im Ruhr-tal. Expedition durch den Nachtigallstollen ins Muttental und an die Ruhr. Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre, 10 Euro inkl. Eintritt.

Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.

Weitere Termine z.B. unter:

www.lwl.org

www.werk-stadt.com



15. – 17. Juli
Street Food Festival
im Lutherpark



23. Juli
Tafelmusik
in der Wittener Innenstadt



29. – 31. Juli
Sommergarten
auf dem Rathausplatz

Weitere Informationen unter:
www.stadtmarketing-witten.de



LWL-Industriemuseum

Hattingen | Witten

Natur erleben
im Industriemuseum

Henrichshütte Hattingen und Zeche Nachtigall

lwl-industriemuseum.de





Smart durch den Sommer im Dachgeschoss

Mit Hitzeschutzlösungen die sommerliche Wärme intelligent fernhalten

Damit die Temperaturen unter dem Dach auch an heißen Sommertagen angenehm bleiben, ist ein guter Schutz der Dachfenster vor direkter Sonneneinstrahlung wichtig. Das gelingt am besten, wenn die Fenster von außen geschützt und die energiereichen Strahlen der Sonne gestoppt werden, bevor sie auf die Scheiben treffen.

Für jedes Zimmer der passende Hitzeschutz

Räume wie das Arbeitszimmer, in denen Tageslicht essenziell wichtig ist, profitieren von speziellen Tageslichtmarkisen. Deren Gewebe hält die Hitze zurück, lässt das Licht aber durch. Zudem bleibt der Ausblick durch das Dachfenster erhalten. Diese Markisen gibt es beispielsweise vom Dachfensterhersteller Velux. Besonders für das Schlafzimmer wiederum eignen sich verdunkelnde Hitzeschutzmarkisen oder Rollläden. Letztere bieten einen Rundumschutz für das ganze Jahr. Neben optimaler Verdunkelung und Hitzeschutz dämpfen sie Lärm von außen und vermindern in der kalten Jahreszeit den Wärmeverlust nach draußen.

Smarter Schutz und individuelle Steuerung

Besonders komfortabel gelingt der Schutz vor Hitze im Dachgeschoss durch den Einsatz von Smart-Home-Systemen wie Velux Active. Eine Lösung, die speziell für elektrisch- und solarbetriebene Dachfenster, Rollläden und Hitzeschutzprodukte konzipiert wurde. Intelligente Sensoren überwachen Temperatur, Luftfeuchtigkeit und CO₂-Konzentration im Raum und steuern unter Berücksichtigung aktueller Wetterdaten Dachfenster und Zubehör automatisch. Mehr Infos gibt es unter www.velux.de. Der Hitzeschutz fährt von selbst aus, bevor es heiß wird und schützt das Dachgeschoss vor Überhitzung. Zudem lässt sich das System über einen Abwesenheitsschalter deaktivieren und auch individuell über das Smartphone steuern. Die Nachrüstung ist einfach, Hilfe vom Handwerksbetrieb nicht nötig.

ration im Raum und steuern unter Berücksichtigung aktueller Wetterdaten Dachfenster und Zubehör automatisch. Mehr Infos gibt es unter www.velux.de. Der Hitzeschutz fährt von selbst aus, bevor es heiß wird und schützt das Dachgeschoss vor Überhitzung. Zudem lässt sich das System über einen Abwesenheitsschalter deaktivieren und auch individuell über das Smartphone steuern. Die Nachrüstung ist einfach, Hilfe vom Handwerksbetrieb nicht nötig.

Ein Fingertipp aufs Handy reicht

Wer die Steuerung nicht aus der Hand geben will, findet in dem Zubehör App-Control die passende Alternative, mit der sich Rollläden, Sonnenschutz und Dachfenster per Fingertipp aufs Handy steuern lassen – und das sogar, wenn man gar nicht zu Hause ist. Wer sich also im Sommer abends vom Arbeitsplatz auf den Heimweg begibt, kann per Smartphone schon einmal die Dachfenster öffnen und findet beim Heimkommen eine durch die frische Abendluft angenehm temperierte Wohnung vor. Zusätzlich sind individuelle Programmierungen möglich, mit denen sich die Rollläden beispielsweise zu einem bestimmten Zeitpunkt automatisch öffnen. *djd*

Foto: Wer die energiereichen Sonnenstrahlen mit einer Hitzeschutzmarkise stoppt, bevor sie auf die Fensterscheiben treffen, kann sich auch im Sommer über angenehme Temperaturen im Dachgeschoss freuen.

Foto: djd/Velux

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



Stadtwerke testen Leitungen

Belastungsmessungen im Trinkwasserrohrnetz führen die Stadtwerke Witten durch. Dadurch wird die technische Leistungsfähigkeit des Leitungssystems im kompletten Stadtgebiet überprüft. Die Messdaten bilden die Grundlage für eine sichere Trinkwasserversorgung und die zukünftige Planung des Rohrsystems.

Höhere Versorgungssicherheit bei der Trinkwasserversorgung

Für die Messung werden die Rohre unter Normalbedingungen als auch unter Stresssituationen getestet. Dafür werden an den Messpunkten die dort vorhandenen Hydranten für jeweils 15 Minuten vollständig geöffnet. Zur Absicherung werden an jedem Messpunkt für die Zeit der Messung drei Stadtwerke-Mitarbeiter vor Ort sein. Die erste Messung fand am 27./28. Juni statt. Die zweite Messung wird in den innenstadtnahen Bereichen am 13./14. Juli 2022 durchgeführt. Insgesamt werden die Stadtwerke 180 Messpunkte installieren.

Durch die kurzfristig hohe Belastung der Leitungen muss für die Kunden mit Druckschwankungen während der Messungen gerechnet werden. Weiterhin können unter Umständen Trübungen des Wassers auftreten. Üblicherweise sind diese Trübungen nur von kurzer Dauer. Das Wasser aus den Hydranten wird in die Kanalisation geleitet. Dabei kann es vorkommen, dass das Wasser über die jeweilige Straße fließt. Die Stadtwerke erwarten keine Beeinträchtigung des Straßenverkehrs.

Zur Durchführung der Maßnahme ist es nicht erforderlich, dass Mitarbeiter der Stadtwerke Witten Häuser betreten.

Für Kundenanfragen steht die Entstörungsstelle – wie gewohnt – unter der Telefonnummer 02302 9173-653 zur Verfügung.

Stuckateurbetrieb H.-J. von Orlikowski

- | Wärmedämmung
- | Außen- und Innenputze
- | Trockenbau
- | Sanierung von Altfassaden
- | Reparaturarbeiten
- | Fliesen- und Natursteinverlegung



An der Bömmerdelle 3 • 44892 Bochum
Tel. 02 34/3 61 84 33 • Fax 02 34/3 61 84 32
Mobil 01 75/5 68 12 39 • E-Mail: hjvorli@aol.com

Benking & Gibis GmbH

Elektro Benking & Gibis GmbH
Wittener Bruch 43 • 58453 Witten
Telefon 023 02/8 49 50
Telefax 023 02/91 28 64
info@elektro-benking-gibis.de

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

WIR SIND DIE EXPERTEN FÜR ALLES, WAS GEKÜHLT WERDEN MUSS



- ❄ KÜHL
- ❄ KALT
- ❄ KÄLTER

Besuchen Sie unsere neue Ausstellung!



Ardeystraße 70 a | 58452 Witten | Tel.: 0 23 02 - 1 80 08
info@kaelte-schrader.de | www.kaelte-schrader.de

Stähli und Schuler stellen im märkischen Museum aus

Kunsthans erwarten zwei neue interessante Ausstellungen

Kunsthanshaber*innen können mittwochs bis sonntags von 12 bis 18 Uhr die Werke des Bildhauers Alf Schuler und der Malerin Susanne Stähli genießen: im Märkischen Museum, Husemannstraße 12. Eintritt: Kostenlos kommt man dort auf seine Kosten!

„Zusammenhängend“

Das Märkische Museum Witten präsentiert eine Einzelausstellung des Bildhauers Alf Schuler (*1945 in Berchtesgaden). Die Ausstellung „Zusammenhängend“ verschafft durch zentrale Werke und Installationen einen konzentrierten Blick auf sein zeitloses künstlerisches Schaffen. Die Grundlage von Schulers künstlerischer Arbeit bildet die Auseinandersetzung mit physikalischen Phänomenen. Aus industriell gefertigten Materialien schafft er raumgreifende, geo- und stereometrische Installationen, Skulpturen und Wandarbeiten. Es sind teilweise fragile Konstellationen, die er mit Hilfe von Stahlbändern, Eisenrohren, Seilen und Schnüren konzentriert erschafft. Ein Alleinstellungsmerkmal und tragender Gedanke in seiner Arbeit ist die Herausstellung von Dualität. Seine Werke können tatsächlich nur durch eine disziplinierte Austarierung von Materialien miteinander entstehen. Dieser Prozess und die fragile Abhängigkeit der Elemente sind im fertigen Werk sichtbar und leben von der Gegensätzlichkeit, die einander braucht. Schuler verfolgt in seinem Schaffen einen konkret-minimalistischen Ansatz, der konsequent auf grundlegende wissenschaftliche Erkenntnisse für das

künstlerische Arbeiten verweist. Linie, Fläche, Form, Farbe, Rhythmus und Progression sind Akteure im Kunstwerk und werden Ausdruck des menschlichen Denkens. Alf Schuler: „Zusammenhängend“ ist bis 25. September zu sehen

„Upside-down“

Die Malerin Susanne Stähli (*1959 in München) ist neben ihrer Malerei auch für ihre sinnlichen Farb- und Lichtinstallationen bekannt: Fenster und lichtdurchflutete Architekturen sind die Träger ihrer farbanalytischen und Atmosphäre stiftenden Arbeiten. Für das Märkische Museum hat die in Witten lebende Künstlerin eine begehbare Farbinstallation erschaffen: „upside-down“ ist der bezeichnende Titel für das Werk mit dieser Geschichte: 2019 wurde ein Aufzug im Sammlungsbereich des Märkischen Museums eingebaut. Dieser funktionale Körper im Raum interessierte die Künstlerin und wurde für ein Farbinstallationskonzept auserkoren, um den besonderen skulpturalen Charakter des Aufzuges hervorzuheben. Umgekehrt treppenartig sind farbige Folien von außen an den Körper angebracht. Durch die Überschneidung der Folien sind – je nach Blick und Perspektive des Standortes – unterschiedliche Farbeffekte zu erkennen. Die Farben Rot, Orange und Violett transportieren Aktivität, Dynamik und Bewegung. Die „Skulptur“ scheint zu schwingen. Eingeladen zu „upside-down“ sind die Besucher*innen des Museums bis April 2023.



Fotos: Stadt Witten, J.Fruck

Müssen Frauen echt öfter „müssen“ und gehen nie allein?

Die stillen Örtchen sind manchmal gar nicht so still – lange Warteschlangen gibt's nur bei Frauen

Mindestens die eine Hälfte der Menschheit kennt das Problem: Wenn Frauen „müssen“, müssen sie sich im Vorfeld ihre Gedanken machen. Zumindest in unserer zivilisierten Welt ist der Gang zum stillen Örtchen nicht selten eine Herausforderung. Für Frauen gibt es immer zu wenige Rückzugsmöglichkeiten, dorthin zu gehen, wohin auch Kaiser und König allein gingen. Und die Warteschlange ist nicht selten beträchtlich, sodass eine ausreichende Zeitperspektive für den Druck auf die Blase eingeplant sein will.



Doch warum sind die Warteschlangen bei den Damen immer so lang? Liegt es vielleicht daran, dass Frauen einfach öfters „müssen“? Und... allein zum Klo gehen? Also ich kenne doch ziemlich viele, die zumindest bei Veranstaltungen die Frage der Frauen stellen, wenn sie sich auf den Weg machen wollen: Ich muss mal wohin. Kommst du mit dahin? Also, zunächst einmal zur Häufigkeit: Zumindest theoretisch müssen Frauen öfter auf die Toilette, weil sie eine kleinere Blasenkapazität haben als Männer. Bei Frauen liegt die Kapazität um 400 Milliliter und bei Männern um 500 Milliliter. Natürlich gibt es aber viele weitere Faktoren: das Alter spielt eine Rolle und bei der Frau auch die Hormone. Bei Männern ist es im Alter die Prostata. Manchmal sind es auch Angewohnheiten, die den Toilettengang scheinbar notwendig machen. Als Frauen haben wir die Angewohnheit, vor dem Verlassen des Hauses noch mal die Toilette zu besuchen, weil wir zum Beispiel öffentliche Toiletten vermeiden wollen. Sind ja auch meistens nicht so schön und

jede Frau kennt das Trainieren der Oberschenkel, um zumindest die Sitzflächen des öffentlichen Örtchens weitläufig zu vermeiden. Natürlich ist auch entscheidend, wieviel und welche Flüssigkeit man zu sich nimmt. Das gilt aber für alle Geschlechter – Bier ist genauso harntreibend wie Kaffee. Auch Medikamente (sogenannte „Wassertabletten“) wirken harntreibend.

Kommen wir zum Mythos des kollektiven weiblichen Klogangs. Dieses immer wieder zu beobachtende Phänomen hat nichts mit gleichzeitigem Müssen zu tun. Im Gegenteil. Manchmal muss die eine Person gar nicht, geht aber aus Solidarität mit. Und das wiederum hängt mit der Situation zusammen: Da ist eine Veranstaltung, auf der ich nicht alleine sein will, wenn die Freundin zur Toilette spaziert. Da ist mit einer Mega-Warteschlange zu rechnen und ich habe eher Lust darauf, jemandem zum Unterhalten dabei zu haben.

Das Wichtigste ist aber: Mädchen werden früh sozialisiert, nicht allein unterwegs zu sein: Geh nie alleine irgendwo hin! Lass dein Getränk nicht aus dem Blick! Sage immer, wohin du gehst! Der Klassiker, den die Erwachsenen – oft die Erziehungsberechtigten – aus Sorge dem Nachwuchs immer wieder einbläuen. Und was das kleine Mädchen gelernt hat, wird eben auch als erwachsene Frau angewandt. Zudem kennen die meisten von ihnen irgendjemanden, dem tatsächlich etwas widerfahren ist – und sei es einfach nur ein unangenehmes Gefühl. Es schafft einfach Sicherheit, wenn die bekannte Freundin an der Seite ist. *anja*

Offene Vereinsmeisterschaften Weltrekord in Stendal

Kurz vor den Sommerferien fanden noch einmal Offene Vereinsmeisterschaften der DJK BW Annen statt, an denen 42 Kinder und 19 Erwachsene teilnahmen. Für die 6- bis 11-jährigen Schülerinnen und Schüler standen ein 50-m-Hindernislauf sowie Medizinballstoßen auf dem Programm – eher ungewöhnliche Disziplinen, die die Kinder aber an Hürdenlauf und Kugelstoßen heranführen sollen. Die Sieger im Hindernislauf (alle DJK): Mathilda Walter (W6), Tessa Cunow (W7), Valerie Oehmke (W8), Dana Pawlitza (W9), Mila Jerosch (W10), Rosa Habschick (W11), Lennard Brand (M6), Johann Rodewig (M7), Emir Uzuncelebi (M8), Jona Patrick Szczerba (M9), Mats Uhde (M10), Tristan Reckwitz (M11).

Die Sieger im Medizinballstoßen: Mathilda Walter (W6), Mila Bocklet (W7), Valerie Oehmke (W8), Emma Gebhardt (W9), Mila Jerosch (W10), Rebecca Oehmke (W11), Lennard Brand (M6), Felix Herforth (M7), Emir Uzuncelebi (M8), Jona Patrick Szczerba (M9), Aron Burkhardt (M10, SU Annen), Tristan Reckwitz (M11).

Bei den Erwachsenen wurden Jörg Rodewig (14,1 s) und Annika Wellenkötter (14,3 s) Vereinsmeister über die 100 m. Im Hochsprung gewannen Frauke Viebahn mit 1,36 m und Jörg Kranz mit 1,44 m. Im Diskuswurf gab es eine Wertung nach Altersklassen. Hier zeigten bei den Männern Jörg Kranz (M50) mit 28,40 m sowie bei den Frauen Monika Gebhardt (W45) ebenfalls mit 28,40 m sowie Christine Wenzel (W55) mit 25,80 m gute Leistungen. Hervorzuheben ist auch die Weite von 43,20 m, die Franziska Folz als Gast von der LG Olympia Dortmund in der Frauen Hauptklasse warf.



Jessica Beulmann, Frauke Viebahn, Tania Kranz

Bei widrigen Witterungsbedingungen mit Sturm, starkem Regen und Temperaturen um 12°C sprang Frauke Viebahn von der DJK BW Annen im Rahmen des Siebenkampfes beim 10. Stendaler Hanse-Cup 1,48 m hoch und stellte hiermit einen neuen Weltrekord in ihrer Altersklasse (W60) auf. Bei der gleichen Veranstaltung vor zwei Jahren hatte sie ihren eigenen deutschen Rekord auf 1,45 m verbessert. Dieses Mal – obwohl sie auch wieder zwei Jahre älter geworden ist – gelang ihr im dritten Versuch der gewaltige Sprung über 1,48 m. Damit verbesserte sie den seit 2010 bestehenden Rekord der Niederländerin Weia Reinboud um einen Zentimeter.

Aber auch der restliche Siebenkampf verlief – bis auf die letzte Disziplin – äußerst erfreulich. Im Lauf über 80 m Hürden konnte Viebahn ihre persönliche Bestleistung um 4/10 Sekunden auf 14,15 s verbessern, auch mit ihren anderen Ergebnissen war sie sehr zufrieden. Leider fehlte ihr für den abschließenden 800-m-Lauf die Kraft, sodass sie ihre Führung im Siebenkampf an die bis dahin Zweitplatzierte abgeben musste.

Neben Viebahn gingen auch ihre beiden Trainer Tania und Jörg Kranz sowie deren Tochter Jessica Beulmann an den Start. Für Tania Kranz (W50) und Jessica Beulmann (W30) verlief der Siebenkampf dem Wetter entsprechend sehr wechselhaft. Dennoch konnten sie sich gemeinsam mit Frauke über den 2. Platz in der Mannschaftswertung freuen. Im Zehnkampf der Senioren (M50) kam Jörg Kranz mit den Bedingungen nicht gut zurecht und musste sich mit einem 4. Platz zufrieden geben.

Seniorenmeisterschaften

Westfalenmeistertitel für Christine Wenzel

Die westfälischen Leichtathletik-Seniorenmeisterschaften fanden dieses Jahr in Reken statt, einzige Teilnehmerin aus Witten war Christine Wenzel (W55) von der DJK BW Annen.

Den Westfalenmeistertitel holte sie sich unangefochten im Kugelstoßen mit guten 11,70 m sowie im Hochsprung mit Saisonbestleistung von 1,28 m. Zweite wurde sie im Speerwerfen ebenfalls mit Saisonbestleistung von 27,86 m sowie im Diskuswerfen, wo aufgrund des starken Gegenwindes nur 24,35 m drin waren.



Offene DJK-Vereinsmeisterschaften Nach zwei Jahren coronabedingter Pause fanden endlich wieder die offenen Vereinsmeisterschaften der DJK BW Annen im Dreikampf der Altersklassen U18, U20, Frauen/Männer und Senioren statt. Mit 23 Athleten der DJK BW Annen, des TuS Bommern und der SU Annen lag die Teilnehmerzahl etwa auf dem Niveau zuvor. Die stärkste Gruppe war die WU18 mit sechs Teilnehmerinnen. Hier gewann Carla Lindenberg vor Inga Grasedieck und Anna Still. Vereinsmeisterin bei den Frauen wurde Annika Wellenkötter vor Tara Bunk (SU Annen). In der W30 gewann Lisa Schmalstieg (SU Annen), in der W40 Anne Rodewig, in der W50 Christiane Linden und in der W55 Christine Wenzel. Die Männer waren nur im Seniorenbereich vertreten. Die Sieger: M35 Felix Vollmann (SU Annen), M45 Stefan Müller, M55 Alabbar Burhan (TuS Bommern), M60 Michael Wenzel, M65 Michael Weisner (TuS Bommern).



v.l. Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke Witten, MdB Axel Echeverria und Lars König, Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke und Bürgermeister der Stadt Witten. Foto: Sascha Krecklau

MdB Axel Echeverria zu Gast

Am 24. Mai besuchte der Bundestagsabgeordnete Axel Echeverria (SPD) die Stadtwerke Witten. Lars König (Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke und Bürgermeister der Stadt Witten), Andreas Schumski (Geschäftsführer der Stadtwerke Witten), Rainer Altenberend (Hauptabteilungsleiter Technik) sowie Markus Borgiel (Hauptabteilungsleiter Vertrieb und Beschaffung) empfingen Echeverria im Verwaltungsgebäude der Stadtwerke.

Der Fokus des Treffens lag auf den Auswirkungen steigender Energiepreise des lokalen Versorgers. Weitere Themen waren die Konsequenzen möglicher Versorgungsengpässe und Zukunftsprojekte der Stadtwerke Witten.

„Die Stadtwerke haben in diesen Zeiten eine große Verantwortung gegenüber den Witternerinnen und Witternern. Wir begrüßen, dass sich Herr Echeverria vor Ort über die Lage des Versorgers in seiner Heimat informiert. Die aktuelle Situation an den Energiemärkten ist für ganz Deutschland eine enorme Herausforderung. Als lokaler Versorger übernehmen die Stadtwerke Witten eine schützenswerte Schlüssel-funktion bei der Bereitstellung von Energie für die Verbraucher“, sagt König.

„Die Bundesregierung versteht den Ernst der Lage und steuert mit Maßnahmen gegen die steigenden Kosten. Aus meiner Sicht ist es entscheidend, dass Leistungen wie die Energiepreispauschale bei den Allermeisten schnell und ohne bürokratische Hürden ankommen“, so der Axel Echeverria, der gerne Anregungen mit nach Berlin nimmt.

Stadtwerke Witten: Nachhaltigkeitsbericht erschienen



Seit 10 Jahren ohne Aufpreis 100 % Ökostrom für Privatkund*innen, 60 % weniger Energieverbrauch am Hauptsitz und 150 t eingespartes CO₂ durch Blockheizkraftwerke. Die Stadtwerke Witten haben sich dem Thema Nachhaltigkeit umfassend angenommen. Der nun erschienene 2. Nachhaltigkeitsbericht des Versorgers stellt alle Maßnahmen vor. Auf 20 Seiten werden Projekte mit Insektenhotels und Blumenzwiebeln, Zahlen und Fakten rund um nachhal-

tige Maßnahmen sowie vieles mehr präsentiert. Der Nachhaltigkeitsbericht steht als Download zur Verfügung: <https://www.stadtwerke-witten.de/unternehmen/geschaeftsberichte> „Die Energiewende ist für uns Herausforderung und Chance zugleich. Wir wollen als zentraler Treiber unseren Kund*innen als kompetenter Partner für alle Fragen rund um Energie zur Seite stehen. Dabei haben wir stets die Themen Nachhaltigkeit, Umwelt und Klimaschutz im Blick“, sagt Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke Witten.

Vor genau 10 Jahren hat sich der lokale Energieversorger entschieden, alle Privatkund*innen ausschließlich mit Ökostrom zu beliefern. Und zwar ohne Aufpreis und automatisch. „Als wir 2012 damit starteten, waren wir Pioniere – heute können wir stolz sagen, dass wir damals genau das Richtige getan haben. Allein durch diese Maßnahme haben wir in Witten mehr als 700.000 t CO₂ eingespart“, so Schumski.

Ambitioniert engagieren sich die Stadtwerke Witten für die Förderung von erneuerbaren Energien und sorgen damit für eine nachhaltige Stadtentwicklung. Ein Schwerpunkt dabei setzen Energie-Dienstleistungen. Die Stadtwerke unterstützen bei der Planung, Installation und dem Betrieb von Photovoltaikanlagen sowie Wallboxen für E-Autos. Der Nachhaltigkeitsbericht gibt einen Einblick in die tägliche Arbeit.



Foto: Bigstock

Hallenbad Annen retten

Für die Hallenbäder Wittens sieht es nicht rosig aus. Darin waren sich die Teilnehmer des „Wasserflächen-Workshops“, d.h. der Bürgermeister, weitere (Rats-) Politiker, der Stadtsportverband sowie die einladenden Stadtwerke, einig. Der heimische Energieversorger arbeitet an einem neuen Bäderkonzept, das 15 bis 20 Jahre in die Zukunft reicht. Stadtwerke-Geschäftsführer Schumski wies darauf hin, dass die Bäder „ein fester Bestandteil von Witten und für Schulen sowie Vereine“ seien.

Gerade das Hallenbad Annen ist in keinem guten Zustand, sodass auch ein Neubau an altem Standort nicht ausgeschlossen wäre. Die Politik steht in jedem Fall hinter einer hohen Investition. Aber Stadtwerke-Sprecher Kukla befürchtet: „Wir sprechen über eine Komplett-sanierung. Innerhalb der nächsten zwei bis drei Jahre müssen wir spätestens ran.“

Die Kosten würden sich dann auf mehr als zehn Millionen Euro belaufen, die ohne größere Einschnitte oder andere Bäderschließungen, wie in anderen Städten, erbracht werden sollen. So der Tenor auf dem Workshop.

Der den Vereinssport vertretende Stadtsportverband wünscht sich für Annen ein weiteres Lehrschwimmbecken, entweder als eigenes Becken oder als Becken mit integriertem Hubboden, damit ein ordentlicher Schwimmunterricht gewährleistet werden kann. „Es wäre wichtig, auch mit Nichtschwimmern zu trainieren. Wir haben leider viele Kinder, die nicht schwimmen können“, sagt Agnetha Peters vom SSV.



**EINSTEIGEN
UND ENTSPANNEN**
an Bord der MS Schwalbe II

**Eine Schifffahrt auf der Ruhr – die wohl schönste Möglichkeit,
das Panorama des Ruhrtals zu erleben.**

Bei Kaffee und Kuchen, erfrischenden Getränken und leckeren Snacks genießen Sie einen besonderen Blick auf das idyllische Ruhrtal mit seinen faszinierenden Industriedenkmälern und Herrenhäusern. Unsere Crew freut sich, Sie wieder an Bord der MS Schwalbe II begrüßen zu dürfen.

www.stadtwerke-witten.de/schwalbe

Stadtwerke im Rück- und Ausblick: Preise werden steigen



Rainer Altenberend, Markus Borgiel und Andreas Schumski stellten die Bilanz der Stadtwerke Witten vor. Die Zeichen stehen auf Versorgungssicherheit und Nachhaltigkeit. Foto M. Dix

Aufregende Zeiten durchleben (auch) die Stadtwerke Witten. Dennoch verbreiteten Geschäftsführer Andreas Schumski, Hauptabteilungsleiter Vertrieb und Beschaffung Markus Borgiel und Hauptabteilungsleiter Energie- und Wasserversorgung Rainer Altenberend auf der Bilanz-Presskonferenz eine relative Zufriedenheit. Mit einem Gewinn von 8,7 Mio. Euro (2020 5,3 Mio. Euro) wurden die Erwartungen für das Geschäftsjahr 2021 noch übertroffen. Der Umsatz stieg von 107,2 Mio. Euro auf 112,7 Mio. Euro.

Sei 2020 schon eine Herausforderung aufgrund von Corona für Leben und Gesundheit gewesen, stehe 2021 dem in nichts nach, so Andreas Schumski. Steigende Energiepreise für Gas und Strom prägten das abgelaufene Geschäftsjahr, für das es den ersten „Wachmacher“ im September/Oktober und den zweiten im Dezember gab. Die langfristige Einkaufsstrategie der Stadtwerke ließ es bisher zu, insbesondere Privatkunden wettbewerbsfähige Preise anzubieten. Das machte sich auf der Kundenseite bemerkbar: wichtige Großkunden konnten überzeugt sowie viele Privatkunden, deren Anbieter ausgefallen waren, mit langfristigen Verträgen gewonnen werden. Dennoch: die Preise steigen ständig und die Verbraucher sollten daher überlegen, ihre Abschlagszahlungen zu erhöhen.

Mark Kohlberger wird neuer Wabe-Geschäftsführer

Mark Kohlberger (49) übernimmt seine neue Aufgabe zum 1.11.2022.



Mark Kohlberger Foto: privat

Er kommt aus Wetter, ist verheiratet und hat drei Kinder. Lange Zeit wohnte er gegenüber dem Zollhaus Herbede, hat daher eine enge Verbindung zum Ruhrtaal und konnte über die Jahre die interessantesten Projekte der Wabe aufmerksam verfolgen.

Durch seine bisherige Tätigkeit kennt er die einzelnen Geschäftsfelder der WABE mbH schon gut und möchte diese, schon

Im Einzelnen erhöhte sich die Stromabgabe durch positive Konjunkturfaktoren von 217,0 Mio. kWh in 2020 auf 224,6 Mio. kWh. Ein ähnliches Bild lieferte die Gasseite, hier umfassten die Lieferungen 702,4 Mio. kWh im Vergleich zu 570,4 Mio. kWh in 2020. Im Wesentlichen witterungsbedingt sank dagegen der Wasserverbrauch durch den milden Sommer von 5,9 m³ Mio. auf 5,7 Mio. m³.

Pandemiemaßnahmen reduzierte Zahl der Badegäste

Der Geschäftsbereich „Bäder und Schifffahrt“ konnte sich gegenüber 2020 zwar verbessern, litt aber immer noch stark unter der Pandemie und den damit verbundenen Auflagen, berichtete Markus Borgiel. Immerhin betreten 56.500 Badegäste die Hallenbäder und das Freibad Annen nach 32.000 im Jahr zuvor. Im laufenden Jahr 2022 ist der Badebetrieb erfreulicherweise wieder nahezu ohne Einschränkungen möglich. Die Schwalbe II durfte nur 3.000 statt 5.700 Fahrgäste (2020) befördern.

Dynamisch drängt sich die Zahl der Anfragen für Photovoltaikanlagen und Wallboxen in den Vordergrund. Auslöser für den Wunsch einer eigenen Solaranlage auf dem Dach waren natürlich die steigenden Energiekosten. Für die Kundenanfragen und alle anderen Aufgaben wurden die personellen Kapazitäten im eigenen Hause erhöht: Die Zahl der Mitarbeiter stieg von 267 auf 273. In fünf Berufen lernen 21 Auszubildende die Berufswelt kennen.

Netze werden zukunftsfähig aufgerüstet

Damit die entsprechenden Netz-Kapazitäten bereitstehen, kümmert sich Rainer Altenberend um die Zielnetzplanung. In seine Berechnungen schlagen sich auch die Effekte von Wärmepumpen und der Elektromobilität von aktuell 2.100 e-Kfz in Witten – Tendenz steigend – nieder. Für den insgesamt absehbar höheren Bedarf müssen die Netze von Schalthäusern bis zum Kabel kalkuliert und ausgebaut werden. Allein für das 0,4 kV-Niederspannungsnetz liegen 900 km Kabel in der Erde der Ruhrstadt. Aktuell erreicht die Deckung des Energiebedarfs aus Sonnenenergie in Witten 5 %. Für die Modernisierung und den Ausbau des Versorgungsnetzes planen die Stadtwerke weitere Investitionen im Umfang von 60 Mio. Euro. Auch hier haben die Stadtwerke den Anspruch, Treiber der Energiewende in Witten zu sein, so Schumski: Bereits seit über zehn Jahren liefert der lokale Energieversorger zu 100 % Ökostrom für Privatkunden ohne Aufpreis. Am Hauptsitz an der Westfalenstraße 18 – 20 konnte der Energieverbrauch vor allem durch den Einbau einer neuen Heizung um 60 % reduziert werden. Durch den Einsatz von Blockheizkraftwerken werden jährlich 150 t CO₂ eingespart und 45 % der Stadtwerke-Pkws fahren mit Ökostrom. Statt nur Einzelmaßnahmen umzusetzen, erarbeiten die Stadtwerke aktuell eine Nachhaltigkeitsstrategie. Ein Appell geht aber auch an die Verbraucher: „Jeder sollte überdenken, wo wir Energie sparen können. Wenn einer der großen Lieferanten ausfallen würde, gehen hier die Lichter aus.“

„Wir sind sehr zufrieden, alle Geschäftsfelder laufen stabil. Mein Dank gilt allen Kolleginnen und Kollegen für die gute Zusammenarbeit“, so Andreas Schumski anerkennend. dx

immer sehr kreativen und tollen Ideen, gemeinsam mit seinen zukünftigen Kolleginnen und Kollegen weiterentwickeln. Wichtig ist es ihm, die WABE noch breiter aufzustellen, sodass pandemische oder andere äußere Faktoren die WABE nicht wieder so hart treffen. Im Hinblick auf das Ruhrtaal ist es ein Ziel, dessen Freizeitwert für den Mensch, im Einklang mit der Natur, noch stärker erlebbar zu machen. Die IGA 2027 in der Metropole Ruhrgebiet könnte hierbei ein interessantes Betätigungsfeld der WABE werden. Die wichtigste Aufgabe bleibt jedoch, weiterhin die Menschen mit Beeinträchtigung und von Arbeitslosigkeit Betroffenen zu unterstützen und sie auf ihrem Weg in die Selbstständigkeit zu begleiten.

„Stromer“ auf Wittens Straßen

Die Fortbewegung mit Strom soll ausgebaut werden. Deswegen hat die Stadtverwaltung gemeinsam mit der ef Ruhr GmbH ein E-Mobilitätskonzept entwickelt. „Das E-Mobilitätskonzept ist ein ganz wichtiger Faktor in der angestrebten Energie- und Verkehrswende. Der Verkehr und die zugehörige Infrastruktur betrifft einerseits alle Menschen in der Stadt, aber auch unterschiedliche Akteure mit ihren Wünschen und Bedarfen: Unternehmen, Energieversorger, Klimaschutz, Wohnungsgesellschaften, lokale Politik und viele mehr. In einem Beirat und in verschiedenen Workshops konnten sie ihre Perspektiven einbringen. Insgesamt 22 Maßnahmen stehen in dem Konzept, aufgeteilt in die Bereiche „Motorisierte Individualverkehre, multimodale Konzepte und ÖPNV“, „Wirtschaftsverkehre“ und „Querschnittsthemen und erneuerbare Energien“. Sechs sogenannte „Starterprojekte“ sollen den Auftakt machen.

Erstes Ziel: Ausbau der Ladeinfrastruktur

Autos müssen tanken, um fahren zu können. E-Autos müssen eben Strom tanken. Damit das zuverlässig möglich ist, will die Stadt Witten gemeinsam mit den Stadtwerken die Ladeinfrastruktur flächendeckend ausbauen. Bis zum Jahr 2023 sollen im Stadtgebiet 100 Ladepunkte stehen, bis 2025 200. Die Verwaltung will bis zu zehn weitere PKWs anschaffen. Auch das E-Carsharing soll wachsen, an fünf bis sieben Standorte sollen Fahrzeuge zur Verfügung stehen. Für die Suche nach geeigneten Standorten werden die Stadtwerke und die Stadtverwaltung auf lokale Akteure wie Unternehmen, die Universität Witten-Herdecke und Wohnungsunternehmen zugehen. Schließlich soll das Abstellen von E-Autos einfacher werden. Mit einer überarbeiteten Stellplatzsatzung können Rahmenbedingungen und Nutzungen von Stellplätzen definiert werden, zum Beispiel für E-Fahrzeuge oder auch Fahrräder. Dies trägt ebenfalls zu einem geänderten Mobilitätsverhalten bei. Bei weiteren Fahrzeugen soll der Anteil an Elektromotoren steigen. Gemeinsam mit dem Ennepe-Ruhr-Kreis will Witten darauf hinarbeiten, dass sowohl die Busse als auch die Taxen, die durch Witten fahren, nach und nach auf Stromantrieb umstellen.

Leitlinien für alle städtischen Planungen

Neben diesen konkreten Maßnahmen hat das Konzept aber noch ein zweites Ziel: Es soll Ziele und Leitlinien darstellen und somit in alle städtischen Planungen einfließen. „Viele der Maßnahmen können wir als Stadtverwaltung selbst umsetzen. Bei vielen anderen müssen wir auf Partner zugehen, können Rahmenbedingungen schaffen und unterstützen“, beschreibt Petra Klein, Leiterin der Koordinierungsstelle Stadterneuerung und Klimaschutz, die Möglichkeiten, die sich der Verwaltung bieten. Das Ziel aber ist klar: Mehr E-Mobilität auf den Straßen Wittens.

Verkehrswende

Stadt will Gebühren für Mietfahrzeuge abschaffen

Die Alternativen zum eigenen Auto sollen in Witten günstiger werden. Wer also gewerblich Fahrräder, E-Bikes, E-Scooter und (E-)Carsharing-Fahrzeuge anbietet und dafür öffentlichen Raum braucht, soll für die benötigte Stellfläche zukünftig keine Sondernutzungsgebühren mehr bezahlen müssen. Das hat der Verwaltungsvorstand (das sind der Bürgermeister und die drei Dezernenten) entschieden. Dem Plan muss nun noch der Rat der Stadt Witten zustimmen. Damit soll es für potentielle Anbieter attraktiver werden, die umweltfreundlicheren Alternativen zum Privat-PKW zur Verfügung zu stellen. In der Folge soll es dann für die Wittenerinnen und Wittener mehr und günstigere Möglichkeiten geben, sich ohne eigenes Auto schnell durch die Stadt zu bewegen. Bisher müssen gewerbliche Anbieter je Fahrzeug und Tag feste Gebühren bezahlen. Die Senkung auf Null soll zunächst für zwei Jahre gelten. Dann wird geprüft, ob Anpassungen nötig sind. Um die Belastungen durch Lärm, Abgase, Kohlendioxid und viele weitere Folgen des PKW-Verkehrs zu reduzieren, arbeitet die Stadt Witten derzeit an einer Verkehrswende. js

Freie Fahrt für Kinderwagen

Freie Durchfahrt für Kinderwagen soll es künftig am Kahlen Plack geben. Dafür haben zwei Sozialdemokraten mit ihrer Anfrage an die Stadtverwaltung gesorgt: Claus Humbert, der sozialpolitische Sprecher der SPD-Fraktion, und der Sachkundige Bürger Gerrit Thüne-Valtin hatten darin auf ein echtes Hindernis für Eltern und ihren Nachwuchs aufmerksam gemacht.

Keine familienfreundliche Gestaltung

„Die Sperrbügel, die störende Fahrzeuge von dem Spazierweg fernhalten sollen, lassen leider auch keine Kinderwagen durch“, hatte Gerrit Thüne-Valtin unterwegs mit der Familie feststellen müssen.

Gibt es weitere Problemfälle?

„Möglicherweise gibt es noch andere Stellen im Stadtgebiet, wo die Sperrbügel viel zu eng stehen“, befürchtete Claus Humbert. Daher hatte er die Stadtverwaltung gefragt, ob auch andere Wege von der Problematik betroffen sein könnten. Die Situation am Kahlen Plack sei „der damals üblichen Bauweise“ geschuldet, heißt es nun in der Stellungnahme des Bürgermeisters zu diesem Thema. „Er hat zugesagt, dass ein Umbau nach dem jetzt gültigen Standard schnellstmöglich erfolgen soll“, erklären die beiden Sozialdemokraten und hoffen auf eine rasche Verbesserung.

Verwaltung kennt keine anderen Stellen

Sie ergänzen: „Sobald andere Stellen bekannt sind, soll dort auch eine Überprüfung nach aktuell gültigem Standard erfolgen.“ Der Verwaltung seien weitere Engpässe durch Umlaufbügel also offenbar nicht bekannt. Wer beim Spaziergang auf solche Hindernisse stößt, sollte sich also nicht einfach nur ärgern, sondern den Standort gleich melden. Zum Beispiel im städtischen Mängelmelder „Daiswat“.

Buzz-Produktion gestartet

Auf den Markt kommt der Elektro-Bulli im Oktober. In diesem Jahr sollen noch 15.000 ID Buzz und ID Buzz Cargo, die Transportvariante des Vans, produziert werden. Später sollen es bis zu 130.000 Stück im Jahr sein. Beide Modelle werden vom bekannten 150-kW-Elektromotor (204 PS) angetrieben und sollen eine Reichweite von über 400 Kilometern haben. Den

Fünfsitzer bietet Volkswagen zu-nächst nur in der gehobenen Ausstattungs-variante Pro an. aum



Der erste VW ID Buzz rollte im VWN-Werk Hannover offiziell vom Band. Foto: Autoren-Union Mobilität

M MECKE MOTORSERVICE
 KFZ-MEISTERBETRIEB
 KAROSSERIE-FACHBETRIEB
 AUTOLACKIEREREI

- Karosserie-Fachbetrieb • Fahrzeugtechnik
- Fahrzeugelektrik • Autolackiererei
- Klimaanlage-Service für Neu- und Gebrauchtwagen • Automatikgetriebeservice & -spülung

(Mercedes Benz 7G BMW/V.A.G. SDG ETC)

Frankensteiner Str. 22 • 58454 Witten (nahe TÜV) • Tel.: 0 23 02 / 91 21 91



Unfallschwerpunkt Herrenholz Nachbesserungen auf Ardeystraße

Nach drei schweren Unfällen – davon einer tödlich – seit Anfang 2019 wird es auf der Ardeystraße im Herrenholz Maßnahmen geben, die dort die Sicherheit erhöhen sollen. Das hat die zuständige Unfallkommission entschieden. Bei allen drei Unfällen hatte es die Fahrzeuge aus unterschiedlichen Gründen aus der Kurve getragen.

Kurve soll besser erkennbar werden

Die betreffende Stelle ist ziemlich genau in der Mitte des Waldstreifens auf der Ardeystraße, in Fahrtrichtung stadteinwärts in der Linkskurve, wo von beiden Seiten Forstwege in die Hauptstraße münden. Um dort die Sicherheit zu erhöhen, sollen die Leitplanken verlängert sowie pfeilförmige Richtungstafeln angebracht werden. So soll die Kurve besser erkennbar sein und das Risiko, dass Fahrzeuge die Fahrbahn verlassen, soll sinken.

Für Leitplanken und Pfeile ist der Landesbetrieb Straßen.NRW zuständig, der dort zeitnah nachrüsten wird. In einem ersten Schritt hatte Straßen.NRW bereits den Fahrbahnrand und die Leitpfosten gereinigt. Ergänzend werden an beiden Rändern des Waldstreifens Ortseingangsschilder angebracht, damit noch deutlicher ist, wo welche Höchstgeschwindigkeit gilt. Im Waldstreifen dürfen Fahrzeuge nämlich mit 70 Kilometern pro Stunde unterwegs sein.

SPD fordert 50 km/h auf Unfallstrecke

„Wir haben uns bereits Ende letzten Jahres in einem Antrag dafür eingesetzt, Tempo 50 statt 70 für den Bereich (...) einzuführen“, erinnert SPD-Ratsherr Holger Jüngst. „(...) Wir bezweifeln, dass sie durch die geplanten Maßnahmen sicherer wird“, erklärt der SPD-Fraktionsvorsitzende Dr. Uwe Rath, der den Antrag auf Geschwindigkeitsreduzierung unterstützt hatte. Der Fachausschuss für Mobilität und Verkehr hat im Januar bei der Diskussion des Antrags nur beschlossen, auch mit Blick auf die ebenfalls geforderten Radwege für beide Fahrrichtungen, „das Geschwindigkeitsniveau vorab durch ein Seiten-Messradar zu erheben.“ Die SPD stellt sich nun, auch im Hinblick auf die schon veröffentlichte Entscheidung der Unfallkommission, die Frage: „Hat es denn inzwischen Messungen gegeben? Wie ist das Ergebnis ausgefallen?“, die SPD hat darüber keine Kenntnis.



Ein neuer Innenraumfilter sorgt auch an heißen Tagen für gesunde Bedingungen im Fahrzeuginneren.
Foto: djd/Robert Bosch GmbH

Ohne Panne in Urlaub starten Ein Werkstattcheck fürs Auto gibt Sicherheit

Mit dem eigenen Auto ist man flexibel und jederzeit mobil – nicht nur im Alltag, sondern ebenso auf Reisen. Jeder zweite Urlauber in Deutschland hat sich laut Statista 2021 für den Pkw entschieden, um in die schönsten Wochen des Jahres zu starten. Umso ärgerlicher ist es allerdings, wenn unterwegs die Batterie versagt oder ein Reifenplattens für eine unfreiwillige Pause sorgt. Gerade vor längeren Touren bietet sich ein gründlicher Fahrzeugcheck in der Fachwerkstatt an, vielerorts gibt es dazu praktische Angebote zum Paketpreis.

Zustand der Batterie überprüfen

Die Fachleute in der Werkstatt wissen genau, welche „üblichen Verdächtigen“ häufig auf Reisen zu Pannen führen. Daher überprüfen sie beim Boxenstopp die Bremsen und die Bereifung, ersetzen bei Bedarf Wischerblätter für einen jederzeit klaren Durchblick und kontrollieren die Flüssigkeitsstände vom Motoröl über Wischwasser bis zur Bremsflüssigkeit. Den Spitzenplatz in der Pannenstatistik etwa des ADAC nimmt traditionell seit Jahren die Batterie ein. „Im Alltag machen sich die wenigsten Autofahrer Gedanken über den Zustand des Akkus. Meist wird erst getauscht, wenn die alte Batterie leer ist“, erklärt dazu Bosch-Experte Martin Körner. Wenn der Energiespender bereits etwas altersschwach ist, können auf längeren Urlaubsfahrten zusätzliche Verbraucher im Fahrzeug zu einer ärgerlichen Tiefentladung führen. Als Erste Hilfe für die Batterie sollte ein Ladegerät im Kofferraum nicht fehlen. Viele Ladehilfen sind universell geeignet, bis hin zum Wohnwagen oder Boot.

Prima Klima auf langen Strecken

Beim Wohnmobil ist ein Werkstattcheck vorab noch wichtiger, schließlich stehen die Camper-Vans über viele Monate des Jahres still. Zahlreiche Werkstätten haben sich daher neben Autos auch auf den Service für Wohnmobile und Anhänger spezialisiert, unter www.boschcarservice.de etwa finden sich Adressen aus der eigenen Region. Schwerstarbeit auf dem Weg in den Urlaub leistet bei sommerlichen Temperaturen ebenfalls die Klimaanlage im Fahrzeug. Werkstattprofi empfehlen daher, den Innenraumfilter einmal im Jahr oder alle 15.000 Kilometer zu wechseln. Modelle wie der „Bosch Filter+ pro“ für alle gängigen Fahrzeuge bieten noch mehr Vorteile: Er wirkt effektiv gegen Viren, Schimmel, Bakterien, Feinstaub und neutralisiert Allergene sowie schädliche Gase – für ein angenehmes Klima im Auto auch bei hohen Temperaturen. Tipp: Auch den Verbandskasten sollte man überprüfen und bei Erreichen des Ablaufdatums austauschen lassen. Neben den üblichen Verbandsmaterialien und Warnwesten gehören seit Jahresbeginn 2022 zwei medizinische Masken zur vorgeschriebenen Mindestausstattung.

djd

Wertmeister 2022



Mercedes-Benz V-Klasse.
Foto: Auto-Medienportal.Net/Daimler



Skoda Kodiaq.
Foto: Auto-Medienportal.Net/Skoda



Skoda Enyaq Coupé RS iV.
Foto: Autoren-Union Mobilität/Skoda

Alle Jahre wieder ermitteln Schwacke und „Auto Bild“ die „Wertmeister“. Das sind die Fahrzeuge, die in den nächsten vier Jahren vermutlich am wenigsten Wert verlieren werden. Den prozentual höchsten Restwert hat die V-Klasse von Mercedes-Benz mit 68,3 Prozent. In der zugrunde gelegten Version kostet der Van 101.330 Euro und verliert in vier Jahren bei 20.000 Kilometer Jahresfahrleistung 32.081 Euro von seinem Neuwert. Beim realen Geldverlust die Nase vorn hat erneut der Dacia Sandero. In der Motorisierung TCe 90 verliert er 5200 Euro von seinem Neupreis von 15.500 Euro. Mit 66,5 Prozent ist er auch Restwertriese in der Kleinwagenklasse.

Das sind die übrigen Wertmeister
 Toyota Aygo X (Restwert: 64,8 Prozent; Kategorie: Kleinwagen), Mazda3 e-Skyactiv-X 2.0 M (Restwert: 60,6 % / Kompaktklasse), Mazda6 Kombi Skyactiv-G 194 (57,8 % / Mittelklasse), Mercedes E 400 d 4-Matic T-Modell (50,4 % / Oberklasse), Mercedes S 400 d 4-Matic L (55,8 % / Luxusklasse), Porsche 911 Carrera 4S (61,3 % / Sportwagen), Hyundai Tucson 1.6 T-GDi 2WD (63,4 % / Kompakt-SUV), Skoda Kodiaq 2.0 TSI 4x4 (65,4 % / Mittelklasse-SUV), BMW X6 x-Drive 30d (61,8 % / große SUV), Hyundai Ioniq 5 (59,4 % / Elektroautos bis 40.000 Euro) und Skoda Enyaq Coupé iV RS (57,3 % / Elektroautos über 40.000 Euro).

aum

250.000 MEB-Batteriesysteme

Skoda hat in seinem Stammwerk mit der Herstellung von Batteriesystemen für vollelektrische Fahrzeuge auf Basis des Modularen Elektrifizierungsbaukastens (MEB) aus dem VW-Konzern begonnen. Es ist die erste Produktionsstätte für MEB-Batteriesysteme in Europa außerhalb Deutschlands. Künftig können an der neu eingerichteten Fertigungslinie rund 250 Beschäftigte jährlich über 250.000 Batteriesysteme montieren. Sie werden für Fahrzeuge von Skoda, VW, Audi und Seat eingesetzt.

Die kleinste Version mit acht Modulen verfügt über eine Kapazität von 55 kWh und die mittlere Variante mit neun Modulen über 62 kWh. Die größte Batterie mit zwölf Modulen speichert 82 kWh. Neben den Modulen, die jeweils 24 Zellen enthalten, gehören zum MEB-Batteriesystem auch ein Batteriegehäuse mit integriertem Kühlsystem, ein Batteriemanagementsystem und die nötigen elektrischen Verbindungen. Seit Herbst 2019 fertigt Skoda in Mladá Boleslav bereits Hochvolt-Traktionsbatterien für den Superb iV und den Octavia iV sowie andere Plug-in-Hybridmodelle des Konzerns.

Skoda fertigt im Stammwerk in Mladá Boleslav Batteriesysteme für Elektrofahrzeuge auf Basis des Modularen Elektrifizierungsbaukastens (MEB) aus dem VW-Konzern.

Foto: Autoren-Union Mobilität/Skoda

FÜR ALLE, DIE GERN AUF TOUR GEHEN.

Bis zu 2.159 € Preisvorteil¹

Der ŠKODA KAROQ TOUR.

Dieses SUV weckt die Reiselust und macht jede Tour zum Genuss: der ŠKODA KAROQ TOUR. Serienmäßig geht er mit Highlights wie dem Musiksystem Bolero, LED-Heckleuchten in Kristallglasoptik und mit animierten Blinkern, mit Parksensoren hinten und schicken 17"-Leichtmetallfelgen an den Start. Auch sein digitales Kombiinstrument trägt erheblich zu Fahrkomfort und -vergnügen bei. Ein weiteres Plus: 5 Jahre Garantie² sind bereits inklusive. Jetzt mit bis zu 2.159 € Preisvorteil¹. ŠKODA. Simply Clever.

¹ Preisvorteil gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der ŠKODA AUTO Deutschland GmbH für vergleichbar ausgestattete Serienmodelle der Ausstattungslinie Ambition und unter Berücksichtigung der 36-monatigen Garantieverlängerung.

² 36 Monate Garantieverlängerung im Anschluss an die zweijährige Herstellergarantie mit der ŠKODA Garantie+, der Neuwagen-Anschlussgarantie der ŠKODA AUTO Deutschland GmbH, Max-Planck-Str. 3-5, 64331 Weiterstadt, bei einer maximalen Gesamtfahrleistung von 50.000 km. Die Leistungen entsprechen dem Umfang der Herstellergarantie. Mehr Details hierzu erfahren Sie bei uns oder unter skoda.de/garantieplus

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.



Automobile Friedenseiche GmbH
 Castroper Hellweg 109, 44805 Bochum
 Tel.: 0234352914, Fax: 02349362186
info@automobile-friedenseiche.de
www.automobile-friedenseiche.de



auto-Feix.de
info@auto-feix.de

Bochum: 0234-30 70 80
 BO-Zentrum: Oskar-Hoffmann-Str. 63-69
 BO-Stadion: Castroper Str. 180-188

Witten: 02302-20 20 20
 Witten: Dortmunder Str. 56

OPEL

Ford

BESTE (2021/22) **BESTE** (2022)

Wittener Amateurfußball wird professioneller

„Wir haben sehr viel Arbeit in das neue Konzept gesteckt, vieles wird für die Wittener Fußballszene völlig neu sein. Unter anderem gibt es neue Preisgelder.“, verrät Uli Sieweke, Sprecher der Fußball-Fachschaft. Die Fußball-Fachschaft in Witten hat sich nicht nur über das Turnier im Sommer Gedanken gemacht, auch in der Husemann-Sporthalle wird es umfassende Änderungen geben. „Wir versuchen für die Halle eine Rundum-Bande zu realisieren. Das wird den Wettbewerb für Sponsoren attraktiver machen und ihn somit enorm aufwerten.“, so Sieweke. Dieses Konzept, das in anderen Städten bereits hervorragend ankommt, ist mit nicht unerheblichen Kosten verbunden und somit auf attraktive Sponsorengelder angewiesen.

Eine der wohl wichtigsten Neuerungen

Künftig wird die Wittener Stadtmeisterschaft unter dem Namen „ITSR-Cup“ ausgetragen. Das in Witten ansässige Unternehmen IT-Systemhaus Ruhrgebiet, mit dem beim TuS Heven spielenden Nils Kathagen als Inhaber und Geschäftsführer, übernimmt in den kommenden drei Jahren die Vermarktung des Turniers. „Wir wollen bei der Stadtmeisterschaft einiges anders machen und ihr damit zu neuer Attraktivität verhelfen.“, so Kathagen.

2023 ist TuS Stockum der nächste Ausrichter

Während die Stadtmeisterschaft auf dem Feld im kommenden Jahr bereits einen Ausrichter hat, wird für das prestigeträchtige Hallenturnier im Winter in der Husemann-Sporthalle noch ein solcher gesucht – die Frist für die Vergabe läuft noch bis zum 31. Juli.

Wir vom IT-Systemhaus Ruhrgebiet engagieren uns für den lokalen Amateursport, weil:

- dem Amateursport immer weniger finanzielle Mittel zur Verfügung stehen.
- das allgemeine Engagement im Amateursport sinkt.
- wir zur Aufrechterhaltung des gesellschaftlichen Wertes des Amateursfußballs beitragen möchten.
- wir die lokale Verbundenheit zu den Vereinen bewahren möchten.
- der Amateursport durch den Stillstand in der Coronakrise stark geschwächt wurde.

Und so engagieren wir uns:

- Finanzielle Unterstützung
- Preisgelder für Mannschaften
- Unterstützung bei der Vermarktung
- Unterstützung der Vereine bei der Austragung



Nils Kathagen

Weitere Infos finden Sie unter: www.ITSR-Cup.de



29. Juli bis 6. August Fußball-Stadtmeisterschaft 2022 heißt jetzt ITSR-Cup

GRUPPE A	GRUPPE B	GRUPPE C	GRUPPE D
A 1 SV Bommern	B 1 TuS Stockum	C 1 VfB Annen	D 1 TuS Heven
A 2 PSV Witten	B 2 TSV Witten	C 2 SV Herbede	D 2 Hammertaler SV
A 3 SF Schnee	B 3 Ruhrtal Witten	C 3 FSV Witten	D 3 TuRa Rüdighsn.
Gruppensieger	Gruppensieger	Gruppensieger	Gruppensieger



ITSR-Cup 2022



Senioren-Fußball-Stadtmeisterschaften - Spielplan

Spiel 1	Freitag, 29. Juli 18 Uhr	Spiel 9	Dienstag, 2. August 18 Uhr
SV Bommern	SF Schnee	PSV Witten	SF Schnee
Spiel 2	Freitag, 29. Juli 20 Uhr	Spiel 10	Dienstag, 2. August 20 Uhr
TuS Stockum	Ruhrthal Witten	TSV Witten	Ruhrthal Witten
Spiel 3	Samstag, 30. Juli 14 Uhr	Spiel 11	Mittwoch, 3. August 18 Uhr
VfB Annen	FSV Witten	SV Herbede	FSV Witten
Spiel 4	Samstag, 30. Juli 16 Uhr	Spiel 12	Mittwoch, 3. August 20 Uhr
TuS Heven	Tura Rüdighausen	Hammertaler SV	TuRa Rüdighausen
Spiel 5	Samstag, 30. Juli 18 Uhr	Spiel 13	Halbfinale
SV Bommern	PSV Witten	Sieger Gruppe A	Sieger Gruppe C
Spiel 6	Sonntag, 31. Juli 13 Uhr	Spiel 14	Halbfinale
TuS Stockum	TSV Witten	Sieger Gruppe B	Sieger Gruppe D
Spiel 7	Sonntag, 31. Juli 15 Uhr	Spiel um Platz 3	Samstag, 6. August 15 Uhr
VfB Annen	SV Herbede	Verlierer Spiel 13	Verlierer Spiel 14
Spiel 8	Sonntag, 31. Juli 17 Uhr	Endspiel	Samstag, 6. August 17 Uhr
TuS Heven	Hammertaler SV	Sieger Spiel 13	Sieger Spiel 14

Vorfriede auf „neue“ Fußball-Stadtmeisterschaft

Ein vollständig überarbeitetes Konzept erwartet Vereine und Zuschauer bei der Neuauflage der Fußball-Stadtmeisterschaft 2022. Auf der Suche nach einem neuen Stadtmeister wird Gastgeber TuRa Rüdighausen alle Wittener Fußballvereine an der Brunebecker Straße begrüßen dürfen – der letzte Stadtmeister wurde 2019 vor der Corona-Pandemie mit dem SV Bommern ermittelt. Dass bei allen Teilnehmern Vorfriede vorhanden ist, war bereits bei der im Vereinsheim des Tus Heven abgehaltenen Fachschaftssitzung zu vernehmen. „Positiv ist die Tatsache, dass jetzt auch wirklich alle Clubs wieder teilnehmen werden.“, so Ulrich Sieweke, Sprecher der Fußball-Fachschaft.

Neuer Sponsor gleichzeitig Namensgeber

Startschuss der Stadtmeisterschaft ist in diesem Jahr am 29.07.2022. Die Spiele werden in vier Gruppen á drei Mannschaften ausgetragen. Die Spielzeit beträgt jeweils 2 mal 45 Minuten.

In der Gruppe A werden der SV Bommern, der PSV Witten und die SF Schnee an den Start gehen. Die Gruppe B besteht aus dem Bezirksligisten TuS Stockum sowie dem TSV Witten und der DJK Ruhrtal. In Gruppe C wiederum messen sich der VfB Annen, der SV Herbede als auch der FSV Witten. Schließlich treffen in der Gruppe D der TuS Heven, der Hammerthaler SV und der Gastgeber TuRa Rüdighausen aufeinander.

- Komprimierter Spielplan
- Wortbeiträge und Infos in den Spielpausen
- Interviews
- Sponsoren-Infostände
- Networking-Event
- Preisgelder für die Vereine
- Tresor-Gewinnspiel
- Bannerwerbung am Spielfeldrand

Sponsoren des ITSR-Cups



Diskussion um Einsatz von Bodycams für die Ordnungskräfte



Die letzte Ratssitzung am 21. Juni war ein regelrechter Marathon von knapp siebenstündiger Dauer. Zentrale Schwerpunktthemen bildeten neben dem Schulbau- und Sanierungsprogramm, Elektromobilität und Wohnbauflächen auch die Ausstattung unseres Kommunalen Ordnungsdienstes mit Bodycams. Die Fraktionen der Parteien Piraten und Die Linke hatten jeweils einen Antrag gestellt, der den Verzicht des Einsatzes von Bodycams bei den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Kommunalen Ordnungsdienstes beinhaltete.

Vorausgegangen war eine Initiative der CDU und WBG zur Ausstattung mit derartigen Körperkameras und einer darauffolgenden Ankündigung der Verwaltung, Ende des Jahres in eine zweijährige Pilotphase einsteigen zu wollen.

Bemängelt wurden seitens der Piraten und Linken das Bestehen wissenschaftlicher Studien zur deeskalierenden Wirksamkeit der Kameras. Anstelle dessen forderten sie eine Evaluation der Arbeit des Wittener Ordnungsdienstes der letzten 10 Jahre, um zu prüfen, welche Aufgaben bestehen bleiben oder auch weggelassen könnten.

Ein Blick in das Ordnungsbehördengesetz NRW macht bereits im ersten Satz unmissverständlich deutlich, dass Ordnungsdienste die gesetzliche Verpflichtung zur Abwehr von Gefahren für die öffentliche Sicherheit oder Ordnung haben. Dazu zählen nicht nur Ruhestörungen, sondern auch Personenkontrollen und -durchsuchungen, Platzverweise und notfalls auch Ingewahrsamnahmen. Die Gefahrenabwehr zählt somit gleichermaßen für Ordnungsdienst und Polizei zur zentralen Aufgabe – einer gesetzlichen Verpflichtung, die man nicht einfach streichen kann. Die steigende Zahl an Übergriffen auf Polizei, Rettungs- und Ordnungsdienste ist sowohl statistisch belegt als auch hinreichend bekannt. Dass ein Großteil dieser Angriffe abseits von Großveranstaltungen, also im normalen Dienstbetrieb stattfindet, ebenso.

Warum jedoch einige Parteien unseren Kommunalen Ordnungsdienst die rechtlich seit Mitte 2021 bestehende Möglichkeit einer verbesserten Schutzausstattung verweigern wollen, ist für mich nicht nachvollziehbar. Ich persönlich nehme mit Freude wahr, dass das Personal des Wittener Ordnungsdienstes verdoppelt wurde, es stetig fortgebildet wird, an ihrer Uniform gut erkennbar ist, eine Schutzweste trägt und auch in den Abendstunden für unsere Sicherheit sorgt. Letztendlich sehe ich es als unsere Pflicht an, diejenigen zu schützen, die uns schützen. Deswegen freue ich mich, dass diese Anträge letztendlich entgegen der Stimmen der Piraten, Linken und Teilen der Grünen abgelehnt wurden.

Sarah Kramer, CDU-Ratsmitglied

„Junior-Botschafterin“ gesucht Junge Wittenerin geht 1 Jahr in die USA

Zum 40. Mal bietet das Parlamentarische-Patenschafts-Programm (PPP) Schülerinnen, Schülern und jungen Berufstätigen die Möglichkeit, ein Jahr in die USA zu reisen und so das Leben und die Kultur kennenzulernen. SPD-Bundestagsabgeordneter Axel Echeverria (Foto) übernimmt die Patenschaft für eine Schülerin aus Witten. Interessierte können sich noch bis zum 9. September bewerben.

Für die 15-jährige Amy geht ein Traum in Erfüllung. Sie ermuntert andere sich zu bewerben: „Ich bin unglaublich dankbar, für die Möglichkeit mit dem PPP in die USA zu gehen. Das PPP ist das Beste, was mir passieren konnte. Wenn ihr die Möglichkeit habt, ein Auslandsjahr zu machen, macht es! Bewirbt euch einfach. Nutzt die Chance!“

Das PPP ist ein gemeinsames Programm des Deutschen Bundestages und des US-Kongress für junge Deutsche und US-Amerikaner. Die deutschen Schülerinnen und Schüler besuchen in den USA eine High School; die jungen Berufstätigen gehen auf ein College und absolvieren anschließend ein Praktikum in einem amerikanischen Betrieb. Alle leben während des Austauschjahres in Gastfamilien, junge Berufstätige auch in Wohnheimen. Sie lernen vor Ort den Alltag, die Kultur und die Politik der USA kennen und vermitteln zugleich als Junior-Botschafter Deutschlands ihre Erfahrungen, Werte und Lebensweisen. Der Bundestagsabgeordnete Axel Echeverria durfte in diesem Jahr unter den Bewerbern in seinem Wahlkreis eine Schülerin auswählen, welche er für das Stipendium vorgeschlagen hat.

„Ich bin sehr froh, dass ich in diesem Jahr die Patenschaft für Amy übernehmen darf und wünsche ihr eine unvergessliche Zeit und viele tolle Erfahrungen“, so der SPD-Politiker.

Wer selber Interesse am Stipendium hat, kann sich für das kommende Jahr bewerben. Die Bewerbungsfrist für das Schuljahr 2023/24 endet am 9. September 2022. Bewerben können sich Schülerinnen und Schüler, die zwischen dem 1. August 2005 und dem 31. Juli 2008 geboren wurden. Junge Berufstätige müssen bis zur Ausreise Ende Juli 2023 ihre Ausbildung abgeschlossen haben und dürfen zu diesem Zeitpunkt höchstens 24 Jahre alt sein. Das PPP-Stipendium umfasst die Kosten für die Reise, Vorbereitung und Betreuung sowie notwendige Versicherungen.

Alle Informationen zum PPP und zur Bewerbung finden sich unter www.bundestag.de/ppp oder auf <https://www.usa-ppp.de/>.



Bild von li. nach re.: Juliane Schell, Leander Holtz, Marie Maurer, Paul Wood, Susanna Ahlborn, Joachim Dreil. Foto: Bastian Emaas



Wittener Grüne wählen neuen Vorstand

Auf ihrer Jahreshauptversammlung am 2. Juni im Johanniszentrum wählten die Wittener Grünen einen Vorstand für die kommenden zwei Jahre. Neu mit dabei ist die Biologiestudentin Marie Maurer. Der langjährige Schatzmeister Paul Wood (Übersetzer in Rente) ist nach 17 Jahren in dieser Position nun als Beisitzer mit dabei, seine Nachfolgerin ist die bisherige Beisitzerin Susanna Ahlborn, die beruflich als Personalverantwortliche im Kulturbereich tätig ist. Wiedergewählt wurden außerdem die wissenschaftliche Mitarbeiterin Juliane Schell sowie der ehemalige Geschäftsführer der Essener Grünen und heutige Rentner Joachim Dreil sowie Leander Holtz, der derzeit in Witten Philosophie, Politik und Ökonomik studiert. Die Wittener Grünen wählen satzungsgemäß keine Vorsitzenden, sondern ein gleichberechtigtes Vorstands-Team, in dem nur die Schatzmeisterin eine besondere Aufgabe hat.

Der bisherige Vorstand wurde durch die Versammlung entlastet und ein Budget für den Ortsverband beschlossen. Die Grünen in Witten

konnten auf zwei arbeitsreiche, aber erfolgreiche Jahre mit einer deutlich wachsenden Mitgliedschaft und großen Wahlerfolgen vor Ort zurückblicken. Gleichzeitig wurde die politische Arbeit der letzten Jahre durch die Pandemie erschwert.

Mit großem Interesse folgten die lokalen Grünen zudem dem Bericht der zugeschalteten Fraktionsvorsitzenden der Grünen im Landtag, der Wittenerin Verena Schäffer, die ganz aktuell von den Ergebnissen Sondierungsverhandlungen zwischen Grünen und CDU in Düsseldorf berichten konnte.

Der stellvertretende Wittener Bürgermeister und Wahlkreismitarbeiter Christian Walker kandidierte nicht erneut und wurde mit großem Dank für seine bisherige Arbeit verabschiedet.

Die neugewählte Marie Maurer erklärte:

„Ich freue mich, dass mir die Wittener Grünen das Vertrauen ausgesprochen haben, obwohl ich erst seit relativ kurzer Zeit dabei bin. Im Landtagswahlkampf konnte ich den Ortsverband bereits kennen lernen. Nun bin ich gespannt auf die Arbeit im Ortsvorstand, wo ich mich für eine umweltfreundliche und nachhaltige Politik einsetzen möchte.“

Jan Dickerboom, Geschäftsführer Bündnis 90/Die Grünen Ortsverband Witten

seit 1913

Bestattungen Bohnet

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

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

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

Impressum

Titelbild: Zeltfestival Ruhr, Foto: ZFR2016, Sebastian Humbek

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 Mustafa, 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:
Montag, 8.8.2022
Anzeigenschluss: Mittwoch, 20.7.2022



Große Kartenverlosung

Wir verlosen Karten fürs Zeltfestival 2022: Adel Tawil – Milow – Angelo Kelly

Musikfans aufgepasst! Wir verlosen in dieser Image-Ausgabe drei Mal zwei Karten für das Zeltfestival Ruhr 2022.

Wenn Sie an einem dieser Events mit einer Begleitperson teilnehmen möchten, dann machen Sie bei unserem Gewinnspiel mit.

Sie möchten mit in den Lostopf?
Senden Sie uns einfach den Namen des Künstlers, zu dem Sie

gerne gehen möchten zusammen mit Ihrem Vor- und Nachnamen sowie Ihrer E-Mail-Adresse per Postkarte ausreichend frankiert an die Image-Redaktion, Wasserbank 9, 58456 Witten oder einfach per E-Mail an gewinnspiel@image-witten.de. Einsendeschluss ist der 20.07.2022. Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des „Image“-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Der Gewinner wird per E-Mail benachrichtigt. Die Image-Redaktion wünscht viel Glück!

1x 2 Karten für **Milow** am 21.08.2022



1x 2 Karten für **Adel Tawil** am 02.09.2022



1x 2 Karten für **Angelo Kelly** am 03.09.2022



NEU ONLINE-WERBUNG auf image-witten.de

Sichern Sie sich die bestmögliche Platzierung!

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



Ihre Ansprechpartnerin rund um die Online-Werbung:

Jessica Meckler
Wasserbank 9 | 58456 Witten
Telefon: 02302-9838987
E-Mail: jm@image-witten.de

Platzierungsbeispiele auf der Startseite

Superbanner
Medium Rectangle
Fullbanner

ab 50 € zzgl. MwSt.



JULI - AKTION

Der Brustdruck ist kostenlos

Wir bedrucken im Juli auf Wunsch Ihre bei uns neu gekauften Shirts, Kasack oder Jacken mit Ihrem Namen oder Firmennamen kostenlos.

Bedingung:

Die Ware ist von FHB oder Leiber
Sie können aus 8 Schriften wählen
Maximal: Breite 11cm, 2 Zeilen, einfarbig

Bei allen anderen Marken - Aufpreis: 1,50€

Arbeitsklamotten Witten

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

