

# ImageWitten



Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

MIT REGIONALTEILEN HERBEDE, HEVEN, BOMMERN UND UMGEBUNG

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



Sonne und Sonnenblumen beim Start für 103 Schülerinnen und Schüler in die 5. Klasse der Hardenstein-Gesamtschule, mehr lesen Sie auf Seite 6. Fotos: Hardenstein-Gesamtschule



Wir freuen uns auf Sie!



Besuchen Sie uns  
gerne auch auf der  
**Seniorenmesse**  
am 4. September  
auf dem  
Rathausplatz



Tagespflege Chelonia

Stephanie Ludwig

Mo. – Fr. 7 – 16 Uhr

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

Fachlich kompetente Betreuung  
in familiärer Atmosphäre  
- seit 2004!



**Allianz Schwartz**  
Platz an der Schmiede 3

**Liebe Leser,**  
auf unserer Titelseite lachen Ihnen viele fröhliche Gesichter entgegen. Die weiterführende Schule ist ein großer Schritt im Leben der jungen 5.-Klässler. Umso schöner, dass der erste Tag von Sonne und Sonnenblumen begleitet wurde. Den Bericht zum Titelbild und weitere schöne Bilder finden Sie auf Seite 6. Meistens haben die Lernenden auch eine Stärkung für die Pause dabei. Aber nicht nur als Schulbrot ist das allseits bekannte Bütterken gefragt. Im Büro, für unterwegs oder als Abendbrot – das Butterbrot erfreut sich noch immer großer Beliebtheit. Am 30. September ist Tag des deutschen Butterbrotes, den passenden Bericht finden Sie auf Seite 30.

Auf unserer Titelseite lacht Ihnen ganz unten außerdem noch ein weiteres Gesicht entgegen. Dieses und viele weitere treffen Sie auf der anstehenden Seniorenmesse am 4. September auf dem Rathausplatz. Die Messe dreht sich rund um den Alltag älterer Menschen und bietet mit einigen Ständen ein vielseitiges Informationsangebot, wie das Leben im Alter erleichtert werden kann. Mehr lesen Sie auf den Seiten 16 und 17.

Von lebenserleichternden Maßnahmen kommen wir nun zu lebensrettenden Maßnahmen. Und auf eine wollen wir nun besonders hinweisen: die Blutspende! Nur eine Blutspende kann schon bis zu drei Leben retten! Und genau diese Alltagshelden werden momentan dringend gesucht. Also lesen Sie unseren Artikel auf Seite 22 und spenden Sie!

Ihre Image-Redaktion



**CARSTEN BRÖCKELMANN**  
DIPLO. FINANZWIRT • STEUERBERATER  
FACHBERATER FÜR TESTAMENTSVOLLSTRECKUNG  
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

## Energiespar-Sprechstunde

Der verantwortungsbewusste Umgang mit Energie ist wichtiger denn je. Als regionaler Energieversorger nehmen die Stadtwerke Witten ihre Verantwortung ernst und unterstützen dabei, Energie effizient zu nutzen und einzusparen.

In der Energiesprechstunde informieren die Experten u.a. zu folgenden Themen: persönliche Beratung zu Abschlägen, Tarifen und Zahlungsmodalitäten, Tipps & Tricks rund ums Energiesparen, Informationen zu Heizungssystemen, Photovoltaik u. v. m.

„Neben unseren Kundenberater:innen werden auch Spezialisten für alle energetischen Themen vor Ort sein. So können wir eine umfassende und individuelle Energie-Beratung anbieten“, sagt Christian Frank, Leiter des Kundencenters.

Derzeit sind noch folgende Termine für die Sprechstunde geplant: Samstag, 3. September 2022, und Samstag, 10. September 2022. Es ist keine Terminvereinbarung nötig.

Weitere nützliche Tipps & Tricks zum Energiesparen geben die Stadtwerke Witten auf der Website [www.stadtwerke-witten.de/energiesparen](http://www.stadtwerke-witten.de/energiesparen).

## Städtebauförderprogramm

### Wichtige Projekte in Witten unterstützt

Mit dem Bund-Länder-Programm zur Städtebauförderung werden Städte und Gemeinden bei Modernisierungen, Erneuerungen, Neugestaltungen und Entwicklung effektiv unterstützt. In diesem Jahr fließen von den rund 336,6 Millionen € für 232 Projekte in den Städten und Gemeinden in Nordrhein-Westfalen 101,9 Millionen € Förderung in das Ruhrgebiet.

Die Stadt Witten bekommt eine der höchsten Einzelfördersummen. Neben der Förderung von Maßnahmen zur geplanten Internationalen Garten Ausstellung (IGA) 2027 wird die Errichtung des Bildungsquartiers Witten-Annen mit 6.120.000 € unterstützt. Auch wird die Freizeitanlage Dirschauer Straße mit 187.000 € Förderung bedacht.

## GESUCHT! TANTE FRIEDA



Suchdienstnummer	S2715993
Rasse	Britisch Kurzhaar
Farbe	silver-black
Geburtsdatum	18.09.2020
Besondere Kennzeichen	zierliche Statur
Tierart, Geschlecht, kastriert	Katze, weiblich, kastriert
Kennzeichnung	Das Tier trägt einen Transponder.
Verlustdatum	07.08.2022
Verlustort	58456 Witten, Thiestr., Deutschland

TASSO-Tipp: Katzen werden oft versehentlich eingesperrt. Werfen Sie deshalb bitte auch einen Blick in Ihre Garagen, Kellerräume und Gartenhäuser.

Wenn Sie das Tier gefunden haben oder wissen, wo es sich aufhält, rufen Sie uns bitte umgehend an! Beziehen Sie sich dabei bitte auf die Suchdienstnummer S2715993.

24-Stunden-Notruf-Nummer:  
**0 61 90 / 93 73 00**



**TASSO** 

Handy 0173/5473 90

TASSO e.V. • Otto-Volger-Str. 15 • 65843 Sulzbach/Ts. • Deutschland  
Fax: 0 61 90 / 93 74 00 • info@tasso.net • www.tasso.net

## 90's FLASHBACK

Nie waren die 90er angesagter als im Moment! Das trifft sich gut, denn zum großen 30-jährigen Jubiläum verspricht die zweite von drei Jubiläumsshow eine Reise zurück in die bunten 90er Jahre – dem Gründungsjahrzehnt des Varieté et cetera!

Herbstshow vom 10. Sept. bis 06. Nov. 2022

Durch den Abend führt der Moderator und Zauberkünstler Jorgos Katsaros. Der Stuttgarter mit griechischen Wurzeln verspricht einen leichten, trockenen Humor und ein äußerst feinsinniges Improvisationstalent – immer mit dem ein oder anderen Ass im Ärmel. Er führt sein Publikum hinter Licht, entzündet die Kerze im Herzen und eine Wunderkerze in der Seele. In einer Show voller Multitalente zeigt Semion Bazavlouk was er gesanglich auf dem Kasten hat. Mit seinem Talent schaffte



Jorgos Katsaros

es Semion 2017 bei The Voice of Germany bis in die begehrten Sing Offs! Neben seinen außergewöhnlichen Gesangkünsten begeistert der sympathische multikulturelle Berliner mit dynamischem Break-



Ihor Yakymenko, Pole



Aniko Serfözo

dance und wendiger Akrobatik. Lockenschopf Ihor Yakymenko hingegen sorgt mit seiner Performance am Mast für Gänsehaut. Waghalsige Stunts wechseln sich ab mit beeindruckenden Figuren und Kraft in Perfektion – ein feuriger Mix aus atemberaubender Handstand-Equilibristik, kraftvoller Mastakrobatik und furchtlosen Sprüngen. Seine Lebenspartnerin Aniko Serfözo ist ebenfalls eine wahre Allround-Artistin. Die junge Schweizerin begeistert das Publikum, zu dem James Bond Titelsong GoldenEye von Tina Turner, mit einer grazilen wie kraftvollen Darbietung auf dem Drahtseil – modern, weiblich, innovativ. Auf dem dünnen Seil zeigt Aniko auf High Heels eine akrobatische Meisterleistung. Ihre Kunst öffnete ihr bereits europaweit Türen zu Top-Events wie der Berliner Fashion Week oder der TV-Show „Lets Dance“. Auch Artur und Esmira sind privat ein Paar und präsentieren eine innige Performance an den Strapaten. Ihre besondere Verbindung zueinander zeigen sie in einer fesselnden Luftakrobatik. Dabei bilden blindes Vertrauen und Leidenschaft eine wunderbare Symbiose. Hula-Hoop-Künstlerin, professionelle Tänzerin und Choreografin – das ist Iryna Hladka! Seit Februar 2022 lebt die junge Ukrainerin im Varieté et cetera. In dieser Zeit hat sie all Ihre Kraft in die Konzeption einer neuen dynamischen, kraftvollen Nummer gesteckt und damit etwas ganz Wundervolles kreiert. Für Coolness, Publikums-Flirts und Virtuosität gibt es nur einen Namen, Mr. WOW! Mit seinem Diabolo sorgt der Wahl-Bochumer Badboy für mächtig heiße Moves. Davon durften sich auch schon die Jury und die Zuschauer bei „Das Supertalent“ überzeugen. Mit seinem Auftritt sorgte Adrian de Greef alias Mr. WOW für wahre Begeisterungstürme. Die beiden Sportakrobaten Dmitry und Georgii zeigen als Duo DimaA eine beeindruckende und preisgekrönte Darbietung auf Weltklasseniveau – Präzision gepaart mit männlicher Noblesse, purer Kraft, Ästhetik und einem ausgeprägten Balancegefühl. Freuen Sie sich auf eine Show mit Nostalgie, Boygroups und HipHop, die Hits der 90's und spektakuläre Künstler. Feiern Sie mit uns dieses besondere Jahrzehnt!

**VARIÉTÉ et cetera**  
BOCHUM

ARTISTIK.COMEDY.GASTRONOMIE.



0234  
13003

10. September - 06. November 2022



SHOWS: Do. u. Fr. 20 Uhr | Sa. 16 & 20 Uhr | So. Brunch & 19 Uhr o. Satt & Lustig

[WWW.VARIETE-ET-CETERA.DE](http://WWW.VARIETE-ET-CETERA.DE)

Nächster Erscheinungstermin:  
**Donnerstag, 29.9.2022**  
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.9.2022

Image

Lassen Sie uns zusammen  
die Welt entdecken &  
Ihre schönste Zeit im Jahr planen!



**TUI ReiseCenter**  
City Reisebüro Bochum GmbH

Kemnader Straße 335 | 44797 Bochum  
Telefon 0234 9799977 | bochum4@tui-reisecenter.de  
[www.tui-reisecenter.de/bochum4](http://www.tui-reisecenter.de/bochum4)  
[www.facebook.com/TUI.ReiseCenter.Bochum.Stiepel](https://www.facebook.com/TUI.ReiseCenter.Bochum.Stiepel)

Friesen auf kulinarischer  
Weltreise  
Norwegische Spezialitäten

Restaurant  
**Jever Krog**  
mit der friesischen Note

Öffnungszeiten: Mi. bis Sa. 12 bis 14 Uhr und ab 17.30 Uhr,  
So. 12 bis 14 Uhr und ab 17.30 Uhr, Mo. + Di. Ruhetag  
Meesmannstraße 103 · Witten-Herbode · ☎ 0 23 02 / 7 36 05  
[www.jeverkrog.com](http://www.jeverkrog.com) · E-Mail: info@jeverkrog.com

**Krimi-Dinner**  
am  
**20. September 2022**  
– Vorverkauf läuft –  
Karten hier im Jever

**15 verschiedene  
Schnitzelvariationen**

# Tradition trifft auf Moderne!

„Sich selbst immer wieder neu erfinden“, das ist die Philosophie von Monika und Peter Schemmann! Unter diesem Motto feiern die Inhaber mit ihrem Team am 8. September ihr 150-jähriges Bestehen, und das am gleichen Standort wie vor 150 Jahren und das ist eine echte Besonderheit.

Im Laufe der Zeit hat das Traditions Haus Schemmann viel erlebt.

Carl Schemmann gründete das klassische Glas-, Porzellan- und Haushaltswarengeschäft im Jahre 1872.

Neueröffnung mit einem super Event. Nun begann die neue Ära mit Schemmann's Genuss & Style im neuen Concept Store auf über 800 qm.

Designer Mode, einzigartig in Witten, bei Schmuck von Thomas Sabo und Pandora ist der Name Programm.

Hier dreht sich nun alles auf 300 qm um Fashion und Schmuck - Mode wird hier zum Erlebnis.

Hochwertige Labels wie Sportalm Kitzbühel, HIGH, RIANI, Rundholz und Marc Cain sind hier einzigartig in der Ruhrstadt und lassen das Herz einer jeden Frau höher schlagen!

In der unteren Etage dreht sich ALLES um Geschenkkörbe, Dekorationen und Genuss! Geschenkkörbe sind die Spezialität des Hauses, lassen Sie sich hier gerne beraten!

Feinkost aus Italien und Deutschland von VIANI und Wajos finden die Kunden im Sortiment sowie süße Leckereien und Lakrids by Bülow.

Über 20 verschiedene Ginsorten sowie der mehrfach prämierte Hellhammer Gin sind immer vorrätig.

Später übernahm das Geschäft Friedrich Schemmann und zuletzt lenkte Inge Schemmann die Geschäfte.

Die Genussbar im Erdgeschoss ist täglich geöffnet, hier können Weine, Kaffeespezialitäten und Vino Frizzante verkostet werden, samstags treffen sich hier gerne Weinliebhaber und Genießer. Außerdem gibt es hier die leckeren Rezepte von Brigitte!

In 4. Generation führen nun seit vielen Jahren Peter Schemmann, Sohn von Inge Schemmann, mit seiner Frau Monika die Geschäfte. Die 5. Generation, die Töchter Franziska und Marie-Theres, unterstützen ihre Eltern aktiv im Bereich Social Media, sind aber hauptberuflich in anderen Bereichen noch tätig.

**Schauen Sie vorbei  
- wir freuen uns auf Sie!**

**Monika und Peter Schemmann mit Team**

Im September 2021 erfolgte dann die große



**150 Jahre Schemmann**

Große VIP Party am 08.09 ab 18 Uhr

Wir feiern vom **08.09 - 24.09.2022** & schenken Euch

**-15% auf ALLES**  
ausgenommen Feinkost & Spirituosen

Only for VIP  
Only for YOU

Ruhrstraße 21, 58452 Witten  
Montag-Freitag: 10:00-18:30 Uhr  
Samstag: 10:00-16:00 Uhr

Marc Cain  
Riani  
Sportalm  
High  
Rundholz  
Pandora  
Thomas Sabo

Wajos  
Lakrids by Bülow  
Hellhammer  
Viani  
Räder Design  
Fiftyeight Products  
Küchenprofi



## Feiern Sie mit uns - Das erwartet Sie!

Im Zeitraum vom 8.-24. September gibt es 15% auf ALLES  
- ausgenommen Feinkost & Spirituosen -

- 8.9. ab 12 Uhr → **Modenschau von Marc Cain**
- 8.9. ab 18 Uhr → **Gin Tasting mit Herrn Hellhammer**
- 15.9. ab 12 Uhr → **RIANI Fashion Festival „Dreamscapes“**
- 15.9. ab 12 Uhr → **RIANI Wein Tasting + Modenschau**
- 24.9. → **„O'zapft is“ Oktoberfest an der Genussbar**
- 24.9. → **Sportalm Modenschau**
- Jeden Samstag → **„Brigittes Leckereien“ an der Genussbar**
- Jeden Donnerstag → **Ab 17 Uhr „After Work Party“**

Jeder ist hier recht herzlich eingeladen!



**PIPPI-LOTTA DAS OUTLET**  
direkt gegenüber Mo./Mit./Fr. 11 - 14 Uhr

**50% reduziert**

**SPORTALM**  
KITZBÜHEL

**HIGH**  
By Claire Campbell

**Schemmann's**  
**Genuss & Style**

Ruhrstraße 21 | Witten

Mo. - Fr. 10 - 18.30 Uhr, Sa. 10 - 16 Uhr

Style: Tel. 02302 420 750  
Genuss: Tel. 02302 20 200 97

## Über 100 neue Fünftklässler starten in der Hardenstein-Gesamtschule



Klasse 5d

Die Sonne strahlte mit den neuen Fünftklässlern der Hardenstein-Gesamtschule um die Wette, als sich die vier Klassen zum Gruppenfoto aufstellten.

Die Einschulungsfeier am 11.8. begann aufgeteilt für die Klassen 5a mit den Klassenlehrerinnen Frau Schneeloch und Frau Traumann und 5b Frau Eickelmann und Herr Vitkas mit einem Gottesdienst, dem sich eine Feier in der Aula am Hauptgebäude anschloss. Zum bunten Rahmenprogramm gehörten eine Aufführung und sportliche Darbietungen von Schülern aus dem sechsten Jahrgang sowie der Auftritt der Schulband unter der Leitung von Herrn Schloßmacher.

Den gleichen Einstieg genossen anschließend die Klassen 5c mit den Klassenlehrern Herrn Alhusein und Frau Tekülve und 5d mit den Klassenlehrerinnen Frau Hamplewski und Frau Reiter. Moderiert wurde die Feier durch Abteilungsleiter Herr Ulmer und zwei Schülern, ebenfalls aus dem sechsten Jahrgang.

Die einzelnen Klassen besuchen zwischen 24 und 28 Schülerinnen und Schüler. dx



Klasse 5a

## „Es ist dein Planet“ – Anmelden zum RuhrCleanUp 2022

10. September  
10.30 Uhr

Gemeinsam die Welt retten: Das klingt nach einem verdammt großen Ziel. Aber wenn sich viele Menschen zusammentun, können sie wirklich etwas erreichen. Wie bei den CleanUps an vielen deutschen Flüssen. Dazu zählt auch: **Der RuhrCleanUp in Witten am 10. September.**

Geschätzte vier Tonnen Müll transportiert der Rhein jeden Tag in die Nordsee. Ein Teil davon stammt aus der Ruhr. Um dieses Müllproblem an den Flüssen und dann in den Meeren zu reduzieren, treffen sich an vielen Flüssen Menschen, um sie zu säubern: neben der Ruhr auch an der Mosel, an Emscher, Lippe, Lahn und Selz, aber auch an Donau, Neckar, Main und Spree.

### Wie läuft es ab?

Für den RuhrCleanUp können sich Einzelpersonen, Gruppen, Vereine anmelden unter: <https://www.ruhrcleanup.org/de/ruhrcleanup/cleanups-zum-schleusenwaerterhaus>

Start ist am 10. September 2022 um 10.30 Uhr an zwei verschiedenen Startpunkten. Am Ende treffen sich alle gegen 12 Uhr am Königlichen Schleusenwärterhaus (Insel 1, 58456 Witten), dann soll es ein gemeinsames Abschlussfest geben.

### Treffpunkt 1: Parkplatz Nachtigallstraße

● Route 1 (5 km): Haupttroute. Vom Parkplatz aus Richtung Bommern, über die Ruhrbrücke und dann links entlang des Ruhrdeichs bis zum

Kreisel, entlang der Herbeder Str., dann links zum Anleger der MS Schwalbe und weiter bis zum Königlichen Schleusenwärterhaus.

● Route 2 (3 km): Familienroute. Vom Parkplatz aus Richtung Nachtigallbrücke, entlang der Bahntrasse bis zur Burgruine Hardenstein, zurück zum Anleger der MS Schwalbe und mit der Fähre übersetzen. Ziel: Königliches Schleusenwärterhaus.

### Treffpunkt 2: Parkplatz Ruhr-Golf P9, In der Lake 50, Witten

● Route 3 (3 km): Vom Parkplatz aus Richtung Ruhr und gleich rechts entlang des Westufers bis zur Autobahnbrücke (Graffiti-Brücke Kemnader See). Auf der anderen Seite zurück bis zum Zollhaus, über die Lakebrücke und am Ruhrufer entlang bis zum Königlichen Schleusenwärterhaus.

● Route 4 (1km): Vom Parkplatz aus Richtung Ruhr entlang „in der Lake“ und über die Wiesen vorbei am Kanu-Club Witten bis zum Königlichen Schleusenwärterhaus.

Es wird an beiden Treffpunkten Müllsäcke und Handschuhe zum Ausleihen geben. Auch Müllzangen werden in gewisser Anzahl vorhanden sein. Wer eigene Ausrüstung hat, bringt diese gerne mit. Es empfehlen sich lange Kleidung, feste Schuhe und eine Trinkflasche.

Volle Müllsäcke und große Einzelteile können entlang der Route abgestellt werden. Sie werden mit Lastenrädern und Elektrofahrzeugen eingesammelt.

Warum ist es nun eine gute Sache, beim RuhrCleanUp mitzumachen? Das lässt sich in einem Satz beantworten: Es ist vielleicht nicht dein Müll, aber es ist dein Planet.



Und sonst?

Joa, und selber?

Auch ...

Nutzen Sie Ihre Zeit lieber gewinnbringender.

## CDU setzt sich für Pfandringe ein

Die CDU-Fraktion regt einen weiteren Schritt zum Thema Sicherheit und Sauberkeit im Stadtgebiet an: probeweise sollen mindestens drei Pfandringstationen im Bereich der Innenstadt angebracht werden. Bei Pfandringen handelt es sich um Metall- oder vorwiegend Plastikringe, die um öffentliche Mülleimer angebracht sind und mit Pfandflaschen bestückt werden können. Durch diese Vorrichtung wird verhindert, dass Flaschen, die eigentlich zurück in den Kreislauf gehören, dem Müll zugeführt werden und verarmte Menschen in den Mülleimern danach wühlen müssen.

Bereits im Jahr 2019 wollte die CDU in einer Anfrage wissen, welche Standorte aus Sicht der Verwaltung sinnvoll erscheinen. Diese schlug sowohl den Hauptbahnhof, die Bahnhofstraße, als auch den Rathausplatz vor. Der Standortempfehlung schließt sich die CDU-Fraktion an. Die Kosten je Pfandring schätzt die Verwaltung auf 250-300€ und hält eine sponsorenfinanzierte und für die Stadt kostenneutrale Anschaffung für denkbar.



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

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

Jetzt Termin vereinbaren auf [sparkasse-witten.de/anlegen](https://sparkasse-witten.de/anlegen)

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Witten

## Da Franco

Restaurant-Pizzeria klein aber sehr gemütlich  
35 Jahre ob Pizzen, Pasta oder Salate ...



Wir machen Betriebsferien vom 15. bis 29. September. Wir wünschen allen eine gute Zeit.

... wir bereiten alles frisch aus bester Qualität zu, original nach den Rezepten der geschmackvollen calabresischen Küche.

Öffnungszeiten:  
12.00-15.00 Uhr  
17.00-22.00 Uhr  
Dienstag Ruhetag

Meesmannstraße 56 • 58456 Witten-Herbede  
Telefon: 02302 79672

## Mooren

Inh. Klaudia Wesner

Bücher • Tabakwaren • Lotto • Reisebüro

Reisen in alle Welt

fachkundige Beratung  
große Auswahl faire Preise

Helium-gefüllte Folienvollons

Meesmannstraße 57 • 58456 Witten • 02302/73465

## Baustelle Herbeder Straße kommt gut voran



Drei Monate lang können Autos die Herbeder Straße nicht passieren, weil eine Erdgasleitung erneuert und die Hänge gesichert werden. SPD und Bündnis90/Die Grünen stellten dazu dem Bürgermeister nach Baubeginn einige Fragen zu den Auswirkungen.

Wie Straßen.NRW am 7. Juli unter „Informationen aus erster Hand“ ankündigte, sollten ab dem 12. Juli am Steilhang zwischen der L924 (Herbeder Straße) und der „Am Kleff“ in Witten Bauarbeiten durchgeführt werden. Anlass seien die Erneuerung einer Erdgasleitung und Hangsicherungsarbeiten. Nicht zur Freude der Autofahrer muss damit einhergehend die

Herbeder Straße für drei Monate voll gesperrt werden. Umleitungen waren ausgeschildert, führten aber vor allem vor der Herbeder Ruhrbrücke zu aufwendigen Wendemanövern von Lkws. Der parallel zur Straße verlaufende Geh- und Radweg blieb während der Baumaßnahme offen und dauerhaft zugänglich.

Der Plan sah so aus, dass zunächst die Natursteinmauer sowie die im Hang befindliche Erdgasleitung an und unter der wichtigen Verbindungsader zwischen Witten und Herbede zurückgebaut werden. Für den Austausch der Erdgasleitung im Bereich des Steilhangfußes war zudem der Aushub einer Baugrube notwendig. Parallel und danach wird der Hang in den Bereichen vor und hinter der zu erneuernden Erdgasleitung mit einer Netzbespannung und Anker gesichert.

Sehr angetan von dem Verlauf der Baustelle zeigt sich Christine D., die beinahe täglich mit ihrem Rad von Witten nach Herbede fährt: „Es geht zügig voran, hier sind große Maschinen im Einsatz, lange Eisenstäbe werden im Hang versenkt und am nächsten Tag ist gut zu erkennen, was wieder geschafft wurde.“ dx



## 5 Jahre Kleingruppentraining Die Trainierbar in Heven feiert Jubiläum

„Mein Ziel war es, mit meinen Kleingruppen eine Fitnessnische zu finden für alle, denen große Fitness-Studios zu unpersönlich und ein Personaltraining zu kostspielig sind“, erklärt Andrea Lau, Inhaberin der Trainierbar und ausgebildete Fitness- und Personaltrainerin sowie Schmerzcoach nach Liebscher & Bracht, welche bereits seit 1996 in der Fitnessbranche tätig ist. Und dieses Konzept funktioniert nun mehr bereits seit 5 Jahren wunderbar. „Meine Kurse bieten für jedes Alter und für jedes Fitnesslevel das Richtige. Meine Mitglieder sind sehr treu und viele bereits seit dem 1. Tag dabei“, ergänzt sie freudig. In Kleingruppen wird hier individuell auf die Teilnehmer eingegangen. Neben altbewährten Kursen wie Pilates, Functional Training und Seniorengymnastik sind die „Exoten“ wie Bungee-Fitness, Flying Pilates und Dehnen nach Liebscher & Bracht mittlerweile nicht mehr aus dem Kursprogramm wegzudenken. Mitglieder der Trainierbar schätzen vor allen Dingen die gemütliche und persönliche Atmosphäre.

### Training mit viel Herz, Spaß und Motivation



Vor allen Dingen die Senioren freuen sich immer sehr auf ihre Stunde. Neben Mobilisation, Kräftigung und Dehnen kommt hier auch ein Pläuschchen zwischendurch nicht zu kurz. Andrea Lau ist sehr froh, den Schritt in die Selbstständigkeit gewagt zu haben. Und gerade die vielen positiven Rückmeldungen ihrer Teilnehmer bestärken sie in ihrer Passion. „Die Trainerin versteht es die Übungen auf jeden einzelnen zuzuschneiden. Das macht die Kurse so individuell“, erzählt eine Teilnehmerin. Eine andere schwärmt: „Meine Rückenbeschwerden haben sich durch die gut erklärten und kontrollierten Übungen sehr verbessert. Dabei ist Andreas toller trockener Humor und ihre herzliche Art äußerst hilfreich, die Anstrengungen gut zu meistern. Nicht zu vergessen ist das freundliche, moderne Ambiente des kleinen Studios. Es ist sehr toll, dass die Trainierbar in Heven zu Hause ist.“

Das 5-jährige Bestehen „feiert“ die Trainierbar mit einem Schnupperkurs-Wochenende am 10. & 11.9.2022. Interessierte können sich über die Homepage oder direkt in der Trainierbar anmelden.

Das 5-jährige Bestehen „feiert“ die Trainierbar mit einem Schnupperkurs-Wochenende am 10. & 11.9.2022. Interessierte können sich über die Homepage oder direkt in der Trainierbar anmelden.

### Schnupperkurs Wochenende am 10. & 11. September

#### Samstag, 10.9.2022

- 10.00-11.00 Uhr Flying Pilates
- 11.30-12.30 Uhr Functional Zirkel Training
- 13.00-14.00 Uhr 4 DPRO Bungee Fitness
- 14.30-15.30 Uhr Pilates

#### Sonntag, 11.9.2022

- 12.30 – 14.00 Uhr Schmerzfrei dehnen nach Liebscher & Bracht

## Ein Tag in der Senioren-WG

9.30 Uhr: Else (die Namen wurden geändert) setzt sich schon mal an den Frühstückstisch. Der ist ja schon fast fertig gedeckt.

„Aber warten Sie noch mit dem Essen, die anderen sind ja auch noch nicht am Tisch“, sagt die nette Mitarbeiterin von der Seniorenbetreuung. – Ach ja, die Zimmernachbarin war noch unter der Dusche. Und hier vorn im Zimmer war noch der junge Mann vom Pflegedienst. Außerdem ist es ja auch noch nicht 10 Uhr. Denn dann frühstücken wir immer gemeinsam. „Dann kann ich ja eben noch die Vögel füttern“, sagt Else und verschwindet auf die Terrasse.

Nach und nach kommen die anderen dazu. Heute gibt es Rosinenstuten. Der ist immer lecker. Nach dem Frühstück gehen die einen zurück in ihr Zimmer, während andere sich um die Pflanzen im Garten kümmern. Die Seniorenbetreuung hilft, die Zimmer zu putzen, wer es noch kann, hilft beim Staubsaugen, Müll rausbringen oder z. B. Wäsche aufhängen.

Die ersten Tomaten sind reif. Else bringt ein paar für den Salat heute Mittag mit rein. Das Mittagessen wird von der Seniorenbetreuung zubereitet. Gerda kann noch die Tomaten schneiden. Bis das Essen fertig ist, geht noch eine Mitbewohnerin spazieren. Zum Essen treffen sich alle wieder. „Wie das duftet!“

Nach dem Essen wird Mensch-ärgere-dich-nicht gespielt. Wer keine Lust dazu hat, macht einen kleinen Mittagsschlaf. Manch einer bekommt Besuch von der Familie.

Zum Kaffeetrinken setzen sich heute alle auf die Terrasse, denn das Wetter ist heute so schön. Dabei kann man auch noch ein paar alte Volkslieder singen und in Erinnerungen schwelgen. Bald kommt auch schon wieder der Pflegedienst und der Tag geht zu Ende.

## Senioren WG SUCHT MITBEWOHNER

Unsere schöne selbstbestimmte Senioren - WG in Witten-Heven mit 24 Std.- Betreuung sucht nette Mitbewohner. (Auch an Demenz Erkrankte)

Bei vorhandenem Pflegegrad ist eine Abrechnung mit der Krankenkasse möglich.

Wir freuen uns auf Sie!



**Bonk UG**  
Inhaber: Monika Bonk-Kahsner  
Otto-Hue-Str- 26  
58456 Witten

Mobil 0178 306 13 55  
E-Mail: monika\_bonk@web.de

<http://senioren-wg-zimmer.de>

TRAINER BAR

5 Jahre

## individuelles Kleingruppen- und Personal Training

- Pilates • Flying Pilates • Funktionelles Zirkeltraining
- Seniorengymnastik • Bungee Fitness
- Schmerzfrei dehnen nach Liebscher & Bracht®

Andrea Lau • Haldenweg 10 • 58455 Witten  
Tel.: 0170/4667134 • [www.trainierbar-witten.de](http://www.trainierbar-witten.de)



Gesellschafterin  
für Senioren und  
hilfsbedürftige  
Menschen

ProSenior

Qualifizierte  
Seniorenbetreuung  
Monika Bonk

- ❖ Betreuung, Unterstützung und Begleitung von älteren und hilfsbedürftigen Menschen in ihrer gewohnten Umgebung.
- ❖ Entlastung von pflegenden Angehörigen
- ❖ Interessante Freizeitgestaltung

- ❖ Unterstützung bei Demenzerkrankung

[www.pro-senior-bonk.de](http://www.pro-senior-bonk.de)

ProSenior Seniorenbetreuung Tel.: 0 23 02 / 1 76 46 80  
M. Bonk • Wannen 116 Mobil: 01 78 / 3 06 13 55  
58455 Witten-Heven Email: [monika\\_bonk@web.de](mailto:monika_bonk@web.de)

## Billerbeckstraße

### Baustelle wandert weiter!

Der Bereich zwischen Blumenstraße und Wannen ist wieder komplett frei. Die Arbeiten und damit die Vollsperrung verlagert sich auf den Abschnitt zwischen Auf dem Hee und Blumenstraße. Dabei bleibt die Straße Auf dem Hee durchgängig befahrbar, die Billerbeckstraße wird erst kurz hinter der Kreuzung und dann bis kurz hinter die Einmündung der Hüttenstraße gesperrt. Die Hüttenstraße wird dadurch zur Sackgasse. Das heißt, sie ist nur noch über die Straßen Hadel und Am Busche erreichbar. Die Arbeiten dauern voraussichtlich bis Ende September. Dann folgt der allerletzte Abschnitt mit einer Sperrung zwischen Hütten- und Blumenstraße.

## VHS Kursbuch mit 266 Seiten

Weit öffnet die Volkshochschule Witten Wetter Herdecke ihre Türen wieder ab dem 5. September zum 2. Semester des Jahres. Was es zu entdecken, erlernen oder zu genießen gibt, steht in dem neuen 266 Seiten starken Kursbuch, mit dem die VHS in das zweite Semester des Jahres geht.

Nach zweieinhalb Jahren Corona sind die Batterien der Menschen leer, so Martina Schulte-Zweckel. Die Fachbereichsleiterin für Gesundheit & Wellness, Ernährung, Kunst & Kreativität appelliert deshalb: Auf zur VHS, um wieder aufzutanken.

Das neue Kursbuch liegt ab sofort an zahlreichen Verteilerstellen in Witten, Wetter und Herdecke wie die Wittener Stadtgalerie, in verschiedenen Kultureinrichtungen, Sparkassen, Apotheken, Büchereien und Buchhandlungen aus.

Für persönliche Anmeldungen ist das Seminarzentrum der VHS in Witten Annen, Holzkampstraße 7, montags bis donnerstags von 8.30 – 16.00 Uhr und freitags von 8.30 – 15.00 Uhr offen. Online führt der Weg über [www.vhs-wwh.de](http://www.vhs-wwh.de). Anmeldekarten können per Post oder E-Mail (als PDF oder Foto) an [info@vhs-wwh.de](mailto:info@vhs-wwh.de) gesendet werden.

**Werde Teil unseres Teams!**

**als exam. Pflegefachkraft (gn), Pflegehilfskraft (gn) / Sozialarbeiter (gn) im Seniorenzentrum "Am alten Rathaus", Witten**

- in Voll-/Teilzeit/450€-Job, unbefristet
- Tag- & Nachtdienst
- monatliche Bonusleistungen
- 13. Gehalt + Urlaubsgeld
- BGM (z.B. Massagen) + Zuschüsse

WhatsApp-Bewerbung 0157 311 608 66

SCAN ME

AP - Pflegedienste GmbH Sabine Goedtko 02302 282 681 141 goedtko@seniorenzentrum-witten.de

zu Hause fühlen - in Würde leben

## Äpfel von Streuobstwiesen

### NaWit sammelt wieder ab dem 11. September

Die Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station (NaWit) sammelt auch in diesem Jahr wieder Äpfel zur Herstellung des naturbelassenen „Apfelsaft aus Wittener Streuobstwiesen“.

Um Streuobstwiesen in Witten und Umgebung zu schützen und zu fördern, nimmt die Naturschutzgruppe Witten (NaWit) wieder naturbelassene ungespritzte Äpfel entgegen. Zur Erreichung einer guten Qualität bittet die NaWit darum, nur ungespritzte und reife, aber keine faulen oder stark verschmutzten Äpfel zur Biologischen Station der NaWit, Am Hang 2 in Witten-Annen zu bringen. Gerne werden auch Apfelspenden angenommen.

Aus organisatorischen Gründen können größere Apfelfieferungen ab 300 kg erst ab 18 Uhr an den jeweiligen Terminen entgegengenommen werden. Die großen Mengen mögen vorher telefonisch unter der Rufnr. 0171 3140488 oder per E-mail (biostation@nawit.de) angemeldet werden.

Jeder Obstanlieferer erhält für abgegebene sieben Kilogramm Äpfel eine Flasche Apfelsaft, die direkt mitgenommen werden kann. Für größere Mengen werden Apfelsaft-Gutscheine ausgegeben, die während der Apfelaufnahme ab Oktober 2022 oder während der Bürozeit dienstags zwischen 10 und 12 Uhr eingelöst werden können. Sie haben eine Gültigkeit bis Ende Januar 2023. Möglichst sollte vorher telefonisch Kontakt unter 6 40 62 aufgenommen werden, falls das Büro der Biologischen Station nicht besetzt sein sollte.

### Termine der Apfel-Annahme 2022

- |                     |                               |
|---------------------|-------------------------------|
| Sonntag, 11.09.2022 | Sonntag, 25.09.2022           |
| Sonntag, 02.10.2022 | Sonntag, 09.10.2022           |
| Sonntag, 16.10.2022 | (bei Bedarf auch 23.10.2022). |
- jeweils von 17.00 - 18.00 Uhr -

Am 18.9.22 können keine Äpfel angenommen werden, da die NaWit an diesem Sonntag beim Ökomarkt am LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall in Witten von 11 - 17 Uhr mit einer Obstpresse frischen Apfelsaft herstellt, der vor Ort probiert werden kann. dx

## Kindertreff Herbede – Programm September

Wilhelmstr. 4 - 58456 Witten - Telefon: 2052016 - Fax: 2052017  
kindertreff-herbede@drk-witten.de  
„kindertreff.drk-witten.de“ & „herbede-grundschule.de“  
Mo. – Fr. 15.00 – 18.00 Uhr



**Alle Kinder zwischen 6 und 12 Jahren sind willkommen!**

Mo	05.09.2022	Natur Aktiv	Schnitzen im Schulgarten
Di	06.09.2022	Slackline	Balancieren auf dem Seil (Treff-Kiosk ab 16:00 Uhr)
Mi	07.09.2022	Garten	Arbeiten, pflanzen und „abhängen“
Do	08.09.2022	Treff geschlossen	Der Treff bleibt heute leider geschlossen.
Fr	09.09.2022	Film-Studio	Wir drehen Filme für die Schul-Sanitäter (Treff-Kiosk ab 16:00 Uhr)
Mo	12.09.2022	E-Games	Wir spielen Nintendo Switch (Treff Kiosk ab 16:00 Uhr)
Di	13.09.2022	Kochen	Es gibt Kaspressknödel (Käseknödel). Bitte 50 Cent mitbringen!
Mi	14.09.2022	Garten	Arbeiten, pflanzen und „abhängen“
Do	15.09.2022	Wanderung	Wir treffen uns um 15:00 Uhr. Den Treffpunkt geben wir noch bekannt. (Anmeldung bis 14.09.) Die Räume schließen um 16:00 Uhr!!!
Fr	16.09.2022	Film-Studio	Wir drehen Filme für die Schul-Sanitäter (Treff-Kiosk ab 16:00 Uhr)
Mo	19.09.2022	Schwimmen	Wir gehen ins Heveney. Anmeldung bis 16.09. notwendig. Die Räume schließen um 16:00 Uhr!!!
Di	20.09.2022	Natur Aktiv	Schnitzen im Schulgarten Treff-Kiosk ab 16 Uhr.
Mi	21.09.2022	Garten	Freizeit und werkeln im Garten
Do	22.09.2022	Feuer-AG	Für die Kinder der Feuer-AG geht es heute weiter.
Fr	23.09.2022	Film-Studio	Wir drehen Filme für die Schul-Sanitäter (Treff-Kiosk ab 16:00 Uhr)
Mo	26.09.2022	Kochen	Wir kochen Kartoffelsuppe. Bitte 50 Cent mitbringen!
Di	27.09.2022	Treff-Kino	Der Film wird bis zum 23.09. bekanntgegeben. Treff-Kiosk ab 16 Uhr.
Mi	28.09.2022	Garten	Freizeit und werkeln im Garten (Treff-Kiosk ab 16:00 Uhr)
Do	29.09.2022	Wanderung	Wir treffen uns um 15:00 Uhr. Den Treffpunkt geben wir noch bekannt. (Anmeldung bis 28.09.) Die Räume schließen um 16:00 Uhr!!!
Fr	30.09.2022	Film-Studio	Wir drehen Filme für die Schul-Sanitäter (Treff-Kiosk ab 16:00 Uhr)

Anmeldungen für Aktionen bitte immer über die Email-Adresse: kindertreff-herbede@drk-witten.de

### www.image-witten.de

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

**topaktuell – kostenlos**



# REWE

## Lenk

Besser einkaufen seit 1902.

Ab einem Einkaufswert von 10,- € erhalten Sie in unserem Markt gegen Vorlage dieses Coupons

**eine Flasche\* Stauder Helles Bierchen 0,33l**

Einzulösen bis zum 10. September 2022.

Süffig, vollmundig, ehrlich!



# Stauder

Ehrlich wie das Ruhrgebiet.

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

Im Hammertal 81 – 83 | 58456 Witten

Qualität ist unser Prinzip

## Moderne Klassik in Buchholz Cityfonds - neu in Witten!

Sie haben in den Vorjahren bereits die Buchholzer begeistert – und so war es keine Überraschung, dass der Gemeinderaum der evangelischen Kirche in Buchholz wieder gefüllt war, als am Donnerstag, dem 11. August, Jeannie und Norbert Papenkort gastierten. Gute Unterhaltung bei Musik und Gesang hatte das Bündnis für Buchholz angekündigt – und die Besucher wurden nicht enttäuscht. Sie erfreuten sich an vielen Klassikern der letzten Jahrzehnte und stimmten häufig begeistert mit ein. Man merkte es Jeannie und Norbert Papenkort an, dass sie ihre Musik mit Herz und Seele präsentierten. Herzlicher Dank der Besucher dafür drückte sich immer wieder in begeistertem Applaus aus.



## Grillen am Wetterkamin



Wieder hatte der SPD-Ortsverein Buchholz-Kämpen zu seinem alljährlichen Grillnachmittag am historischen Wetterkamin eingeladen – und zahlreiche Mitglieder und Freunde nahmen bei herrlichem Wetter am Samstag, dem 6. August, daran teil. Wie

immer bestand die Möglichkeit, sich auch bei einer Lichtbildschau an die diesjährige Reise des Ortsvereins in die Lüneburger Heide und nach Rothenburg o.d.T. im vergangenen Jahr erinnern zu lassen. Vorsitzender Martin Kuhn freute sich, dass auch Landrat Olaf Schade, Ina Blumenthal MdL und Axel Echeverria MdB sowie weitere Vertreter überörtlicher Gremien der SPD seiner Einladung gefolgt waren und teilnahmen.

## Jahreshauptversammlung Bündnis für Buchholz e.V.

Am Sonntag, den 11. September, findet um 11 Uhr im Gemeinderaum der evangelischen Kirche Buchholz, Buchholzer Str. 31, 58456 Witten, die Jahreshauptversammlung statt. Alle Mitglieder sind herzlich eingeladen.

## Weitere Bewerbungen sind bis 16.9. möglich

Der begrünte Außenbereich vor dem Regionalladen „Grüne Perle“ in der Bahnhofstraße 18, neue Hochbeete im Wiesenviertel, eine „urbane Grünbuch“ vor dem „Kijamii Café“ in der Oberstraße 4 schaffen kleine Aufenthaltsinseln, die zum entspannten Verweilen einladen. Das heißt, die Passant\*innen, die sich dort ein Püschchen gönnen, müssen nicht beim zugehörigen Laden oder Café einkaufen. Finanzielle Unterstützung erhalten die Begegnungsorte dabei vom Cityfonds, den das Innenstadtbüro mitten@witten im Rahmen der Innenstadtentwicklung „unsere Mitte – gemeinsam gestalten“ koordiniert.

## Weitere Projektanträge möglich

Der Cityfonds ist ein Projekt im Rahmen der Innenstadtentwicklung „unsere Mitte - gemeinsam gestalten“. Das Projekt wird finanziert aus dem Städtebauförderprogramm „Lebendige Zentren“ mit Mitteln des Bundes, des Landes und der Stadt Witten. Ziel ist es, die Wittener Innenstadt als attraktiven Wohn-, Lebens- und Arbeitsstandort zu stärken.

Im Cityfonds stehen noch weitere finanzielle Mittel zur Verfügung. Bis zum 16. September 2022 können Projektanträge eingereicht werden. Unbedingt ratsam ist es, im Vorfeld ein Gespräch mit dem Innenstadtbüro mitten@witten zu führen und die Projektidee zu erläutern. Das Team erläutert die Förderbedingungen und unterstützt gerne bei der Antragsstellung. Der Zuschuss zum Projekt beträgt maximal 50 Prozent der förderfähigen Kosten, die verbleibenden 50 Prozent müssen die Bewerber\*innen selbst erbringen.

Projektanträge können bis zum 16. September gestellt werden unter Team Kontakt : mitten@witten- das Innenstadtbüro, E-Mail: info@mitten-witten.de, Tel. 02302/ 9 78 34 48.

## Finanzhilfen für die Quartiere

Bürger\*innen, Vereine, Unternehmen und sonstige Institutionen können sich weiterhin um Geld aus dem jeweiligen Quartiersbudget (für Bommern, Herbede, Rüdighausen und Stockum je 12.500 Euro) für die Umsetzung von gemeinnützigen Projekten in den genannten Stadtteilen bewerben. Von Quartiersfesten über gemeinschaftlich genutzte Infrastrukturen wie Boulebahnen oder „Urban Gardening“ ist vieles denkbar. Im Fokus stehen dabei Projekte, die das Gemeinwohl und den Zusammenhalt im jeweiligen Stadtteil stärken, oder den stationären Einzelhandel/Handwerk und die lokale Gastronomie unterstützen.

Welche Projekte mit den Quartiersbudgets finanziell unterstützt werden, entscheidet eine ehrenamtliche Jury. Die nächsten Jurysitzungen finden am 5. Oktober (Bewerbungsschluss 23.9.2022) und am 3. November (Bewerbungsschluss 20.10.2022). Engagierte aus den vier Stadtteilen finden alle Infos zum Bewerbungsverfahren, Fristen und Formulare auf der Website der Wirtschaftsförderung der Stadt Witten unter [www.witten.de/wirtschaft/projekte/quartiersbudgets](http://www.witten.de/wirtschaft/projekte/quartiersbudgets). Ansprechpartnerin ist Karin Kudla unter [bodenwirtschaft@stadt-witten.de](mailto:bodenwirtschaft@stadt-witten.de) und unter 02302 / 581-6267.

# Freibad wurde zum Open-Air-Kino



Versuch gelungen: das Freibad Annen wurde eine Woche lang zum open-air-Kino.

Laue Sommerabende, am Pool sitzen und sich einen Kinofilm anschauen... Möglich gemacht haben dies jetzt die Stadtwerke Witten im XXXL-Format: vom 29. Juli bis 6. August 2022 wurde der hintere Teil des Freibads zum Kinosaal. Eine Woche lang konnten bis zu 200 Besucher jeweils nachmittags und abends in einem der vielen Liegestühle, Stühle oder Sitzsäcke Platz nehmen und sich einen Kinofilm anschauen.

## Von Wickie bis Batmann

Einschränkungen im Badebetrieb erfuhr das Freibad durch die Kinoaktion so gut wie gar nicht. Lediglich das Beachvolleyballfeld und der Basketball-Court konnten in der Zeit nicht bespielt werden. Bei den Abendvorstellungen war auch der Zugang zu den Wasserflächen gesperrt.

Bei der Auswahl der Filme stand im Vordergrund, für jeden Geschmack ein Angebot zu finden. So hatten die Kinder ihren Spaß an den Klassikern „Jim Knopf, der Lokomotivführer“ oder – für die ältere Generation ebenfalls unvergessen – „Wickie und die starken Männer“ bis zu „Royal Corgi – Die Lieblinge der Queen“ und „Die Schule der magischen Tiere“. Im Abendprogramm lief „The Batmann“, „Ziemlich beste Freunde“ oder auch „LaLaLand“. Übrigens, Der Film „Bang Boom Bang“ wurde teilweise sogar in Witten gedreht.

## Kino-Angebot fand Zuspruch

Die Rückmeldungen ergaben, dass die meisten Besucher von der Location und dem Ambiente sehr angetan waren und auf eine Fortsetzung hoffen – gerne auch schon frühzeitiger im Jahr. „Dafür, dass

wir das zum ersten Mal veranstalten, ist es gut gelaufen, mehr geht natürlich immer“, zog Michael Blumberg, Abteilungsleiter Bäder und Schifffahrt, eine zufriedene Zwischenbilanz. Um das Angebot zu etablieren, seien sicher mehrere Auflagen des Open-Air-Kinos erforderlich. Im Schnitt besuchten 70 Kinofreunde eine Vorstellung. Der Eintritt für Kinder betrug lediglich 1 € und für Erwachsene 10 €. Durch die Anordnung des Kinos, aber auch durch Zusatzangebote wie Snacks, selbstverständlich Popcorn und Getränke sowie eine entsprechende Beleuchtung in den Abend hinein, hatte Blumberg mit seinem Team eine Wohlfühl-Atmosphäre geschaffen. Selbst, wenn Petrus in der Zeit nicht mitgespielt hätte, wären Regenschirme, zusätzliche Pavillons oder auch wärmende Decken bei schlechtem Wetter zur Hand gewesen. Selbst bei „Knalle-Sonne“ garantierte der riesige 15 qm große LED-Bildschirm eine gute Sicht auf den Film.

## Burg Kino half mit Know-how

Da Kino natürlich nicht zum Kerngeschäft der Stadtwerke zählt, stellte die Zusammenarbeit und Unterstützung durch das Burg Kino eine große Hilfe dar, beispielsweise im Umgang mit Film-Lizenzen. Es war dem Orga-Team der Stadtwerke aber auch wichtig, ein Wittener Unternehmen mit ins Boot zu holen, um letztendlich die Ruhrstadt um eine weitere Aktion zu bereichern.

Die Idee, ein Freilichtkino zur Erhöhung der Freibad-Attraktivität zu veranstalten, stand schon länger im Raum. Das Freibad sei zu mehr nütze, als es nur 17 Wochen lang im Jahr für Badegäste zu öffnen, so der Bäderchef. Zu dem Zeitpunkt war aber noch nicht bekannt, dass die Stadtwerke bereits Mitte August die Tore an der Herdecker Straße 66 wieder schlossen, um Energie zu sparen. dx

# Zum 598. Mal Zwiebelkirmes

Witten, 1214 erstmals urkundlich erwähnt, feiert schon seit fast 600 Jahren die Zwiebelkirmes. Die 598. Auflage findet in diesem Jahr von Freitag, 2. September, bis Montag, 5. September, statt! Geplant sind wieder vier Tage Kirmesstrubel und ein buntes Rahmenprogramm rund um die Zwiebel.

Wie in den letzten Jahren beginnt die Kirmesmeile am Sparkassenvorplatz an der Ruhrstraße und zieht sich hin bis zum Saalbauvorplatz an der Bergerstraße. Darüber hinaus bilden auch der Voß'sche Garten mit einer Verweilzone, Cocktailstand und Wasserspielplatz des Stadtmarketing und der Rathausplatz Schwerpunkte der Wittener Zwiebelkirmes.

Offiziell gestartet wird die Zwiebelkirmes wieder mit dem historischen Zwiebelumzug. Liebevoll geschmückte Wagen und kostümierter Fußgruppen ziehen am Freitag, 2. September, ab 16 Uhr über die Bahnhofstraße durch die Innenstadt mit dem Ziel Kirmesfläche. Bürgermeister Lars König wird die Zwiebelkirmes gegen 17 Uhr auf dem Sparkassenvorplatz mit dem Fassbieranstich eröffnen und einen großen Zwiebelkuchen anschneiden. Von 18.30 bis 22 Uhr trägt die Gruppe „Good News“ mit Oldies und Country-Musik zur Unterhalten bei.

Über 50 Schausteller kommen mit ihren Fahrgeschäften in die Ruhrstadt und wollen mit Autoscooter, „Extrem“ und Kettenflieger für Spaß und Nervenkitzel sorgen. Zu den besonderen Highlights der Zwiebelkirmes zählt der Base Jumper, bei dem sich die Doppelschalensitze um die eigene Achse drehen und in die Höhe katapultiert werden. Besonderen Fahrspaß für die Kinder garantieren Babyflug, Kid's World und – eben eine Nummer kleiner – der Kinderkettenflieger.

## Samstag, Tag der Zwiebelläufe

Beschaulich beginnt der Samstag um 9 Uhr mit dem Zwiebelmarkt auf dem Rathausplatz, der um 14 Uhr seine Türen wieder schließt. Um 15 Uhr wird es dann sportlich, wenn die Zwiebelsackstaffelläufer der Kinder und Schüler im Voß'schen Garten an den Start gehen. Um 18 Uhr und 18.30 Uhr dürfen dann die Großen ran und als 4er-Staffel einen Zwiebelsack unter den Augen von Schiedsrichter Hannes Hornen vom Voß'schen Garten über die Schillerstraße bis zum Humboldtplatz und zurück tragen. Mit den Klassen 1 bis 7 gibt es verschiedene Wertungen für Frauen, Männer- und Mixedstaffeln. Die Zwiebelsäcke haben je nach Klasse ein Gewicht zwischen 5 und 12 kg. Die Siegerehrung ist für 20 Uhr geplant. Für die jeweils drei Schnellsten einer Klasse lobt die Sparkasse Witten wieder attraktive Preisgelder aus.

## Verkaufsoffener Sonntag

Das Sonntagsprogramm umfasst unter anderem ein großes Oldtimer-treffen im Bereich von der Stadtgalerie bis zum Berliner Platz. Freunde alter Karosserien und Motoren können sich also auf alte Autos, Traktoren, Motorräder und sonstige historische Fahrzeuge freuen. Von 13 bis 16 Uhr wird auf dem Rathausplatz auch die Seniorenmesse mit Angeboten aus den Bereichen Unterhaltung, Information und

# 598. WITTENER ZWIEBELKIRMES



Zwiebelkönigin Sylvia I., Klaus-Peter Nehm (Sparkasse Witten), Mathias Kukla (Stadtwerke Witten), Matthias Pöck (Stadtmarketing Witten), Christine Gassmann-Berger (Standortgemeinschaft Witten Mitte), Matthias Dix (Zwiebelsackträgerstaffelläufer), Marc Wischmann (Präsident Lions-Club Witten-Mark) und Karsten Zierdt (Stadtmarketing Witten) freuen sich auf die Zwiebelkirmes 2022.

Sport veranstaltet. Zudem organisiert das Stadtmarketing Witten am Sonntag von 14 bis 16 Uhr einen Zwiebelwichtellauf für Kinder- und Familien – mit kleinen Preisen, aber ohne Anmeldung. Ein Jazz-Konzert vom Milan Kühn und dem Martin Theurer Quartett schließt sich ab 16.30 Uhr an. Dazu gibt die Ausstellung zur Historie der Zwiebelkirmes einen Einblick in die fast 600-jährige Tradition des ältesten und größten Volksfestes in Witten. Alle Geschäfte der Innenstadt öffnen am Zwiebelkirmes-Sonntag von 13 bis 18 Uhr ihre Türen und laden zum Einkauf ein.

## Montag mit Rabattaktionen

Für den Montag, dem vierten Tage im Zwiebel-Bunde, halten die Schausteller von 14 bis 22 Uhr an den Kirmesgeschäften Rabattaktionen für die kleinen und großen Besucher bereit. Zudem bietet der Lions-Club Witten-Mark an seinem Stand auf dem Sparkassenvorplatz von Freitag, 2. September, bis Montag, 5. September, leckere Flammkuchen an. Die Verkaufserlöse fließen in soziale Projekte.

## Unterstützer | Öffnungszeiten

Die Zwiebelkirmes wird unterstützt von der Sparkasse Witten, der Stadtwerke Witten GmbH, der Bochum-Gelsenkirchener Straßenbahn AG (Bogestra), der Standortgemeinschaft Witten Mitte e.V., der Schausteller-Vereinigung Witten e.V. und dem Hermann Bonner Verein. Die Kirmesgeschäfte haben geöffnet Freitag 14 – 22 Uhr, Samstag 14 – 23 Uhr, Sonntag 13 – 22 und Montag 14 – 22 Uhr.

# Kinderschuhe mit Fachberatung: Natürlich bei uns!

Kinderschuhe ...  
weit • mittel • schmal

Online können viele –  
wir sind Beratungsprofis!



# Schuhmode GELLER

## Gesunder Schlaf und wie das Schlaflabor dabei helfen kann

IMAGE hat den Facharzt Christoph Brüggelolte vom Ev. Krankenhaus in Witten gefragt

Wer in das Schlaflabor des Ev. Krankenhauses in Witten aufgenommen wird, hat bereits eine Vordiagnose seiner Schlafstörungen erhalten. Oft liegt der Verdacht nahe, dass eine gravierende Erkrankung vorliegt, die sich durch andauernde Atmungsaussetzer in der Nacht bemerkbar macht. In dem 2016 eröffneten Schlaflabor der Klinik stehen sechs Plätze für die sogenannte Polysomnographie zur Verfügung - eine Untersuchung des Schlafes mit Messführlern, die verschiedene Aspekte aufzeichnen - beispielsweise die Hirnströme, die Augenbewegungen, Atemfluss und Atembewegung und die arterielle Sauerstoffsättigung. So erhält man ein Schlafprofil des Patienten.

**IMAGE: Was bedeutet „guter Schlaf“ und warum ist er so wichtig?**

**BRÜGGELOLTE:** Der Schlaf ist gekennzeichnet durch verschiedene Schlafstadien, in denen das Zentralnervensystem und verschiedene Körperfunktionen entsprechend aktiv beziehungsweise weniger aktiv sind, um so Erholung und Regeneration im Schlaf zu ermöglichen. In einer dieser Schlafstadien bewegt der Schläfer seine Augen unter den geschlossenen Lidern schnell hin und her. Wir sprechen deshalb von REM-Schlaf (von engl. rapid eye movement). In diesem Stadium träumen wir besonders lebhaft. Die anderen Stadien sind Einschlaf-, Leichtschlaf- und Tiefschlafphasen, die sich mit dem REM-Schlaf mehrmals in der Nacht ablösen.

Alles, was das Zusammenspiel der verschiedenen Schlafstadien beeinflusst, stört unseren natürlichen Schlafrhythmus. Wir müssen aber gesund schlafen, damit Körper und Geist sich erholen können. Dauerhafter Schlafentzug macht uns krank.

**IMAGE: Welche Patienten kommen in das Schlaflabor und warum?**

**BRÜGGELOLTE:** Viele Menschen leiden unter Schlafstörungen. Dazu gehören zum Beispiel Einschlafstörungen, nicht durchschlafen können, aber auch Schnarchen, was alles zu erhöhter Tagesmüdigkeit führen kann. Dauerhafter Schlafmangel hat erhebliche gesundheitliche Folgen. Deshalb muss man den Ursachen auf den Grund gehen. In manchen Fällen geschieht dies nach einer Vordiagnose im Schlaflabor. Hier können wir beispielsweise ein obstruktives Schlafapnoesyndrom abklären. Das ist eine gefährliche organische Erkrankung, die behandelt werden muss. Was ist das genau? Im Schlaf kommt es zu einer Erschlaffung der Muskulatur im Schlundbereich. Der Atemweg wird durch die Spannung der Muskulatur offen gehalten. Erschlafft diese nur leicht, kann es zu Schnarchgeräuschen kommen. Erschlafft sie zu stark, kann der Atemweg durch Halsweichteile verschlossen werden. Dann gelangt keine Luft mehr in die Lunge und damit kein Sauerstoff ins Blut. Der Körper reagiert mit der Produktion von Stresshormonen und diese führen zu Weckreaktionen, die der Mensch in der Regel aber nur im Unterbewusstsein wahrnimmt. Kommt es aber sehr häufig zu diesen Atempausen mit nachfolgenden Weckreaktionen, dann wird der Schlafrhythmus nachhaltig gestört und es kann zu ernsthaften Folgeerkrankungen kommen.

Ein weiteres Beispiel ist das Restless-legs-Syndrom, welches sich durch unwillkürliche Beinbewegungen kennzeichnet, welche vor allem vor dem Einschlafen oder beim Einschlafen auftreten können. Durch Bewegen der Beine und Umhergehen lassen sich Krabbeln und Schmerzen in den Beinen meist mildern, doch der damit verbundene Bewegungsdrang erschwert nicht nur das Einschlafen, sondern zwingt die Betroffenen auch nachts immer wieder aufzustehen. Der Tiefschlafanteil und REM-Schlaf ist verkürzt oder entfällt und ausgeprägte Tagesmüdigkeit, Konzentrations- und Leistungsstörungen sind die Folge.

**IMAGE: Und was passiert im Schlaflabor?**

**BRÜGGELOLTE:** Nun, der Patient kommt in der Regel für zwei Nächte. In der Vordiagnose wird bei einem Verdacht auf Schlafapnoe in der

Regel die sogenannte Polygraphie eingesetzt. Man erhält ein kleines Gerät mit verschiedenen Messführlern, das im eigenem Bett im Schlaf aufzeichnet, ob Schnarchen und Atempausen bestehen, in welcher Ausprägung und Körperposition und wie sich die nächtlichen Sauerstoffwerte verhalten. Dies wird am nächsten Tag ausgewertet.

Wenn sich der Verdacht erhärtet, wird mit Hilfe der Polysomnographie der Schlaf des Patienten im Schlaflabor untersucht. Es besteht grundsätzlich die Möglichkeit, diese Untersuchung ambulant oder stationär durchzuführen. Dies wird abhängig von der aktuellen Situation des Patienten und des Krankheitsbildes entschieden.

Bestätigen die Messungen den Anfangsverdacht einer Schlafapnoe, sollte eine Therapie in Angriff genommen werden. Die Lunge wird nicht mehr ausreichend mit Luft versorgt. Unbehandelt verstärkt die Schlafapnoe das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall.

**IMAGE: Welche Therapien gibt es überhaupt?**

**BRÜGGELOLTE:** Eine Therapieoption beim obstruktivem Schlafapnoesyndrom ist die sogenannte Überdruckbeatmung. Hier wird von einem kleinen Gerät über einen Schlauch und eine Maske, die in der Regel über der Nase oder über Mund und Nase sitzt, ein leicht erhöhter Druck in den Schlundbereich abgegeben, damit die Halsweichteile die äußeren Atemwege nicht verschließen. Der benötigte Druck kann für jeden Patienten individuell angepasst werden. Das ist eine Therapie, mit der die meisten Menschen gut zu Recht kommen. Sie müssen sie allerdings lebenslanglich anwenden, sonst kommt es wieder zu den anfangs dargestellten Symptomen.

Liegen körperliche Fehlbildungen oder Veränderungen des Hals-Nasen-Ohren-Bereichs vor, so können in einigen Fällen operative Eingriffe Abhilfe schaffen.

In Deutschland sind je nach Studienlage ca. drei bis sieben Prozent der Männer und zwei bis fünf Prozent der Frauen erkrankt. Die Zahl der erkrankten Menschen steigt jedoch, da einer der Hauptrisikofaktoren, nämlich das Übergewicht, auch zunimmt.

Grundsätzlich schauen wir bei Schlafstörungen auch immer auf die Lebensgewohnheiten des Patienten. Manchmal lässt sich hier einiges verbessern und auch sportliche Aktivitäten können unter Umständen Linderung bringen.

**IMAGE: Kann man selbst etwas tun, damit man nicht erst erkrankt?**

**BRÜGGELOLTE:** Man kann für eine gute Schlafhygiene sorgen, Übergewicht vermeiden und eine gesunde Ernährung zum Alltag machen. Zwei Stunden vor dem zu Bett gehen sollte kein Alkohol mehr getrunken werden. Alkohol hat eine entspannende Wirkung auf die Muskulatur und kann dazu führen, dass die Muskulatur der oberen Atemwege stärker erschlafft als normal. Auch zu spätes Essen ist nicht ratsam. Seitliches Schlafen kann sinnvoll sein.

Sind die Schlafstörungen Teil einer Grunderkrankung, so muss natürlich diese Erkrankung in den Blick genommen werden. Der Griff zur Schlaftablette ist jedenfalls selten eine geeignete Lösung. *anja*



Christoph Brüggelolte, Facharzt für Innere Medizin am EvK Witten. 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





**Home Instead**  
Zuhause umsorgt

**AUF DIESEM LEGENDÄREN LIVE-KONZERT TRAF SIE DIE LIEBE IHRES LEBENS.**

„Und jedes Mal, wenn wir zusammen die Platte hören, erzählt sie von dem langhaarigen jungen Mann, der später Vater ihrer Kinder wurde.“  
Gerda T., Persönliche Betreuungskraft bei Home Instead

SENIORBETREUUNG, EINFACH PERSÖNLICHER:  
BETREUUNG ZUHAUSE UND AUSSER HAUS | DEMENZBETREUUNG  
UNTERSTÜTZUNG BEI DER GRUNDPFLEGE | HILFE IM HAUSHALT  
Infos: ennepe-ruhr-kreis@homeinstead.de oder Tel. 02324 685098 -0

KOSTENÜBERNAHME DURCH PFLEGEKASSE MÖGLICH

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben.  
© 2021 Home Instead GmbH & Co. KG

**MITWIRKENDE INFOSTÄNDE**

- Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser
- Altenzentrum St. Josef
- Altersheim Haus Buschey Witten
- Ambulanter Hospizdienst Witten-Hattingen e.V.
- AWO Reisedienst
- AWO-Seniorenzentrum Annen
- AWO-Seniorenzentrum Egge
- AWO-Stadtverband
- Ay Senio
- Bestattungen Rumberg
- Blinden- und Sehbehindertenverein
- Boecker Stiftung
- Caritas Verband FreiwilligenAgentur Fokus
- DRK
- ERK, Hilfen für Menschen mit Behinderungen, Elterngeld
- EUTB Ennepe-Ruhr-Kreis
- Ev. Stiftung Volmarstein
- Evangelisches Krankenhaus Witten
- Home Instead Betreuungsdienst
- Hörgeräte Rybarsch
- Hörgeräte Steneberg
- Lutherhaus
- Netzwerk 55 Plus
- Polizei Bochum
- Projekt Rente und was machse getz
- Reha-Aktiv-Sport Witten
- ReVital
- Selbsthilfe Kontaktstelle EN-Kreis
- Seniorenvertretung Witten
- Soforthilfe St. Elisabeth Gruppe
- SOVD NRW
- Stadt Witten Betreuungsstelle
- Tagespflege Chelonia
- Theatergemeinde Volksbühne
- Unabhängige Teilhabeberatung EN
- Ver.di Senioren EN
- Verkehrswacht Witten
- WiSeL-Netzwerk Witten Mitte
- Stadt Witten Seniorenbüro
- Netzwerk 55 Plus
- Caritas Betreuungsverein



**Infos rund um den Alltag älterer Menschen**

Das Seniorenbüro der Stadt Witten wird in diesem Jahr – nach zweijähriger Coronazwangspause – wieder eine Seniorenmesse veranstalten. Diese 14. Ausgabe wird am 4. September 2022 von 13 bis 16 Uhr auf dem Rathausplatz stattfinden. Man hofft, an die gute Tradition der bisherigen Messen anknüpfen zu können und dass die Besucherzahlen dementsprechend sein werden.

Auf der Messe bekommen Senioren und deren Angehörige nützliche Informationen, um den Alltag der alten Menschen bestmöglich in ihrer häuslichen Umgebung zu organisieren und so den Wechsel in ein Heim möglichst zu vermeiden. Denn natürlich lässt sich eine „alte Eiche“ nicht so leicht verpflanzen, und neue Umgebungen im Alter fördern nicht gerade das Sicherheitsgefühl und das Wohlbefinden. Zugleich gibt es auf der Messe Informationen zum Alter, zu Behinderung, zur Organisation von ambulanten Hilfen und zum Umzug in ein Heim. Alles Themen, die bei vielen nur mit Schwierigkeiten zu bewältigen sind, weil jene oft schneller und überraschender akut werden, als man gewünscht hätte.

In diesem Jahr wird die Messe allerdings in einer etwas „abgespeckten“ Form stattfinden: Die Stände, wenn auch zahlreich, werden in diesem Jahr nur auf dem Rathausvorplatz aufgebaut und nicht auch im Rathausgebäude selbst. Grund dafür sind die hohen Coronazahlen

und die Sanierung des Rathauses, die leider noch andauert. Im Seniorenbüro ist die Freude groß, dass die Messe wieder stattfinden kann. Für Fachpublikum wie auch Laufkunden werden interessante Stände vorhanden sein. Wer sich als älterer Mensch selber oder wer sich für einen



**Treffen Sie uns auf der Seniorenmesse!**

**Ihre persönlichen Hörberater in Witten**



**HÖRGERÄTE STENEBERG**  
Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik in Witten und Herbede

Bahnhofstraße 55  
58452 Witten  
Telefon 023 02/547 91  
Vormholzer Straße 2  
58456 Witten-Herbede  
Telefon 023 02/973 08 55  
[www.hoergeraete-steneberg.de](http://www.hoergeraete-steneberg.de)

**Wir helfen hier und jetzt.** **ASB**

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



Seniorenmesse, Archivbild

Foto J.Fruck

Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.

**SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.**

**Seniorenzentrum Witten**  
Egge 73-77 • 58453 Witten  
Fon: 02302 - 91045-0 • [sz-witten@awo-ww.de](mailto:sz-witten@awo-ww.de)

**Seniorenzentrum Witten-Annen**  
Kreisstraße 20 a • 58453 Witten  
Fon: 02302 - 58409-0 • [sz-witten-annan@awo-ww.de](mailto:sz-witten-annan@awo-ww.de)

Mehr zu uns unter: [awo-seniorenzentren.awo-ww.de](http://awo-seniorenzentren.awo-ww.de)



**Physiotherapie**  
**Melanie Tewes**  
 Physio- & Vojtatherapeutin

- Vojta-Therapie für Kinder und Erwachsene
- Bobath-Therapie für Kinder und Erwachsene
- PNF • Manuelle Lymphdrainage
- Manuelle Therapie
- Fango • Heißluft • Eisbehandlung
- Massage und Hausbesuche

Melanie Tewes · Meesmannstraße 91  
 58456 Witten · ☎ 0 23 02-7 22 59  
 info@physio-tewes.de · www.physio-tewes.de

## Wichtige kleine Dämpfer

### Die Bandscheibe federt so einiges ab



Foto: Bigstock

Eigentlich ist es uns allen doch bewusst. Mangelnde Bewegung, ständiges langes Sitzen, Übergewicht, falsches und schweres Heben. Das kann nicht gut für unsere Gesundheit sein. Und eh man sich versieht ist es dann auch schon passiert – der sogenannte Bandscheibenvorfall.

#### Was passiert bei einem Bandscheibenvorfall?

Am häufigsten kommt es im Bereich der Lendenwirbelsäule zu einem Bandscheibenvorfall, aber auch an der Halswirbelsäule ist er möglich. Ausgelöst wird er oft durch eine dauerhafte Überlastung der genannten Wirbelsäulenbestandteile. Aber auch Veranlagungen, Rauchen oder das hohe Alter können dazu führen, dass die Bandscheibe immer mehr Wasser und damit ihre dämpfenden Eigenschaften verliert. Die Bandscheiben sind nämlich eine Art Dämpfer zwischen den einzelnen Wirbeln. Sie bestehen aus einem gallertartigen Kern mit hohem Wassergehalt, der von einem knorpelartigen, aber elastischen Faserring aus Kollagen fest umschlossen ist. Bei Belastung federt dieser Kern den Druck ab bzw. verteilt den Druck um. Wie ein Schwamm zieht sich die Bandscheibe also bei Belastung zusammen und bei Entlastung dehnt sie sich wieder aus. Tritt nun eine Überlastung auf, kann der Faserring reißen und der Gallertkern aus der Bandscheibe herausquillen. Diese austretende Bandscheibenmasse kann dann zum Beispiel auf einen durch den Wirbelkanal laufenden Nerv drücken und dadurch Schmerzen verursachen. Die Nervenbahnen in der Lendenwirbelsäule sind für die Beine und Füße zuständig, die Nervenbahnen in der Halswirbelsäule für Arme und Hände. So kann es also zu unterschiedlichen Symptomen in den genannten Bereichen kommen.

#### Selten ist Operation nötig

In den wenigsten Fällen ist bei einem Bandscheibenvorfall eine Operation notwendig. Schmerzlindernde Medikamente, Wärme und vor allem Physiotherapie können dazu beitragen, dass Lebensqualität zurückgewonnen wird. Ein Physiotherapeut kann zum Beispiel durch Techniken der manuellen Therapie Verkrampfungen und Verhärtungen im betroffenen Bereich lösen und gleichzeitig die kleinen Wirbelgelenke und das Faszienewebe mobilisieren. Durch zusätzliches Einbinden von Elementen der Krankengymnastik kann außerdem die Beweglichkeit gefördert werden.

Wichtig ist es, wie immer, individuell auf den Patienten einzugehen und die auf ihn persönlich abgestimmte beste Therapiemöglichkeit für ihn zu finden. Im Patientengespräch kann der Physiotherapeut außerdem gute Tipps geben, wie der Rücken in Zukunft geschont wird – sprich, wie hebe ich richtig, welche Bewegung und welches Training passt zu mir und welche Übungen kann ich zur Vorbeugung zuhause durchführen?

## Masern-Impflicht

### Seit 31. Juli endgültig in Kraft

Bestimmte Personengruppen müssen jetzt einen ausreichenden Schutz gegen Masern nachweisen. Verpflichtend war der Nachweis bereits ab dem 1. März 2020 für alle, die in Gemeinschaftseinrichtungen, wie beispielsweise Kindertagesstätten,

Schulen, aber auch in Arztpraxen, Krankenhäusern oder Flüchtlingsunterkünften betreut oder tätig werden wollen. Für Personen, die bereits vor dem 1. März 2020 dort betreut wurden oder tätig waren, galt eine Übergangsfrist, die am 31. Juli dieses Jahres auslief. Der Gesetzgeber hatte die Frist – bedingt durch die hohe Arbeitsbelastung in den Gesundheitsämtern rund um die Corona-Pandemie – zweimal verlängert.

#### Impfung Schutz vor hochgefährlicher Krankheit

Hintergrund der Masern-Impflicht ist vor allem der Schutz von kleinen Kindern. „Die Masern sind eine hoch ansteckende Krankheit und keine harmlose Kinderkrankheit. Komplikationen sind insbesondere bei Säuglingen, Kleinkindern und auch Erwachsenen ab 20 nicht selten. Und die Krankheit kann auch tödlich verlaufen, insbesondere

bei schwerwiegenden Komplikationen wie Hirnentzündung“, appelliert Amtsärztin Sabine Klink-Rehbein an die Eltern, ihre Sprösslinge impfen zu lassen. Sofern noch nicht erfolgt, müssen unter anderem auch Beschäftigte in Arztpraxen und Krankenhäusern ihren Impfausweis dem Arbeitgeber vorlegen.

Für Asylbewerber und Geflüchtete läuft die Frist von vier Wochen nach Aufnahme in eine Gemeinschaftsunterkunft ab. Bei Verstößen ist das Gesundheitsamt zu informieren. Der Ennepe-Ruhr-Kreis hat ein Online-Formular geschaltet, über das die jeweiligen Einrichtungsleitungen eine Meldung der Personen abgeben können, die über keinen Immunnachweis verfügen. Sofern ein Nachweis ausbleibt, kann das Gesundheitsamt in diesen Fällen Betretungs- oder Tätigkeitsverbote aussprechen.

**love private**  
**Physiotherapiepraxis**  
 mit der persönlichen Note ...

**Christiane Sternberg**

- Krankengymnastik
- manuelle Lymphdrainage
- Massage
- Brüggertherapie
- Beckenbodentherapie
- Skoliosebehandlung
- Sturzprophylaxe

Am Herrenbusch 2  
 58456 Witten  
 ☎ 0 23 02/9 84 12 56  
 info@physio-sternberg.de  
 www.physio-sternberg.de

Privatpatienten  
 Termine nach Vereinbarung  
 ... für den Einklang  
 von Körper, Geist und Seele



Wie seine Freundschaft zur Sehhilfe gewachsen ist und was Brilletragen heute bedeutet, davon erzählt TV-Journalist Reinhold Beckmann bei Kaffee und Plätzchen in seinem Hamburger Büro.

Herr Beckmann, seit wann sind Sie Brillenträger?

Seitdem ich 15 oder 16 Jahre alt bin. In der 10. / 11. Klasse - ich saß ganz hinten, um mich weit weg vom Lehrer ausruhen zu können - und merkte irgendwann, dass ich das, was auf der Tafel stand, nicht mehr gut lesen konnte. Nach einem Sehtest war es dann klar: Erst -0,75 Dioptrien, dann -1 und das steigerte sich dann hoch bis -2,0 und etwas drüber.

Welche Fehlsichtigkeit(en) korrigieren Sie mit Ihrer Brille?

Mittlerweile ist meine Kurzsichtigkeit auf dem steilen Rückzug. Dafür gewinne ich etwas anderes: die Weitsichtigkeit. Soll ja ganz gut tun im Alter... Inzwischen habe ich mich, dank meiner Gleitsichtbrille, damit arrangiert. Auch wenn die ersten Tage Gleitsicht einer kleinen Schwimfeldfahrt glichen.

Was mögen Sie am Brilletragen, was nicht?

Ich bin in der glücklichen Lage, im Fußballstadion von ganz hinten noch alles zu erkennen, vielleicht sogar mehr als viele andere. Bei manchen Spielen kann das schon weh tun. Was mich nervt: wenn die Brille dreckig ist und ich kein Brillentuch dabei habe. Deshalb habe ich mir irgendwann einen Überschuss an Brillenputztüchern angelegt. Überall liegen welche rum.

Sind Sie im Fernsehen von Anfang an mit Brille aufgetreten?

Puh, da muss ich nachdenken. Ja, ich glaube bis auf wenige Ausnahmen habe ich sie in meinen Sendungen immer getragen. Ich gestehe, als Teenager Anfang der 70er habe ich meine Brille nur dann aufgesetzt, wenn ich wirklich nicht drumherum kam. Damals war Brille noch ziemlich uncool. Heute ist sie eher ein ästhetischer Zugewinn und hat sogar einen zusätzlichen Wiedererkennungswert. Eine Laser-OP war nie eine Alternative für mich.

Gibt es bei öffentlichen Auftritten und vor der Kamera Situationen, in denen Brilletragen Vor- oder Nachteile mit sich bringt?

Die Brille ist der natürliche Feind eines jeden lichtsetzenden Kameramanns. Das Gestell wirft schnell mal einen leicht gespenstischen Schatten. Darüber hinaus war meine Brille nie ein Problem. Ich kann mich erinnern, damals, als ich vor der Kamera anfang, fand man meine schrägen Outfits – getigerte Brille und bunte selbstgemalte Krawatte – sogar ganz witzig.

Können Sie zwischen mehreren Brillen wählen?

Ich habe so vier bis fünf Brillen im Schrank, trage aber die meiste Zeit meine Lieblingsbrille. Meine alten Modelle habe ich alle aufgehoben. Sie anzuschauen ist für mich wie im Fotoalbum blättern. Jede Brille erzählt Geschichten, hat mich ein Stück meines Lebens begleitet.

Rahmenlos dezent, markante Ecken, Panto-Fassung, Hornbrille – in den letzten 20 Jahren hat man Sie mit verschiedenen Modellen gesehen. Was haben Sie damit für Erfahrungen gesammelt?

Irgendwann waren da diese randlosen Brillen, nach dem Motto, man will zeigen, dass man gar keine Brille hat. Aus heutiger Perspektive ziemlicher Quatsch. Wenn man Brille trägt, dann soll man sie offensiv

Reinhold Beckmann ist Brillenträger des Jahres 2022, Foto: KGS / Steven Haberland

tragen. Wir haben eine Rennrad-Clique und meine Freunde tragen alle so coole Sportbrillen. Da kommt man gleich viel aerodynamischer daher. So eine fehlt mir noch.

Was muss eine Brille haben, damit Sie sagen: Die kaufe ich?

Sie muss ein gutes Blickfeld haben und ganz wichtig: Man muss die Augen sehen können. Amüsiert bin ich immer von diesen Brillenträgern, die ihre Lesebrille vorn auf der Nase balancieren. Ich glaube, das sind die Männer, die am Wochenende auch Liegerad fahren...

Was geben Sie Menschen mit auf den Weg, die eine Brille tragen müssen, dazu aber partout keine Lust oder Bedenken haben, „das Gesicht zu verlieren“?

Stellt sich die Frage heute wirklich noch? Also ich versuch's mal: Traut Euch, freut Euch! Herrlich, endlich verändert sich mal wieder was im Leben!

Auf den Punkt gebracht: Brille ist für Sie ...?

...eine tolle Garderobe mitten im Gesicht!

**Sehen – so smart wie mein Leben.**

**ZEISS SmartLife Brillengläser**

Unser Leben ist vernetzt und wir sind ständig in Bewegung. Immer dabei – das Smartphone. Das stellt ganz neue Herausforderungen an die Augen: tüdige, dynamische Blickwechsel in alle Richtungen. Mit ZEISS SmartLife Brillengläsern sehen Sie scharf, klar und entspannt. Online, offline, überall. In jedem Alter.

Und wann wechseln Sie zu SmartLife?

**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

## „Nähe zu den Patienten schafft eine Vertrauensbasis“

Mit Chefarzt Dr. Ralf Claas, Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin am EvK Hattingen im Gespräch

Dr. Ralf Claas hat zum 1. Mai 2022 den Standort Hattingen der Augusta Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin von Prof. Dr. Jan Florian Heuer übernommen. Dr. Claas ist Träger des Diploms der Europäischen Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin (ESA) für hochrangiges theoretisches Wissen und war viele Jahre Oberarzt am Essener Alfried-Krupp-Klinikum. Perspektivisch unterstützt der neue Anästhesie- und Schmerz-Experte die Bestrebungen der Augusta-Kliniken, das EvK Hattingen zu einem „Zentrum für Alterstraumatologie“ zu machen, in dem Verletzungen und Knochenbrüche älterer Patienten umfassend und ganzheitlich behandelt werden. Hattingen könnte mittelfristig darüber hinaus ein Standort für die stationäre multimodale Schmerztherapie werden – auch hier könnten gerade ältere Patienten im Fokus stehen, da eine Klinik für Altersmedizin (Geriatric) am Standort vorhanden ist.

**IMAGE: Sie haben die Leitung für Anästhesiologie und Intensivmedizin übernommen. Wie gehört das eigentlich zusammen?**

**CLAAS:** Der Anästhesist versorgt die chirurgischen Patienten während der Operation im OP und hat, da dies ja oft unter „Vollnarkose“ geschieht, eine sehr große Kompetenz für die (Be-)Atmung. Wenn Sie wollen, könnte man also sagen, dass die Intensivmedizin eine „Fortsetzung“ der Versorgung dieser Patienten ist – in Hattingen versorgen wir in enger Zusammenarbeit mit der Inneren Medizin, Altersmedizin und Neurologie auch Patienten dieser Abteilungen bei Bedarf intensivmedizinisch. Anästhesiologie und Intensivmedizin sind aber nur zwei Säulen. Notfallmedizin und Schmerztherapie gehören in Hattingen zur Klinik ebenfalls dazu; ein Notfalleinsatzfahrzeug ist an den Augusta-Kliniken stationiert, die Standortleitung unterliegt der Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin, Notfallmedizin und Schmerztherapie. Die Schmerztherapie, die wir in Hattingen gern entwickeln würden, hatten Sie ja eingangs erwähnt. Fügt man die Anfangsbuchstaben zusammen, so kommt AINS heraus – und so heißt auch eine unserer Fachzeitschriften.

**IMAGE: Viele Menschen haben vor einem bevorstehenden Eingriff Angst vor der Narkose. Wie können Sie helfen?**

**CLAAS:** Ängste müssen auf jeden Fall Ernst genommen werden! Man muss aber trennen, wo diese Ängste herrühren: Einige Patienten können z.B. schlecht die Kontrolle abgeben, der Psychologe spricht von „Kontroll-Verlust-Angst“. Andere wiederum haben Angst davor „nicht wieder aufzuwachen“ und dann gibt es noch eine Gruppe, die will „gar nichts mitbekommen“. Die einen wie die anderen müssen – und können(!) wir beruhigen. Allerdings muss man schon auf den Einzelfall schauen: deshalb gibt es vor dem Eingriff ein ausführliches Aufklärungsgespräch zwischen dem Anästhesisten und dem Patienten. Dabei werden auch Erfahrungen mit vorherigen Narkosen und Unverträglichkeiten von Medikamenten besprochen, ggfs Ängste thematisiert und ein Konzept möglichst „maßgeschneidert“. Grundsätzlich sind zwei Methoden der Anästhesie möglich, nämlich die Vollnarkose, bei der der Patient ohne Bewusstsein ist, und örtliche Betäubungsverfahren, bei denen der Patient wach sein kann, aber auch auf Wunsch zusätzlich einen Dämmerschlaf erhalten kann. Einen besonderen Fokus legen wir auf die Patientensicherheit. Es gibt Checklisten, Sicherheitsabfragen – fast genauso wie im Flugzeug! Die modernen Medikamente und Messmethoden erlauben eine präzise Steuerung der Narkosedauer und -tiefe, sodass wir Sorgen vor einer unbemerkten Wachheit nehmen können. Durch die Gespräche mit den Patienten versuchen wir, ihnen die Angst zu nehmen und ihnen zu vermitteln, dass sie uns vertrauen können und bei uns in guten Händen sind.

**IMAGE: Ängste setzen sich auf der Intensivstation fort?**

**CLAAS:** Ja, das ist so. Auf der interdisziplinären Intensivstation, die unter anästhesiologischer Leitung steht, werden in Hattingen ca. 730 frisch operierte, intensiv überwachungspflichtige sowie schwer

erkrankte Patienten aller medizinischen Abteilungen des Krankenhauses versorgt. Die Betreuung der Patienten erfolgt durch Ärzte, Schwestern und Pfleger der Klinik für Anästhesiologie, Intensivmedizin, Notfallmedizin und Schmerztherapie (AINS), unterstützt durch eine regelmäßige und enge Zusammenarbeit mit den Ärzten der jeweiligen Fachdisziplinen. Die Intensivstation ist permanent mit einem Oberarzt und mehreren Assistenzärzten unserer Klinik sowie Rotationsassistenten der internistischen und chirurgischen Klinik besetzt.

Aber zu Ihrer Frage: Viele Patienten sind älter und haben bereits Vorerkrankungen und fragen sich beispielsweise, ob sie wieder so werden wie vor der Erkrankung. Mit einem ganzheitlichen interdisziplinären Ansatz versuchen wir, die bestmögliche Versorgung für den Patienten zu erreichen. Mir ist es wichtig, Patienten und Angehörige umfassend zu begleiten und die Möglichkeit zu Gesprächen zu nutzen. So können wir versuchen, verständliche Ängste zu reduzieren. Eine „Apparatemedizin“ ist heutzutage oft nicht mehr von den Patienten gewünscht (Stichwort Patientenverfügung) und eine bewusste Entscheidung, die ich als Mediziner ernst nehme: ein Leiden lindernder Ansatz, fachsprachlich Palliation, gehört mittlerweile genauso auf die Intensivstation und ist daher die fünfte Säule meines Fachgebietes: AINSP. Sinnhaft, schonend und gut wäre für mich eine Beschreibung für eine „gute“ Intensivtherapie – und ich glaube sagen zu können, dass wir in Hattingen diesbezüglich schon relativ weit sind!

**IMAGE: Was ist Ihnen bei der Arbeit besonders wichtig?**

**CLAAS:** Die Nähe zu den Menschen ist kein Lippenbekenntnis, sondern gilt sowohl für Patienten als auch für die Mitarbeiter. Wer sich wertgeschätzt fühlt, der kommt gerne zur Arbeit. Angesichts von Mitarbeitermangel im Gesundheitswesen ist der Wohlfühlfaktor sehr wichtig. Und was die Patienten angeht, so müssen sie das Gefühl haben, umsorgt zu werden. Und das meine ich nicht nur im Hinblick auf die bestmögliche Medizin, sondern auch im Hinblick auf Mitmenschlichkeit und Empathie. In meiner Arbeit und in der Mitarbeiterführung versuche ich das umzusetzen.

**IMAGE: Wie sieht die Medizin der Zukunft aus?**

**CLAAS:** Das Gesundheitssystem steht vor großen Herausforderungen. Eine wachsende Weltbevölkerung, eine Verschiebung der Altersstruktur, in vielen Bereichen der Mangel an Personal, aber auch der Einsatz von künstlicher Intelligenz und Robotik haben großen Einfluß auf die Medizin. Die Datenlage kann uns in die Lage versetzen, Therapien immer weiter zu personalisieren und auch für seltene Erkrankungen vergleichbare Patientengruppen zu finden. Wir werden immer mehr Online-Sprechstunden haben und manche medizinische Eingriffe können am Computer geplant und dadurch schonender durchgeführt und vom Arzt überwacht werden. Die Digitalisierung kann dazu beitragen, dass sich Ärzte und Pflegepersonal auf ihre eigentlichen Aufgaben konzentrieren können. Der Patient der Zukunft wird seine Krankengeschichte an einem Ort speichern und Ärzte darauf zugreifen lassen können. Gesundheits-Apps erinnern per Smartphone an die Einnahme von Medikamenten. Diabetiker verfolgen in einer App ihre Blutzuckerwerte. Menschen mit einer Depression zeichnen ihre Stimmungslage digital auf. Was wir uns aber hoffentlich erhalten, ist die persönliche Ansprache zwischen Arzt und Patient. *anja*



Chefarzt Dr. Ralf Claas, Klinik für Anästhesiologie und Intensivmedizin am Ev. Krankenhaus Hattingen. Foto: Augusta Kliniken



**Wir sind da, wenn Sie uns brauchen -  
24 Stunden am Tag.**

Das Ev. Krankenhaus Hattingen bietet als Akutkrankenhaus mit breit aufgestelltem Fachpersonal schnelle Hilfe im Notfall. Eine Vielzahl an spezialisierten Fachabteilungen versorgt jährlich rund 25.000 Patientinnen und Patienten ambulant und stationär – auch überregional.

## UNSERE ABTEILUNGEN

- » Klinik für Orthopädie, Unfallchirurgie und Viszeralchirurgie
- » Klinik für Innere Medizin (u.a. Fachärzte für Gastroenterologie, Pneumologie, Kardiologie)
- » Diabeteszentrum Ruhrgebiet
- » Schwerpunkt Altersmedizin
- » Klinik für Neurologie mit zertifizierter Schlaganfallstation (Stroke Unit) und Parkinson-Spezialklinik
- » Klinik für Anästhesiologie, Intensiv-, Notfallmedizin und Schmerztherapie (AINS)
- » Notaufnahme mit Spezialisten aller Bereiche

Evangelisches Krankenhaus Hattingen  
Klinik der Ev. Stiftung Augusta  
[www.augusta-kliniken.de](http://www.augusta-kliniken.de)

Bredenscheider Str. 54  
45525 Hattingen  
Telefon 02324 502-0

**augusta**  
MEDIZIN PFLEGE BILDUNG



## Gestörte Kommunikation - Du hörst mir nicht zu!

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

Du hörst mir nicht zu - in fast allen Beziehungen taucht dieser Vorwurf irgendwann auf. „Fehlende Aufmerksamkeit und mangelnde Bereitschaft zum Zuhören signalisieren Desinteresse. Das ist ein Beziehungskiller“, sagt Dr. Willi Martmöller. „Sehr selten sind vorhandene Hörprobleme die Ursache. Viel eher ist es die Unfähigkeit, auf sich und andere Menschen zu hören. Sprechen und aktives Zuhören gehören aber unbedingt zusammen. Sie sind die Voraussetzung für eine gelungene Kommunikation. Wenn sich zwei Menschen gegenüber sitzen und der eine über Fußball, der andere über sein neues Auto spricht, dann ist dies kein Dialog. Vielmehr handelt es sich um zwei völlig unabhängige Monologe. Der eine unterbricht den anderen zwar nicht, lässt sich rational und emotional aber nicht auf ihn ein und stellt keinen Zusammenhang zu dem Gesagten

### Mein „Ich-Ohr“ und mein „Du-Ohr“

Der Tübinger Medienwissenschaftler Bernhard Pörksen erinnert daran, dass der Mensch zwei Ohren hat. Er nennt sie „Ich-Ohr“ und „Du-Ohr“. Mit dem ersten hören wir unsere persönlichen Einstellungen, Verhaltensweisen und Vorurteile, mit dem zweiten orientieren wir uns zum anderen hin und hören das, was der andere sagt - auch, wenn wir mit dem Inhalt nicht einverstanden sind. In einem Dialog auf Augenhöhe kann es gelingen, miteinander zu reden und sich aktiv zuzuhören. Schalten wir eines der beiden Ohren aus oder verstopfen wir es durch Egoismus oder falsch verstandenen Altruismus, entstehen Störungen und Blockaden in der Kommunikation. Seine Überzeugung, dass man Menschen zum Schweigen, niemals aber zum Zuhören zwingen könne, begründet er mit der Aufforderung, positiv mit dem Schweigen umzugehen und eigene Wahrnehmungen zu hinterfragen.

des anderen her. Aber aktives Zuhören hat mit Empathie zu tun. Man stellt sich emotional und intellektuell auf das Denken und Handeln des anderen ein. Das gilt für jede Form von Beziehungen, auch solche zwischen einzelnen Personen und einer Gruppe, beispielsweise dem Volk. Zum Verstehen gehören die Rede und das aktive Zuhören. Mir scheint, letzteres ist uns zunehmend abhanden gekommen.“

Aber, so Martmöller, richtiges Zuhören kann man lernen. „Zunächst einmal lasse ich mein Gegenüber ausreden. Es zeugt von Respekt. Aktives Zuhören bedeutet, sich auf das Gesagte des anderen einzulassen und nicht bereits, während er spricht, im Geiste die eigene Antwort zu formulieren. Das geschieht häufig, um wortgewandt zu wirken. Was der Gesprächspartner sagt, geht dabei unter. Man will den eigenen Einsatz nicht verpassen. Ob wir wirklich dem anderen zuhören, kann man an der eigenen Körpersprache beobachten. Der Zuhörende hat eine dem Sprechenden gegenüber zugewandte Körperhaltung, offene Augen, eine aktive Mimik und Gestik - beispielsweise Kopfnicken. Die Wiederholung des Gesagten kann deutlich machen, dass man den anderen wirklich verstanden hat - eine Möglichkeit, die in Paartherapien zur Anwendung kommt. Gefühle dürfen ausgesprochen werden. Fragen sind zulässig und zeigen, dass man wirklich an dem anderen interessiert ist. Aber Vorsicht: Das Vortäuschen von Interesse fällt in der Regel auf und die gestörte Kommunikation geht in die nächste Runde.“

anja

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

## Medienkonsum bei Kindern

### Viele Eltern unterschätzen die Gefahren

Keine Frage, auch kleine Kinder haben schon großes Interesse an Fernseher oder Tablets. Sitzen sie einmal davor, bleibt den Eltern Zeit, sich um andere Dinge des täglichen Lebens zu kümmern. Doch Obacht: gerade in den ersten drei Lebensjahren kann sich übermäßiger Medienkonsum nachteilig auf die Gesundheit und Entwicklung der Kinder auswirken.

### „Bildschirmfrei bis Drei“

Wie genau, untersucht die Universität Witten/Herdecke zur Zeit zusammen mit Kinderärzten in einer deutschlandweiten Studie. Eltern, die ihre Kinder vor dem Fernseher parken, sollten sich bewusst sein, dass sich übermäßiger Medienkonsum negativ auf die Entwicklung ihrer Kinder auswirken kann. Zuviel Fernsehgucken in ganz jungen Jahren kann zu Entwicklungs- und Bindungsstörungen sowie zu Einschränkungen in der Sprachentwicklung führen. Dabei zählen schon Minuten und Stunden. „Eine Stunde in der frühen Kindheit hat in Bezug auf die Entwicklung den Stellenwert von Tagen oder sogar Monaten im späteren Leben. Die ersten drei Jahre sind prägend für die Entwicklung“, erläutert Kinderärztin und Wissenschaftlerin Dr. Silke Schwarz, die zusammen mit Professor David Martin von der Universität Witten/Herdecke eine eigene Studie zu diesem Thema aufgelegt hat.

Um den Einfluss des Medienkonsums bei Kleinkindern noch genauer unter die Lupe zu nehmen und gleichzeitig Eltern wie Ärzte für den gesundheitsgefährdenden Konsum der Bildschirmmedien zu sensibilisieren, läuft aktuell das deutschlandweite Forschungsprojekt „Bildschirmfrei bis 3“. Durchgeführt wird die Studie in enger Zusammenarbeit mit dem Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVK).

### Jede Stunde ohne Fernseher ist wertvoll

Im Fokus der Studie steht die direkte Aufklärungsarbeit. Dazu erhalten eine halbe Million Eltern, deren Kinder ab Beginn dieses Jahres geboren wurden, bei der verpflichtenden Früherkennungsuntersuchung U5 einen Signalaufkleber. Dieser wird in das gelbe U-Heft eingeklebt, aus dem der Leitspruch „Bildschirmfrei bis 3“ deutlich wie ein Lesesignal herausragt.

Dies als Erinnerung, dass Kinder bis zum Alter von drei Jahren möglichst keine Zeit vor dem Fernseher oder Computerbildschirm verbringen sollen. Von drei bis fünf Jahren sollte die Medienzeit nicht mehr als 30 Minuten, zwischen sechs und neun Jahren 45 Minuten und ab 10 Jahren nicht mehr als 60 Minuten betragen. Weiterführende Informationen lassen sich auch auf der PraxisApp „Mein Kinder- und Jugendarzt“ finden. „Stellen Eltern den Forschern über diese App anonymisierte Daten zum Medienkonsum zur Verfügung, leisten sie allgemein einen wichtigen Beitrag zur Gesundheit unserer Kinder“, so David Martin. Erste Ergebnisse liegen voraussichtlich Anfang des nächsten Jahres vor.

dx



Foto: bigstock

## Blut: wertvoll und einzigartig

### Was wären die Menschen und auch die Wirbeltiere dieser Erde ohne diese einzigartige Mischung aus Wasser, Salzen und Milliarden von Teilchen und kleiner Zellen? Gemeint ist unser Blut.

Je Kilogramm Körpergewicht des Menschen hat es einen Anteil von 70 bis 80 ml. Im Schnitt fließen deshalb 5 bis 6 Liter durch die unzähligen Adern eines menschlichen Körpers - Männer tragen dabei bedingt durch Größe und Gewicht im Schnitt einen Liter mehr Blut als Frauen in sich.

### Blutgruppe „Null Rhesus negativ“: selten und begehrt

Blut besteht zu rund 55 Prozent aus flüssigem Blutplasma. 45 Prozent bilden feste Bestandteile, genauer gesagt rote (Erythrozyten) und weiße (Leukozyten) Blutkörperchen sowie die zur Blutgerinnung wichtigen Blutplättchen (Thrombozyten).

Die roten Blutkörperchen sind nebenbei ausschlaggebend für eine unserer Haupt-Blutgruppen A, B, 0 und AB. Vor allem die Blutgruppe „Null Rhesus negativ“ ist ebenso knapp wie begehrt, da sie an jeden Empfänger übertragen werden kann. Nur sieben Prozent der Bevölkerung trägt diese Blutgruppe in sich. Die weißen Blutkörperchen arbeiten als Abwehrzellen in unserem Immunsystem.

Blut ist natürlich lebensnotwendig, nicht zuletzt deshalb, weil es wichtige Aufgaben ausübt. Der rote Lebenssaft versorgt den ganzen Körper mit Sauerstoff und Nährstoffen und transportiert dabei auch Kohlendioxid aus Organen und Gewebe Richtung Lunge. Dabei verteilt sich auch die Wärme gleichmäßig im Körper. Außerdem löst das Blut durch seine jeweiligen Anteile an Hormonen und Botenstoffen werden bestimmte Vorgänge ausgelöst. Sinkt zum Beispiel der Blutzuckerspiegel, spüren wir Hunger.

Damit nicht genug: besondere Zellen des Blutes wehren zudem Krankheitserreger ab, während andere Zellen und Eiweiße sich um die Blutstillung bei Wunden kümmern. Aus entnommenen Blut lassen sich viele Informationen über Krankheiten und die Funktion der Organe gewinnen.

### Das Herz ist die Pumpstation im Körper

Das menschliche Herz übernimmt als großer Muskel die Aufgabe, unser Blut durch unser Kreislaufsystem zu pumpen. Die Gefäße, die vom Herzen wegführen, werden als Arterien bezeichnet. Die Wege zurück tragen die Bezeichnung Venen. Einzigartig ist Blut deshalb, weil es nicht künstlich hergestellt werden kann. Übrigens, rot wird das Blut durch das enthaltene Eisen. Es ist als Hämoglobin in den roten Blutkörperchen enthalten.

### Blutspenden sind wichtig

Sei es bei einer geplanten Operation, Krebstherapie oder aufgrund eines Unfalls - das Überleben jedes Menschen könnte von einer Bluttransfusion abhängen. Um den Bedarf an Blutkonserven zu decken, sind deutschlandweit bis zu 15.000 Blutspenden nötig - täglich. Zusätzlich werden rund 5.000 Plasmaspenden gebraucht. Die Spende eines halben Liter Bluts über die Armvene in einen Beutel rettet dabei bis zu drei Leben, da für die Behandlung vieler Patienten meist nur bestimmte Bestandteile des Blutes benötigt werden. Zwischen zwei Blutspenden muss ein Abstand von acht Wochen liegen, damit sich die roten Blutkörperchen nachbilden. Bei der Plasmaspende wird nur die Blutflüssigkeit herausgefiltert, während der Spender die anderen Blutbestandteile sofort wieder zurückerhält. Plasma kann jeder bis zu 45 mal pro Jahr spenden.

Vor allem in den Sommerferien kommt es immer wieder zu Engpässen in der Versorgung, sodass auch Operationen verschoben werden müssen. Im Schnitt spenden nur drei Prozent der Bevölkerung ihr Blut - benötigt werden jedes Jahr 4,5 Millionen Konserven. Dabei hat eine Blutspende neben dem Beweis der Nächstenliebe auch für volljährige und gesunde Spender Vorteile: im Rahmen einer ärzt-

DRK-Kreisverband  
Witten e.V.



**Jetzt Lebensrettern helfen: Unterstützen Sie uns ehrenamtlich bei der Blutspende!**  
Weitere Informationen unter:  
[www.drk-witten.de/ehrenamt](http://www.drk-witten.de/ehrenamt) - [ehrenamt@drk-witten.de](mailto:ehrenamt@drk-witten.de)

lichen Untersuchung werden unter anderem Blutdruck und Puls gemessen, das Blutbild bestimmt und der Lebenssaft auf ansteckende Infektionen wie Hepatitis B und C, HIV und Syphilis untersucht. Zwar nicht als Diät geeignet, aber die Neubildung des entnommenen Blutes verbraucht auch Kalorien und senkt bei Bluthochdruck den Blutdruck. Zudem heben sich Wohlbefinden und Stimmung. Was hält Sie ab?

dx



Foto: bigstock

## Blutspender retten Leben

Neben großen Krankenhäusern und Unikliniken bietet auch das Deutsche Rote Kreuz unter [www.blutspendedienst-west.de/blutspendetermine](http://www.blutspendedienst-west.de/blutspendetermine) regelmäßig Blutspendetermine. Für Witten sind folgende Termine geplant:

- 07.09. Lukaszentrum, Pferdebachstr. 39A, 15.30 - 20.00 Uhr
- 12.09. Ev.-Luth.-Johannis-Gemeinde-Haus, Bonhoefferstr. 10, 15.30 - 19.30 Uhr
- 15.09. Ev. Gemeindehaus Markus-Zentrum, Meesmannstr. 80, 15.30 - 19.30 Uhr
- 04.10., Lukaszentrum, Pferdebachstr. 39A, 15.30 - 20.00 Uhr.

LWL-Industriemuseum



Zeche Nachtigall | Witten

**Ökomarkt**  
zum Tag des Geotops  
Sonntag, 18. September 2022  
11-17 Uhr, Eintritt frei!

zeche-nachtigall.lwl.org

**LWL**

Termine Zeche Nachtigall  
Nachtigallstraße 35, 58452 Witten, Tel. 02302 93664-10

- Sa. 3.9.** 15 bis 17 Uhr  
**Große Bergwerkstour**  
Führung durch Nachtigall- und Dünkelbergstollen für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre, Erwachsene 6 Euro plus Eintritt, Kinder 3,- und Eintritt frei
- So. 4.9.** 15 bis 16.30 Uhr  
**Natürlich Nachtigall**  
Naturkundliche Exkursion für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre, 2 Euro plus Eintritt
- Fr. 9.9.** 18 bis 21.30 Uhr  
**Sa. 10.9. & So. 11.9.** 10 bis 16 Uhr  
**Bildhauerworkshop**  
Workshop für Erwachsene mit der Steinbildhauerin Christina Clasen. 65 Euro inkl. Material, Anmeldung erforderlich
- Sa. 10.9.** 15 bis 16.30 Uhr  
**So. 11.9.** 14.30 bis 15.30 Uhr  
**Durch Raum und Zeit**  
Inklusive Museums- und Geländeführung für hörende und gehörlose Teilnehmende mit Gebärdendolmetscher:in. Nur Eintritt, Anmeldung bis 9.9.
- Sa. 10.9.** 15 bis 17 Uhr  
**Zechen-Safari**  
Spinnen-Expedition - Achtbeinern auf der Spur. Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre, 3 Euro plus Eintritt

- Sa. 17.9.** 11 bis 16.30 Uhr  
**Hauerschicht**  
Bergbau intensiv erleben im Besucherbergwerk Nachtigall. Führung für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren. 35 Euro inkl. Eintritt und Imbiss, Anmeldung erforderlich bis 14.9.
- So. 18.9.** 11 bis 17 Uhr  
**Ökomarkt**  
Buntes Markttreiben mit natürlichen und handwerklichen Produkten von Händlern aus der Region. Führungen „Alles aus einem Berg“ um 11.30 und 14.30 Uhr (jeweils 45 Min.) sowie Schmiedevorführungen ganztägig. Eintritt frei
- So. 18.9.** 14.30 bis 15.15 Uhr  
**Alles aus einem Berg**  
Interaktive Führung zur Geologie rund um den Hettberg. Nur Eintritt
- Sa. 24.9.** 15 bis 17.30 Uhr  
**Wachstum und Wandel**  
Expedition durch den Nachtigallstollen ins Muttental und an die Ruhr. Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre, 10 Euro inkl. Eintritt
- So. 25.9.** 14.30 bis 15.15 Uhr  
**Ziegelei Dünkelberg**  
Führung zum Nachfolgebetrieb der Zeche. Nur Eintritt

## Farberlebnis: Armin Turk

Es wird bunt: Das Märkische Museum freut sich, eine Auswahl von Werken des Malers Armin Turk (geb. 4. August 1943 im westfälischen Werdohl, Meisterschüler bei Professor Wilhelm Buck, verst. 13. Juli 2013 in Velbert) zu zeigen und zusätzlich als Herausgeber eines umfangreichen Werkverzeichnisses hervortreten zu können. Das Märkische Museum Witten ist immer von Mittwoch bis Sonntag von 12 bis 18 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei.

Ausstellung bis  
zum 25. September

Schwerpunkt der Präsentation sind die zur Perfektion gereiften Gemälde, die von 2000 bis zu seinem Tode 2013 entstanden sind. Turks formauflösende und metaphysische Farberlebnisse werden gemeinsam mit anderen farbkompositorischen Werken aus der Sammlung des Hauses gezeigt. Die Auseinandersetzung mit der Farbe gewann für Turk ab 1975 mehr und mehr an Bedeutung, sodass er erste Farbfelder und Farbräume entwickelte. Seine Bilder verbreiten von der Mitte her einen einfarbigen Grundton, häufig Ocker mit Einsprengseln einer vorgetäuschten Dreidimensionalität von Schnüren und Wölbungen, die dann an den Rändern andersfarbig auslaufen. Aber auch ein Umschlag ab der Bildmitte oder ein Übergang der wechselnden Farbschichten von einem Rand zum anderen ist möglich. Die Kompositionen wirken meditativ und schaffen nach und nach beim Betrachtenden einen konzentrierten Blick, der sich auf die Farbwechsel einlässt.



Landschaft mit Goldgelb, 2009

Um einer am Seriellen orientierten Wahrnehmung zu entgehen, werden die Werke in gehörigem Abstand voneinander gehängt und behalten auch dadurch ihre Individualität.

Termine Werkstadt  
Mannesmannstraße 6, 58455 Witten, Tel. 02302 94894-0

- Sa. 3.9.** 11 Uhr  
**Queer Treff**  
Ausflug zum CSD Dortmund
- Mo. 5.9.** 20 Uhr  
**Offenes Rock und Pop Chorsingen**  
Jeden 1. Montag im Monat studiert Helmut Brasse mit euch eine Handvoll bekannter Rock- und Popsongs ein. Und am Ende des Abends gibt es ein „Abschlusskonzert“. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, im Mittelpunkt steht der gemeinsame Spaß beim Singen.
- Fr. 9.9.** 16 Uhr  
**Karaoke Treff**  
Hier könnt ihr eure Lieblingslieder ins Mikro singen.
- So. 11.9. bis Mo. 19.9.** 20 Uhr  
**Spaces\_Ein Kultur Blind Date**  
Nach der überwältigenden Resonanz in den vergangenen zwei Jahren, sind Kulturinteressierte ab dem 11. September erneut dazu eingeladen, sich auf eine Kulturbegegnung mit dem Unbekannten einzulassen.
- Sa. 17.9.** 10 Uhr  
**Fest der Erde**  
Goldener Herbst. Freut euch auf ein buntes Bühnenprogramm mit vielen internationalen Tanz- und Musikgruppen und auf internationale Köstlichkeiten.
- Sa. 17.9.** 22 Uhr  
**90's Party auf 2 Floors**  
Freut euch auf die erste 90's-Party nach der Sommerpause mit DJ A-Eighty1 auf dem Mainfloor.
- Fr. 23.9.** 20 Uhr  
**Indie-Pool Concerts**  
Lostboy Lino trägt seine Narben als Tattoos auf seiner Haut. Seine Stimme sucht sich zwischen Rap, Indie und Grunge den Weg in dein Herz. Lostboy Lino erzählt von sich und spricht doch für viele. Support: MAALI
- Sa. 24.9.** 22 Uhr  
**80's Party**  
Mit DJ Alexx Botox & DJ Carsten. Die Musik der 80er ist nie aus der Mode gekommen, und so ist diese Party ein Muss für alle Liebhaber dieses Jahrzehnts. An diesem Abend feiern wir wieder auf zwei Floors.

## Karrierestart für 5 Azubis Sparkasse Witten lässt es richtig krachen

Hier ließ man es richtig krachen. Mit viel Konfetti, Luftschlangen und Schultüten wurden fünf junge Bankkaufleute zum Ausbildungsbeginn von den zukünftigen Kolleginnen und Kollegen der Sparkasse Witten empfangen. Das Team wurde von Andrea Psarski (Vorstand) sowie Dirk Becker (Personalleiter) und Manuela Briele (Ausbildungsleiterin) vor dem neuen Innovationsraum, dem S-Cube, zum Ausbildungsstart herzlich begrüßt. Hier, wo Trends und Entwicklungen für das Banking von morgen vorgestellt werden, zeigt sich auch, warum eine bankfachliche Ausbildung mit Zukunftsperspektive Hochkonjunktur hat. Praxisorientiert und persönlich: So gestaltet sich die Ausbildung zum Bankkaufmann/-frau, welche sich an den Herausforderungen des digitalen Wandels im Finanzsektor misst. Gerade in Zeiten der digitalen Transformation wird daher in erheblichem Maße in die zukunftsorientierte Aus- und Weiterbildung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter investiert. Andrea Psarski, Marktvorstand der Sparkasse Witten, dazu: „Auch in diesem Jahr freuen wir uns, fünf junge Auszubildende in unserem Team zu begrüßen. Unser innovatives Ausbildungskonzept aus Theorie und noch mehr Praxis bietet ihnen das nötige Rüstzeug für ihre tägliche Arbeit im Umgang mit unseren Kunden im Zeitalter des Digital Bankings.“ Zusammen mit den „Neuen“ bildet die Sparkasse Witten derzeit 14 Auszubildende in dem Ausbildungsberuf Bankkaufmann/-frau sowie 1 Versicherungskauffrau aus. An allen Standorten der Sparkasse in Witten sind – inklusive der Auszubildenden – 318 Mitarbeiter beschäftigt.



Das Foto zeigt von links nach rechts: Andrea Psarski (Marktvorstand der Sparkasse Witten), Florentina Martini, Dirk Becker (Personalleiter der Sparkasse Witten), Marie Sophie Wiederhold, Dejan Andacic, Sina Steinhagen, Mervan Altinok, Manuela Briele (Ausbildungsleiterin der Sparkasse Witten).

## Schmieden am Bethaus

Am Sonntag, 25. September und 16. Oktober, können Erwachsene unter Anleitung eines erfahrenen Schmiedes selbst Hand anlegen und sich an historischem Ort – am Bethaus der Bergleute – eine Vorstellung von der Schmiedekunst in früheren Jahrhunderten machen. Die Teilnehmer\*innen erhalten dabei nicht nur Einblicke in die traditionelle Schmiedekunst, sondern fertigen auch ihr eigenes kleines Schmiedeteil! Wer die Funken sprühen lassen und selber Nägel, Bohrer oder Meißel schmieden möchte, kann sich dazu über das Erlebnisportal des Stadtmarketings Witten anmelden. Wichtig: Zum Schutz der Haut sollten Arme und Beine beim Schmieden mit Kleidung bedeckt sein. Die ca. vierstündige Tour startet um 14 Uhr und kostet 50 Euro pro Person. Anmeldung unbedingt erforderlich. Die Tour findet unter den tagesaktuellen Corona Bestimmungen statt. Informationen und Buchung unter [www.stadtmarketing-witten.de](http://www.stadtmarketing-witten.de).

**Lanwehr**  
MINERALÖL

**HEIZÖL**

WITTEN 02302- 91 4250

**WOHNMOBIL-CENTER**  
Am Wasserturm

Wir kaufen  
Wohnmobile + Wohnwagen

03944-36160  
[www.wm-aw.de](http://www.wm-aw.de)

Wir lieben Lebensmittel.

**EDEKA Markt**

Familie Grütter und Team  
Wittener Str. 12 · 58456 Witten · ☎ 02302/97 20 26  
Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7 bis 21 Uhr

**KATHAGEN**  
media+kommunikation

Autobeschriftung & Folien

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

10 % Gutscheine

\*gültig für deinen nächsten Einkauf vom 1.9. bis zum 28.9.22

**INTERSPORT** im UG  
GUEVENC

Stadt Galerie Witten

**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](http://www.juwelier-luettgen.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](http://me-sicherheit.de)

zertifiziert nach DIN EN 16763

Sicherheit

Nächster Erscheinungstermin:  
**Image** Donnerstag, 29.9.2022  
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.9.2022

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



## Gut bedacht ist schon gewonnen – In Sicherheit investieren und Steuern sparen

Wetterextreme sind in der heutigen Zeit keine Seltenheit mehr. Vom Rekord-Sommer mit über 40 Grad bis hin zu Sturmtiefs bekommt auch Deutschland die Auswirkungen des Klimawandels deutlich zu spüren. Insbesondere bei heftigen Windböen besteht ein erhöhtes Risiko für Sach- und Personenschäden. Im Falle mangelhaft befestigter Dachdeckungen können sich Pfannen lösen und Schäden verursachen.

Das A und O sind deshalb eine professionelle Windsogsicherung und eine regelmäßige Wartung. Nicht umsonst sind Hausbesitzer gesetzlich dazu verpflichtet, ihre Immobilie in einem verkehrssicheren Zustand zu halten und müssen dies im Zweifel auch vor Gericht beweisen können. Dachdeckerbetriebe und Immobilienbesitzer, denen langlebige Qualität wichtig ist, nutzen die optimal auf das Dach zugeschnittenen Sturmklammern des Unternehmens Friedrich Ossenberg-Schule (FOS): Die mindestens korrosionsschutzten Metallklammern fixieren die Dachpfannen zuverlässig auf der Traglattung und sorgen für einen sicheren Halt. Auch in Sachen Sturmschutz gilt: Vorsorge ist besser als Nachsorge. Denn selbst, wer versichert ist, ist damit nicht immer automatisch auch auf der sicheren Seite. Zwar werden verschiedene Schäden am eigenen Haus, der eigenen Einrichtung oder dem eigenen Auto in der Regel von Wohngebäude-, Hausrat- und Vollkaskoversicherung gedeckt. Wird jedoch fremdes Eigentum wie das Haus oder der PKW des Nachbarn durch umstürzende Bäume oder herunterfallende Dachpfannen beschädigt, haftet der Eigentümer, wenn er seine Verkehrssicherungspflicht verletzt hat. Für alle, die im Zeitraum vom 31. Dezember 2019 bis zum 1. Januar 2030 energetische Sanierungsmaßnahmen wie beispielsweise die Wärmedämmung von Dachflächen abgeschlossen haben, gibt es gute Neuigkeiten: Immobilienbesitzer können von nachhaltigen Steuer-Erleichterungen profitieren – für jedes selbstgenutzte Objekt innerhalb der EU kann

im Laufe von drei Jahren nach der Sanierung ein Förderbetrag von insgesamt 20 Prozent der Aufwendungen, höchstens jedoch 40.000 Euro, abgesetzt werden. Voraussetzung ist, dass die Sanierungen von einem Fachunternehmen durchgeführt werden und die Eigentümer nicht zusätzlich eine KfW-Förderung für das Projekt beantragt haben. Mehr Informationen zu den FOS-Produkten zur Sturmsicherung unter [www.fos.de](http://www.fos.de). *epr*



Heftige Windböen und Stürme bergen ein erhöhtes Risiko für Sach- und Personenschäden. Foto: epr/Friedrich Ossenberg-Schule

## Förderungsaus für Gasheizung

### BEG-Förderung - neuer Austauschbonus

Das Bundesministerium für Wirtschaft und Klimaschutz (BMWK) hat kurzfristig eine Reform der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) umgesetzt: Schon Ende Juli änderte sich die Förderung der Effizienzhaus-Sanierung und die Förderung von Einzelmaßnahmen wurde angepasst. Die Fördersätze sinken für alle Maßnahmen, die Förderung für Gasheizungen entfällt. Neu in der BEG-Förderung ist der Austauschbonus für Gasheizungen.

Weniger Förderung, aber mehr geförderte Eigentümer - das ist der Hintergrund der BEG-Reform. Mit der Neuausrichtung der BEG-Förderung soll ein Förderstopp vermieden werden. Mit den vorhandenen Haushaltsmitteln sollen möglichst viele Sanierungen umgesetzt werden. Seit dem 28. Juli 2022 gelten neue Förderbedingungen bei Komplettanierungen (umgesetzt von der KfW). Seit dem 15. August 2022 greifen neue Förderbedingungen bei Einzelmaßnahmen der Sanierung (umgesetzt vom BAFA).

### Beispiele für die neue Sanierungsförderung (BEG)

#### Beispiel Fensteraustausch:

Bisher lag der Fördersatz bei bis zu 25 Prozent, nach der Reform bei maximal 20 Prozent. Das heißt, bisher konnten Eigentümer bis zu 15.000 Euro beim Fensteraustausch bekommen, jetzt sind es noch maximal 12.000 Euro.

#### Beispiel Biomasseheizung:

Bisher lag der maximale Fördersatz bei 55 Prozent, ab dem 15.8.2022 gelten maximal 20 Prozent. Das bedeutet, dass aus der bisherigen maximalen Fördersumme in Höhe von 33.000 Euro dann nur noch bis zu 12.000 Euro als Zuschuss übrig bleiben.

#### Beispiel Wärmepumpe:

Bisher lag der Fördersatz bei maximal 50 Prozent. Jetzt liegt der maximale Fördersatz beim Einbau einer Wärmepumpe bei 40 Prozent auf die Höchstgrenze von 60.000 Euro je Wohneinheit, dies entspricht einer Fördersumme von bis zu 24.000 Euro (vorher max. 30.000 Euro).

#### Beispiel Komplettanierung (Effizienzhaus-Sanierung):

Bislang gab es bei einer Komplettanierung auf eine bessere Effizienzhaus-Stufe (konkret das Effizienzhaus EH 40) einen Fördersatz von 50 Prozent (mit EE-Klasse), dies entsprach 75.000 Euro. Jetzt liegt der maximale Fördersatz (Tilgungszuschuss von 30 % und max. mögliche Zinsvergünstigung mit einem Subventionswert von etwa 15 %) bei insgesamt 45 % (mit EE- oder NH-Klasse und mit Bonus für ein Worst-Performing-Building ab 22.9.2022), dies entspricht 67.500 Euro.

### BEG-Reform 2022 - alle Änderungen

Keine Förderung für Gasheizungen mehr, dafür neuer Austauschbonus für Gasheizungen (weiterhin gibt es einen Austauschbonus für Ölheizung, Kohleheizung und Nachtspeicheröfen); gekürzte Fördersätze bei allen Maßnahmen; drastische Kürzung der Förderung bei Biomasse-Heizungen; keine Kredite mehr für Einzelmaßnahmen; kein iSFP-Bonus mehr beim Heizungsaustausch; kein iSFP-Bonus mehr bei der Effizienzhaus-Sanierung; keine Zuschüsse für Effizienzhaus-Sanierungen (nur noch Kreditförderung analog Neubau); das Effizienzhaus 100 entfällt. Einführung WPB-Bonus zum 22. September 2022: Bei der Effizienzhaus-Förderung wird der „Worst Performing Building“-Bonus zum 22.09.2022 eingeführt. Er beträgt 5 Prozent und kann beim Effizienzhaus 55 sowie beim Effizienzhaus 40 mit dem EE-Bonus kombiniert werden. „Worst Performing Buildings“ sind Gebäude, die zu den energetisch schlechtesten 25 % des deutschen Gebäudebestandes gehören.

## 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](mailto:th.amling@t-online.de)

[www.a-m-bedachungen.de](http://www.a-m-bedachungen.de)



## Heizen mit Sonnenwärme

### Energetisch unabhängiger im Eigenheim

**Über 85 Prozent des Energiebedarfes in privaten Haushalten entfällt auf das Heizen und die Bereitstellung von Warmwasser. Wer dafür heute noch fossile Brennstoffe nutzt, leidet unter rasant steigenden Energiepreisen – die auf absehbare Zeit auch kaum sinken werden.**

Kein Wunder, dass sich immer mehr Hausbesitzer größere Unabhängigkeit von den Energielieferanten wünschen. Möglich wird das durch Sonnenwärme: Mit der kostenlosen solaren Energie kann heute fast die Hälfte der Heizwärme für ein Eigenheim gewonnen werden – und das konsequent ökologisch. Die Solaranlage arbeitet wie ein zweiter Heizkessel auf dem Dach, speist gewonnene Wärme in den Heizkreislauf ein und entlastet so die Zentralheizung deutlich. Dafür wird überraschend wenig Platz benötigt: So reichen dem AquaSolar System von Paradigma nur 10 Quadratmeter Kollektorfläche, um jährlich 50.000 l kaltes Wasser auf Siedetemperatur zu bringen – zum Heizen, Duschen oder Waschen. Das durchdachte System nutzt als Solarflüssigkeit lediglich Wasser, das eine deutlich besseren Fließ- und Wärmeleitfähigkeit hat als herkömmliche Solarflüssigkeiten mit Glykol. Dank des Wassers lässt sich die Solaranlage ganz einfach mit fast jeder Heizung und jedem Speicher kombinieren. Und es gibt noch einen Unterschied: Das Wasser wird in den Vakuum-Röhrenkollektoren effektiv erhitzt und zunächst wie in einer Thermoskanne gesammelt. Ist genügend Wärme vorhanden, fließt das heiße Wasser in den Wärmetauscher des Speichers zurück. Durch dieses patentierte Prinzip wird drei Mal mehr Wärme als bei gewöhnlichen Solaranlagen transportiert. Die

Solarpumpe muss zudem seltener laufen, was Strom spart und die Kosten weiter senkt. Selbst im Winter steht auch bei diffusem Licht immer erwärmtes Wasser zum Duschen zur Verfügung. Die eigentliche Heizung springt dann nur noch selten an – das entlastet den Geldbeutel und trägt wesentlich zum Klimaschutz bei. Weitere Informationen online unter [www.paradigma.de](http://www.paradigma.de). *txn*



Wer die Energie der Sonne zum Heizen nutzt oder sein Duschwasser solar erwärmt, handelt konsequent ökologisch und macht sich unabhängiger von Energielieferanten. Moderne Solarthermie-Systeme können heute die Hälfte des Heizenergiebedarfs im Eigenheim abdecken. Foto: Paradigma/txn



Wohlige Wärme in der dunklen Winterzeit verspricht Kaminholz als Alternative zu Strom und Gas. Die Nachfrage ist riesig und kann kaum befriedigt werden.

## Kaminholz, das neue Klopapier

Über mangelnde Nachfrage kann sich Brennholz-Händler Pavel Graf von der Zeus Ruhr GmbH in Bochum nicht beklagen: „Die Nachfrage ist sehr groß!“ Es verwundert natürlich nicht, dass viele Verbraucher über einen Kaminholzofen als alternative Heizquelle zu Gas und Strom nachdenken.

Die erste Hürde tut sich jedoch auf, überhaupt einen guten Kaminholzofen zu kaufen, einzubauen und vom Schornsteinfeger abnehmen zu lassen. Lieferengpässe bestehen auch in diesem Segment. Was nicht geht, ist, einen alten Kohleofen, der schon seit ewigen Zeiten im Keller oder in der Garage steht, ohne Genehmigung des Schornsteinfegers zu reaktivieren.

Ist der neue Holzofen eingebaut und abgenommen, sei es jedoch für viele Interessenten schwierig, auch an Brennholz zu kommen. Viele Holzhändler sind aufgrund der großen Nachfrage dazu übergegangen, Holz nur noch an Stammkunden abzugeben. Andere Händler, die Kaminholz nicht selbst produzierten, mussten Konkurs anmelden, da die Zulieferer aus Russland, Lettland und Ungarn keinen Nachschub mehr anlieferen. Zusätzlich sind Papierfabriken verstärkt als Nachfrager auf dem Holzmarkt aufgetreten. Die Lieferzeit bei Pavel Graf beträgt sechs bis acht Wochen, sein Unternehmen verkauft mittlerweile nur noch online, liefert aber selbst aus. „Neue Kunden sind in der Regel bereit zu warten“, so der Bochumer Händler.

Der Schornsteinfeger empfiehlt, möglichst Hartholz oder zumindest Gemischtholz mit möglichst geringem Anteil an Nadelholz zu verfeuern. Viele Kunden fragen deshalb gerne Eiche oder Buche nach. Die Preise für Stammholz hätten sich gegenüber dem letzten Jahr um 80 bis 100 Prozent erhöht. Dabei würde, so Pavel Graf, eigentlich genug Holz in den Wäldern rumliegen. Das Holz herauszuholen würde jedoch oft an Personal und Maschinen scheitern. Das Brennholz müsse zudem erst mal bis zu einem Jahr trocknen, sodass eine entsprechende Vorlaufzeit erforderlich sei. Schon bei einer geringen Feuchte steigt der Ausstoß von Schadstoffen und Feinstaub erheblich und verringert den Wirkungsgrad des Brennholzes. Darüber hinaus verschmutzt der Kamin deutlich schneller.

Die Schattenseite der Über-Nachfrage nach Kaminholz: Der Lieferengpass würde auch Kriminelle auf den Plan locken, die relativ günstige Lieferungen versprechen, aber auf Vorkasse bestehen. Ist die Lieferung bezahlt, sind die Händler nicht mehr zu erreichen. dx

### **i** Brennholz - Formate

Meist wird Brennholz als Festmester (1 m<sup>3</sup> Holzmasse ohne Zwischenräume), Raummeter (1m<sup>3</sup> geschichtete Holzscheite mit 1 Meter Länge) oder Schüttraummeter (1m<sup>3</sup> geschüttete, aber nicht gestapelte Holzscheite) geliefert.

**www.image-witten.de**

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

**topaktuell – kostenlos**

## Lärche wird zum Zankapfel

Jahrzehnte freute sich Friedhelm W. Sablotny über eine mächtige Lärche auf seinem Grundstück. Sie sei über 60 Jahre alt und stand schon auf dem Grundstück, bevor sein und die Häuser der Nachbarschaft gebaut wurden. Jahrzehnte lang konnten auch alle gut mit der Lärche leben – bis das Nachbarhaus verkauft wurde. Der neue Eigentümer baute seinen Garten irgendwann aus und entfernte dabei auch einige der langen Pfahlwurzeln der Lärche, die bis auf sein Grundstück gewachsen waren. In der Folge stellte er aber auch die Standsicherheit des Baumes infrage. Ein 2021 extra erstelltes Gutachten kam zu dem Ergebnis, dass es keinen Hinweis darauf gebe, „dass diese Abgrabung zu einer Schwächung der Standsicherheit geführt hat, jedoch ist eine Beteiligung an der Schwächung nicht auszuschließen“. Der pensionierte Oberstudienrat beauftragte schließlich ein Fachunternehmen, den Baum so zurück zu schneiden, dass die „Orkanlast der Windwiderstandsfläche“ verringert wird. Der Zwist war damit jedoch nicht aus der Welt. Nächster Schritt: Beide Parteien treffen sich demnächst vor einem Schiedsmann. dx



## „Toilette für alle“

### Behindertentoilette plus ist gut ausgestattet

Es gibt sie in Witten – und dann erst wieder in Xanten und in Osnabrück: eine „Toilette für alle“. Das ist sozusagen eine „Behindertentoilette plus“, ausgestattet mit einer Liege sowie einem Lift, an dem man auch erwachsene Menschen mit Behinderung durch den Raum heben kann. Die häufig entwürdigende Prozedur des Windelwechsels – im schlimmsten Falle auf dem Fußboden einer öffentlichen Toilette – kann dort in einem hygienischen Umfeld durchgeführt werden. Es ist eine von vielen Maßnahmen zur Barrierefreiheit im frisch sanierten Wittener Rathaus.

In Nordrhein-Westfalen sind „Toiletten für alle“ noch immer äußerst selten. Die Stadt Witten aber hat sie im Zuge der Rathaussanierung in den Südflügel eingebaut. Sie ist dort zwar im dritten Stock, durch den Aufzug aber dennoch barrierefrei erreichbar. Die „Toiletten für alle“ sind ein Projekt der Stiftung Leben pur. Die Stiftung unterstützt deren Einbau und veröffentlicht die Standorte online in einer Karte.

Bei der Toilette für alle im Rathaus handelt es sich um die erste Anlage dieser Art im gesamten Regierungskreis Arnsberg. Witten setzt somit ein wichtiges Zeichen in NRW und ermöglicht Menschen mit komplexer Behinderung damit gesellschaftliche Teilhabe und schenkt ihnen ein Stück Lebensqualität.

## Flexibler Wegbegleiter – Rauhfaser tapete im Kinderzimmer: für jede Lebensphase die passende Gestaltung

Für viele Kinder beginnt nach den Sommerferien ein neuer, aufregender Lebensabschnitt – die Schule geht los! Der Wunsch nach Unabhängigkeit wird größer und der eigene Geschmack entwickelt sich weiter. Klar, dass in dem Zuge auch das Kinderzimmer auf den Prüfstand gestellt wird und einige Veränderungen anstehen. Bei der Möblierung rückt in den meisten Fällen der Schreibtisch in den Fokus, denn mit einem guten Arbeitsplatz fällt das Lernen leichter. Zudem wird das Zimmer auch verstärkt zum Rückzugsort, in dem sich der Nachwuchs ungestört mit Freunden treffen möchte. Dieser Meilenstein ist eine tolle Gelegenheit, gemeinsam mit dem Kind den neuen Look des Zimmers zu planen. Wer bei der Gestaltung bereits auf Rauhfaser tapete gesetzt hat, profitiert nun von der mehrfachen Überstreichbarkeit. Anstatt erst mühsam alte Beläge zu entfernen oder gar Putz aufzuarbeiten, kann man gleich zur kreativen Aufgabe mit hohem Spaßfaktor übergehen – dem Anstreichen: Je nach Geschmack und späterer Zimmeraufteilung sind hellere oder dunklere Farben möglich, einzelne Wände können als farbige Highlights fungieren, auch geometrische Formen bzw. Streifen sind leicht umzusetzen. Das Renovierungsprojekt lässt sich also mit überschaubarem Aufwand realisieren und punktet mit großen Individualisierungsmöglichkeiten. Sollte eine Neutapezierung vonnöten sein, empfiehlt sich Rauhfaser aufgrund ihrer unkomplizierten Verarbeitung ebenfalls: Einfach passend von der Rolle zuschneiden, einkleistern und nach dem Einweichen Bahn für Bahn an der Wand anbringen, trocknen lassen, fertig. Einfacher geht's nicht! Rauhfaser tapete hat neben der flexiblen farbigen Gestaltung, der leichten Handhabung und dem langjährigen Einsatz noch einen entscheidenden Vorteil: Sie besteht ausschließlich aus hochwertigem Recyclingpapier und wird mit Holzfasern von Bäumen aus kontrollierter Forstwirtschaft versetzt. Außerdem ist sie frei von gesundheitlich bedenklichen Weichmachern, Lösungsmitteln sowie PVC und ist nachweislich besonders emissionsarm – auch in Bezug auf flüchtige organische Verbindungen (VOCs). So können Eltern und Kinder tief durchatmen und sich auf den neuen Lebensabschnitt freuen! Mehr unter [www.erfurt.com](http://www.erfurt.com). epr

Der Wechsel vom Kindergarten in die Schule ist für Kinder und Eltern ein wichtiger Schritt – auch in Sachen Zimmereinrichtung. Mit Rauhfaser an der Wand ist die Umgestaltung ruckzuck möglich: Einfach neu anstreichen und mit passenden Accessoires schön dekorieren. Foto: epr/ Erfurt Tapeten

## Haare gegen Wasserverschmutzung

Wer schon einmal in einer Dokumentation gesehen hat, wie schwierig es ist, nach einer Öltankerkatastrophe ein ölverschmiertes Tier (meist sind es ja Vögel) wieder zu reinigen, der kann wahrscheinlich nachvollziehen, dass diese neue Idee wirklich funktioniert. Denn Federn und Haare haben die erstaunliche Eigenschaft, Öl an sich zu binden und nur schwer wieder abzugeben. In diesem Sinne könnten sie helfen, alle Arten von öligen Verschmutzungen im Meer, seien es Motoröl, Rohöl oder Sonnenmilchreste, aus dem Meer zu entfernen.

Diese Idee nimmt nun auch in Deutschland Gestalt an, nachdem in Südfrankreich der Verein „Coiffeure Justes“ (faire Friseure) erste Tests erfolgreich durchgeführt hat. In Form von „HAIR HELP the Oceans“, einer UG mit Sitz in Bückeburg, die nun möglichst viele Friseursalons dazu aufruft, ihre Haarreste zu sammeln und weiterzugeben, damit daraus Haarfilter hergestellt werden können.



Bisher werden die Haarreste aus 83.000 Salons im Restmüll entsorgt, doch so ist dieses hoch effiziente Ölbindungs material verschwendet. Denn ein Kilogramm Haar kann bis zu acht Kilogramm Öl aus dem Wasser filtern. Dazu muss es aber erst einmal gesammelt und zu einsetzbaren Filtern verarbeitet werden. „HAIR HELP the Oceans“ UG ist dabei, mit deutschen Unternehmen zusammen eine Logistik auch in Deutschland und den angrenzenden Ländern aufzubauen, um mit abgeschnittenen Haarresten natürlich und nachhaltig die Reinigung von Meeren, Flüssen und Seen zu etablieren. Das kostet wenig für die Salons (neben der Mühe, die Haare zu sammeln und einem kleinen Obolus für die UG), hätte aber einen großen Effekt auf die Wasserqualität und Natur insgesamt. Eine Idee, so simpel und genial, dass man nur hoffen kann, dass möglichst viele Friseure mitmachen.

### Stuckateurbetrieb H.-J. von Orlikowski

Wärmedämmung	Sanierung von Altfassaden
Außen- und Innenputze	Reparaturarbeiten
Trockenbau	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](mailto: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](mailto:info@elektro-benking-gibis.de)

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





Foto: bigstock

Wir alle kennen es, wir alle lieben es, wir alle aßen es schon oft mit Genuss: das Butterbrot. Zum Tag des Deutschen Butterbrotes am Freitag, den 30. September, wollen wir die alltägliche beliebte, wie jedoch auch köstliche und abwechslungsreiche Speise würdigen. Schließlich ist das Butterbrot einfach gemacht, immer gut oder kurz gesagt: einfach gut. Und das schon seit Jahrhunderten. So taucht es bereits in klassischen Ölgemälden wie bei Pieter Bruegels „Bauernhochzeit“ ebenso auf wie es auch bei Luther und Goethes Werther thematisiert wurde. Viele genießen ihr Butterbrot als und zum Frühstück. Doch kann die beste Zeit für eine bestrichene Scheibe des Lieblingsbrottes jederzeit sein – ob mittags, als Snack zwischendurch oder zum Abendbrot (wo es ja schon im Namen steckt).

Und nicht nur in Bayern macht man gerne Brotzeit, wenn es ums Butterbrot geht. In Sachsen greift man gern zur Bemme, im Ruhrgebiet zur Kniffte, im Norden und Osten Deutschlands lässt man sich die Schnitte oder Stulle schmecken. Im nördlichen Rheinland, am Niederrhein und im Ruhrgebiet ist außerdem die liebevolle Bezeichnung Bütterken zu hören. Im Siegerland sowie im Wittgensteiner Raum kommt die Donge oder Dong auf den Teller und in die Hand, während Saarländer zur Butterschmier (oder Butterschmeer) greifen, die mit Salz, Zucker, Kakao oder Fenner Harz (ein Zuckerrübensirup) verputzt wird. Denn auch ein klassisches Butterbrot lässt sich noch mit wenigen Details oder Zubereitungsarten variieren und verfeinern. Es lässt sich im Toaster rösten, mit Knoblauch einreiben und dann buttern, man kann es nach dem Buttern auch ganz nach Wunsch und Geschmack mit Käse, Wurst, Schinken oder vegetarisch zum Beispiel mit Radieschen, Tomaten, Gurken oder Avocado belegen. Es bietet so unendlich viele Variationen wie die Phantasie. Obendrein ist das Butterbrot auch für viele Gelegenheiten und Einsatzmöglichkeiten ideal: Für die Mahlzeiten zu Hause, als Schul- und Pausenbrot, Proviant für unterwegs oder als appetitliche Schnittchen für die Party oder deftig-uriges Mahl im Restaurant.

**Über 3.000 eingetragene Brotspezialitäten**  
Für ein Butterbrot kann natürlich jede Art Brot als Grundlage dienen: Ob Weißbrot, Vollkornbrot, Mischbrot oder gar Pumpnickel. Entscheidend ist, dass es Ihnen schmeckt und mit guter Butter bestrichen wird. Sie haben es – auch im wahrsten Sinne des Wortes – in der Hand, wie Ihr Butterbrot aussieht und wonach Ihnen als Belag ist. Mit über 3.200 eingetragenen Brotspezialitäten bieten Ihnen die Innungsbäcker dafür ein riesiges Sortiment. So viel Auswahl und Kreativität bewegte die nationale UNESCO-Kommission sogar dazu, die Deutsche Brotkultur in das bundesweite Verzeichnis des immateriellen Kulturerbes aufzunehmen. [www.innungsbäcker.de](http://www.innungsbäcker.de)

Quelle: Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks e. V.

35 Jahre  
Ein starkes Team!

**DARAUS BACKEN WIR: HAFERKRUSTE**  
Roggenmischbrot | 750g

**HAFER AUS REGIONALEM ANBAU**

- Rustikales Roggenmischbrot
- Regionaler Hafer vom Niederrhein
- Frei auf Ofenplatte gebacken
- Knackige Kruste, leichte, lockere Krume

Gutes aus der Region

Arbeit Hand in Hand.

**UNSER HAFER**  
von Landwirt Andreas Mesch aus Weeze

## Entspannende Momente auf der eigenen Terrasse

Besitzen wir eine Terrasse, könnten wir dort im Laufe des Jahres viel Zeit verbringen. Angesichts der mittlerweile vielen Sonnenstunden mit Temperaturen um die 30 Grad, aber auch zum Schutz vor Wind und Regen, denken viele Hauseigentümer über eine Terrassenüberdachung nach. Umgekehrt staut sich bei kühleren Temperaturen im Frühjahr und Herbst die Wärme unter einem soliden Dach und lädt so zum längeren Verweilen ein. Neben der Schutzwirkung vor den kleinen und großen Wetterkapriolen geht mit einer Terrassenüberdachung in der Regel auch eine Wertsteigerung des Objektes einher.

Auch Markisen mit installierten Wind- und Sonnenwächter können so eingestellt werden, dass sie bei Erreichen von Grenzwerten automatisch ein- und ausfahren. Wie Sonnensegel schützen sie zudem vor unliebsamen Blicken von Nachbarn und Passanten. Wegen der hohen Anschaffungskosten lohnt sich eine fest installierte Terrassenüberdachung aus Aluminium, Holz oder Stahl in der Regel nur für Grundstückseigentümer. Eine Stufe höher stünde dann sogar der Bau eines Wintergartens an, der den Wohnraum nochmal erweitert. Mieter sollten dagegen vorzugsweise ein kostengünstigeres Sonnensegel oder eine Markise anbringen. Beide lassen sich bei einem Auszug auch wieder leicht entfernen lassen.

### Die Genehmigungsseite prüfen

Doch bevor Geld für die Investition ausgegeben und in die Hände gespuckt wird, sollte die rechtliche Seite mit dem Bauordnungsamt besprochen werden. Die Hintergründe zu planungsrechtlichen Aspekten und bestehenden Vorgaben, wie zum Beispiel Fragen zum Mindestabstand zur Nachbarschaftsgrenze und des Brandschutzes, können vorab im Rahmen einer Bauberatung abgeklärt werden, weiß der Pressesprecher der Stadt Witten Jörg Schaefer. Ab einer bestimmten Größe sind Terrassenüberdachungen genehmigungspflichtig und erfordern deshalb einen Bauantrag vorab. Der Teufel steckt manchmal im Detail - genehmigungsfrei heißt zum Beispiel nicht automatisch zulässig. dx



Foto: canva

**DACH & GARTEN**  
DACH- UND GARTENBAU AM WALZWERK GMBH

Am Walzwerk 7 · 45527 Hattingen  
Telefon Gartenbau 02324-6867956  
Telefon Dachbau 02324-6869440

Fax 02324-9049863  
[www.dach-garten.de](http://www.dach-garten.de)  
info@dach-garten.de



Foto: canva

**...mehr als NUR Steine!**

Natursteinbrüche Bergisch Land

**...für Haus und Garten**

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

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

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

**Bommerholzer Baumschulen**

**Die Pflanzzeit beginnt!**

Wir bieten Ihnen u.a. ein breites Sortiment an blühenden Herbstpflanzen sowie eine große Sortenauswahl an Obstgehölzen.

**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](http://www.bommerholzer-baumschulen.de)





Bis zu **40 €**  
**BEZIEHUNGS-**  
**BONUS**  
bis zum 31.12.2022\*

# Von der Sommerliebe zur festen Beziehung!

**Wir treffen uns nun bereits seit 3 Monaten regelmäßig.**

Mit einem Abo-Ticket, das zu dir passt, erfahren wir nach dem 9-Euro-Ticket zusammen den Alltag. Kleine Geschenke erhalten die Liebe: Wenn du deinem neuen Abo treu bleibst, schenken wir dir ab September 10 € pro Monat bis Jahresende! Trau dich und mach den nächsten Schritt!

**Dein Abo-Ticket – demnächst auch digital als „Mutti Abo“.**

\*Gilt für alle neu abgeschlossenen Abos (Ticket1000, Ticket2000, BärenTicket) mit Startzeitraum Juni–Dezember 2022, Antragsteller\*innen dürfen in den drei Monaten vor ihrem Abo-Startmonat keine Abo-Kund\*innen mit einem der oben genannten Tickets bei der BOGESTRA gewesen sein.

bogestra.de



## Mehr Platz und Sicherheit für den Fußverkehr

**SPD setzt sich für die Teilnahme der Stadt am Check 2023 des Landes ein**

Überall fahren und parken die Autos, mit dem Radverkehr gibt es Konflikte – Fußgänger haben es in unserer Stadt aktuell nicht immer leicht. Darum haben Martin Kuhn, der verkehrspolitische Sprecher der SPD-Ratsfraktion, und der SPD-Fraktionsvorsitzende Dr. Uwe Rath jetzt gemeinsam die Initiative ergriffen. Ihr Ziel: Die Interessen der Fußgänger\*innen müssen im öffentlichen Raum künftig viel stärker berücksichtigt werden.

Sie sind überzeugt: „Durch die Teilnahme am Fußverkehrscheck NRW 2023 können wir in dieser Hinsicht wesentliche Verbesserungen erreichen.“ Aus diesem Grund haben sie beantragt, dass sich die Stadt für den Check im kommenden Jahr bewirbt.

„Eine Teilnahme ist kostenlos, regionale Koordinierungsstellen begleiten den Prozess“, erläutert Martin Kuhn Einzelheiten. Auch die Nachbarstadt Sprockhövel habe schon an dem Check teilgenommen. Er bringe u.a. in gemeinsamen Workshops Bürgerinnen und Bürger, Verwaltung und Politik zusammen: „Am Ende steht ein Maßnahmenplan mit Prioritäten, die gemeinsam von Bürgerinnen und Bürgern sowie Fachleuten erarbeitet wurden.“

„Die Unterstützung setzt nicht nur beim Management der Umwandlungsprozesse an, sondern auch bei der Förderung konkreter Konzepte“, begründet Uwe Rath seine Unterstützung für die Teilnahme am Check. Sehr wichtig sind aus seiner Sicht zu diesem Zweck die Begehungen ausgewählter Quartiere: „So können vor Ort Schwächen erkannt und gleichzeitig Verbesserungschancen ausgelotet werden.“

Nach Überzeugung der beiden Antragsteller kann die Stadt auf ihrem Weg zu einem nachhaltigen Mobilitätskonzept von einer Teilnahme am Fußverkehrscheck nur profitieren: „Er liefert wertvolle Informationen zu diesem wichtigen Baustein für das Konzept.“

## Fahrräder und Kreuzungen

**Stadt Witten sorgt für mehr Sicherheit**

Wie kann der Radverkehr in Witten sicherer werden? Gleich mehrere Tagesordnungspunkte im Ausschuss für Mobilität und Verkehr am 22. August 2022 beschäftigten sich dieser Frage. Allein drei Kreuzungen waren Thema, außerdem die Pläne für die Sprockhöveler Straße. Eine Tendenz ist klar: Deutlich mehr Fahrradspuren werden in Zukunft rot eingefärbt.

Das gilt für die Kreuzung Husemann-/Ruhrstraße, für die Linksabbiegerspur, wo sich links abbiegende Radler\*innen nicht mehr die Spur mit den Autos teilen müssen.

Sowie für die Kreuzung Ardey-/Pferdebachstraße, wo auch die sogenannten „Fahrradtaschen“ (das sind die Wartepositionen für Radler\*innen) rot eingefärbt werden.

Sowie zuletzt auch für die Kreuzung Sprockhöveler/Herbeder Straße. Die Ruhrstraße zwischen den Kreuzungen mit der Gasstraße und dem Ruhrdeich ist eine echte Herausforderung. Eine Lösung, die alle zufrieden stellt, wird es wohl kaum geben. Welche Maßnahmen dort am Ende mehr Sicherheit für die Radler\*innen bringen sollen, darüber wird der Ausschuss erst in seiner nächsten Sitzung entscheiden.



Foto: Stadt Witten/J.Fruck



**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

## Auto Feix freut sich über Auszeichnung

Kunden und Mitarbeiter können sich freuen, denn das Opel und Ford Autohaus Feix gehört zum erlesenen Kreis der „Besten Autohäuser 2022“, welche die bekannte Zeitschrift AUTOBILD in Kooperation mit dem unabhängigen Marktforschungsinstitut Statista GmbH in Deutschlands größter Autohaus Analyse ermittelt hat.



„Das ist sogar ein Doppelsieg, denn Autohaus Feix gehört auch zum Kreis der ‚Besten Werkstätten 2021/22‘, freut sich Geschäftsführerin Kerstin Feix. „Ich bin stolz auf unsere Mannschaft, die durch ihren engagierten Einsatz zum wiederholten Male zu diesen Auszeichnungen beigetragen hat.“ Autokauf und Werkstattwahl sind Vertrauenssache. Und so sind natürlich offizielle Auszeichnungen, Weiterempfehlungen und

Bewertungen von Kunden immer sehr wichtig bei der Auswahl des richtigen Autohauses und der richtigen Kfz-Werkstatt. Hier können die aktuellen AUTOBILD-Siegel helfen. Viele Autohauskunden sind langjährige Stammkunden, da sie gute Erfahrungen mit dem ehrlichen Umgang, der Zuverlässigkeit und Qualität der umfangreichen Leistungen im Autohaus Feix gemacht haben. Auch viele Neukunden kommen regelmäßig hinzu. „Für unser Team ist eine hohe Kundenzufriedenheit ganz wichtig“, berichtet Kerstin Feix. Und dafür setzen sich die vielen erfahrenen Feix-Mitarbeiter und -Mitarbeiterinnen täglich aufs Neue ein. Das Autohaus ist seit über 90 Jahren bekannt als Opel-Vertragspartner. Seit fast 20 Jahren ist Feix zusätzlich auch Ford-Vertragspartner. Und so können Kunden im Autoverkauf ein vielseitiges Angebot an Neuwagen, Jungwagen, günstigen Re-Importen bekommen. Natürlich gibt es außer Opel- und Ford-Fahrzeugen auch Fahrzeuge anderer Marken, die inzwischen sogar europaweit eingekauft werden. Im Service liegt der Schwerpunkt auf den Marken Opel und Ford. Hier arbeiten geschulte Feix-Mitarbeiter mit Spezialwerkzeug, um die Reparaturen schnell und professionell für die Kunden zu erledigen. Natürlich helfen wir auch Kunden mit Fahrzeugen anderer Marken.

Als „Beste Kfz-Werkstätten 2021/22“ wurden u.a. von Werkstattkunden wichtige Kriterien für die Werkstattwahl geprüft und bewertet: z. B. die Beratung durch das Feix-Team, d. h. die Erläuterung der benötigten Arbeiten, Fachkenntnisse der Mitarbeiter im Autohaus sowie das Leistungsangebot, z.B. Umfang des Serviceangebots, direkte Durchführung kleinerer Reparaturen und natürlich auch das Kriterium Preis. Wie ist das Preis-Leistungs-Verhältnis und gibt es zuverlässige und transparente Kostenvorschläge und Rechnungen? Wie ist die Gesamtzufriedenheit, d. h. Zufriedenheit mit der Qualität der durchgeführten Leistungen, Eindruck der Werkstatt-Räumlichkeiten.



### TEXTIL-WASCHSTRASSE

- schonende Kuscheltex-Wäsche
- Nano Protect Versiegelung
- gründliche Felgenreinigung
- kostenlose Staubsaugerplätze
- Prepaid Kundenkarten
- Sportwagen-, SUV- und Cabrio-tauglich

Wittener Str. 112  
58456 Witten  
info@eroli-carwash.de  
www.eroli-carwash.de

**Öffnungszeiten**  
Mo. – Fr. 8.00 – 19.00 Uhr  
Sa. 8.00 – 18.00 Uhr

**EROLI REIFEN**  
Reifen • Felgen • Zubehör

Wittener Straße 110  
58456 Witten-Herbede  
Tel. 0 23 02 76 08 85  
info@reifen-eroli.de  
www.reifen-eroli.de

Öffnungszeiten:  
Mo.–Fr. 8–19 Uhr • Sa. 8–14 Uhr

**REIFENCENTER**

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

Nächster Erscheinungstermin:  
**Donnerstag, 29.9.2022**  
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.9.2022

**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



Wenn **O P E L** dann  
**EMIL PIEPER KG**

Seit über 100 Jahren  
in Bochum-Langendreer

Wir erledigen sämtliche Arbeiten  
rund um Ihr Opel-Fahrzeug ...

- Neu- und Gebrauchtwagen.
- Moderne Werkstatt-Ausstattung.
- Service-Arbeiten.
- Inspektionen.
- Karosserie-Arbeiten.
- Unfallregulierung.
- Täglich TÜV und AU.
- Samstags Notdienst von 9 bis 12.30 Uhr.
- Vieles Andere mehr.

Besuchen Sie unseren Familienbetrieb  
und überzeugen Sie sich selbst.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.

**EMIL PIEPER KG**

Am Neggenborn 105  
44892 Bochum-Langendreer  
Telefon 0234 / 927930

service@opel-pieper.de · www.opel-pieper.de

Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 7.00 Uhr bis 18.00 Uhr  
Samstag (Notdienst): 9.00 Uhr bis 12.30 Uhr

## Die Mehrheit ist gegen Verbrennerverbot

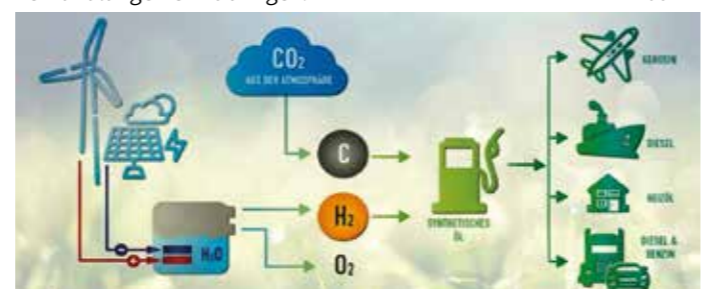
Das Meinungsforschungsinstitut forsa hat Ende Juni die Einstellung der Bevölkerung in Deutschland zu synthetischen Kraftstoffen (e-Fuels), zur Elektromobilität sowie zu weiteren verkehrspolitischen Themen abgefragt. Dabei findet sich für ein EU-Neuzulassungsverbot von Benzinern und Dieselfahrzeugen ab 2035 keine Mehrheit, über das die Kommission nach dem Einspruch der Umweltminister noch einmal beraten soll.

### 58 Prozent gegen Verbrenner-Aus

Demnach begrüßen nur 39 Prozent der Befragten, wenn in Europa keine neuen Fahrzeuge mit Benzin- oder Dieselmotor mehr zugelassen werden dürften. 58 Prozent der Befragten stimmen dem nicht zu. Ein mittel- oder langfristiges generelles Verbot für Fahrzeuge mit Diesel- oder Benzinmotor wird sogar von knapp zwei Dritteln (63 Prozent) der Bevölkerung abgelehnt, teilte der Bundesverband mittelständischer Mineralölunternehmen Uniti mit, der die Umfrage in Auftrag gegeben hat. 74 Prozent der Befragten befürchten außerdem, dass Deutschland beim Bau von E-Autos von Rohstoffimporten aus China abhängig wird. 53 Prozent erwarten den Verlust von Arbeitsplätzen in der deutschen Automobilindustrie, wenn Fahrzeuge mit Verbrennungsmotor verboten werden, und 54 Prozent der Menschen in Deutschland sorgen sich, dass Elektromobilität bei steigenden Strompreisen für sie nicht bezahlbar sein wird. 89 Prozent der Befragten stimmen der Aussage zu, dass die Bundesregierung im Straßenverkehr alle technischen Lösungen beim Erreichen der Klimaziele in gleicher Weise unterstützen und nicht ausschließlich die Elektromobilität fördern sollte. Nur noch 51 Prozent finden es richtig, dass in Deutschland die Elektromobilität jährlich mit vielen Milliarden Euro gefördert wird (Vergleichswerte der forsa-Befragungen aus dem Juni 2021: 58 Prozent sowie von November 2021: 54 Prozent).

### Synthetische Kraftstoffe sind gefragt

78 Prozent der Befragten, die ein Fahrzeug mit Benzin- oder Dieselmotor oder Hybridantrieb im Haushalt haben, gaben an, sich vorstellen zu können, synthetische Kraftstoffe zu nutzen. Dabei stehen Anhänger der Grünen mit 90 Prozent der Nutzung von e-Fuels am aufgeschlossensten gegenüber. Vor die Wahl zwischen ein Diesel- oder Benzinauto, das mit klimafreundlichen synthetischen Kraftstoffen betankt wird, oder ein Elektroauto gestellt, würden sich 58 Prozent der Befragten für das mit e-Fuels betriebene Fahrzeug entscheiden. 30 Prozent würden das BEV wählen (der Rest machte keine Angaben oder fährt gar nicht Auto). „Die Menschen in Deutschland haben offenkundig ein feines Gespür für die großen Risiken, die mit einer Abkehr vom Verbrennungsmotor und mit einem Fokus allein auf die E-Mobilität verbunden wären. Wer den Verbrennungsmotor – und dass trotz der Option, diesen CO<sub>2</sub>-neutral mit e-Fuels zu betreiben – verbieten und einzig auf die Elektromobilität setzen möchte, verabschiedet sich von der bezahlbaren individuellen Mobilität für jedermann und begibt sich in eine Rohstoffabhängigkeit“, kommentiert Uniti-Hauptgeschäftsführer Elmar Kühn die Umfrageergebnisse. Der Verband fordert daher die Bundesregierung auf, sich aktiv in die noch laufenden Verhandlungen einzubringen. *aum*



Das Prinzip der Herstellung von e-Fuels. Foto: Autoren-Union Mobilität/mobil.org



### SERVICE

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

## Kia EV6 mit Wohnwagen

### ADAC testet Urlaubsfahrt mit E-Auto

Immer mehr Reisende planen ihre Urlaubsfahrt inzwischen mit dem Elektroauto. Vielfach mangelt es den Fahrzeugen aber noch an ausreichender Anhängelast für einen Wohnwagen. Der ADAC hat nun die mit einem Kia EV6 die Probe aufs Exempel gemacht. Das Fahrzeug mit Allradantrieb und einer Leistung von 239 kW (325 PS) hat eine Anhängelast von 1600 Kilogramm. Die Route führte über den Brenner und durch die Dolomiten an die Adria und durch Slowenien zurück über die Tauernautobahn. Dabei legte das Gespann an drei Tagen eine Strecke von 1281 Kilometern zurück. Das Fazit des Automobilclubs: Elektroautos eignen sich gut als Zugfahrzeug.

### Mit Wohnwagen mühelos ans Ziel



Kia EV6 mit Wohnwagen.

Foto: Autoren-Union Mobilität/ADAC

Der Kia EV6 überzeugte die Tester auf der Vier-Länder-Tour mit seinen Fahreigenschaften. Er brachte den voll beladenen Familienwohnwagen „mühelos und ohne Motorvibrationen und Schaltrucken ans Ziel“, so der ADAC. Der Stromverbrauch lag dabei erwartungsgemäß über den sonst im Alltag üblichen etwa 20 kWh für 100 Kilometer. Mit Wohnwagen im Schlepp waren es durchschnittlich 36,6 kWh. Die maximale Reichweite reduzierte sich dadurch von 400 auf rund 220 Kilometer, was ca. zwei bis drei Stunden Fahrzeit ausmacht. In 20 Minuten konnte der Testwagen aber dank 800-Volt-Schnellladetechnik wieder von zehn auf 80 Prozent aufgeladen werden. Erheblichen Handlungsbedarf stellten die Tester allerdings in Sachen Verfügbarkeit und Zuverlässigkeit beim Laden fest. Am ersten Tag lief das Laden in Nassereith (Tirol) und Innichen (Südtirol) noch reibungslos, und es waren lediglich zwei Ladestopps bis an die Adria notwendig. An den beiden folgenden Tagen mussten die Tester jedoch erhebliche Mängel bei Funktionalität und Authentifizierung registrieren. Weiteres Manko beim Laden mit einem Gespann: Meistens musste der Wohnwagen abgekuppelt und an anderer Stelle zwischengeparkt werden. Hier bedarf es aus Sicht des Automobilclubs mehr Durchfahrtsladestationen. Reisende mit Elektroautos sollten in jedem Fall immer online prüfen, welche Schnellladestationen auf der Route verfügbar sind und auch funktionieren - und dabei für den Notfall genügend Restreichweite einplanen, um eine Ausweichstation erreichen zu können. Sinnvoll ist es auch, Ladekarten mehrerer Anbieter dabei zu haben. *aum*



Unsere Werkstatt  
bleibt für Sie geöffnet!  
Mo.-Fr. 9-18 Uhr · Sa. 9-14 Uhr  
Oberscheidstr. 12 · 44807 Bochum  
Tel. 0234/9536036 · Fax 54 11 06  
info@kia-bentrop.de



- Kostenloser Hol- + Bringdienst
- Smart-Repair Ausbeulen ohne Lackieren
- im Kaskofall kostenloser Leihwagen
- von Standox ausgezeichnete Fachbetriebe
- Hagelschadenzentrum - seit Sommer 2008 - in Zusammenarbeit mit Global Hail
- Dekra geprüfte Fachwerkstatt für Unfallinstandsetzung
- Wohnmobil- + Fahrzeugaufbereitung

**12 Jahre in Folge Werkstatt Ihres Vertrauens.**  
58455 Witten • Tel.: 023 02/230-32  
www.autolackiererei-giesselbach.de **Cörmannstr. 16**



Seit 50 Jahren!

**Kfz-Meisterbetrieb**

Bodenborn 32  
58452 Witten-Bommern  
Tel. 023 02/303 13  
Fax 023 02/39 03 19  
www.kfz-technik-sittart.de

**Ihr kompetenter Partner bei Problemen rund um Ihr Fahrzeug!**

**AU täglich – HU Prüfstützpunkt TÜV Rheinland**



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

Hans-Böckler-Straße 1 - Ecke Herbeder Straße  
Telefon & Fax 023 02/5 15 65 + 27 50 86

## Stadtwerke Witten mit umfangreiche Maßnahmen zur Energie-Einsparung gestartet

Die Stadtwerke Witten haben ein Maßnahmenpaket zur Energie-Einsparung beschlossen. Dieses betrifft die Gebäude der Stadtwerke und die Schwimmbäder. Zusätzlich starten die Stadtwerke eine wöchentliche Energiespar-Sprechstunde im Kundencenter „Impuls“.

### Folgende Maßnahmen wurden beschlossen:

- Die nicht-sicherheitsrelevante Beleuchtung an allen Gebäuden der Stadtwerke wird abgeschaltet. Dies umfasst u. a. das Verwaltungsgebäude und einzelne Trafostationen.
- Die Raumtemperatur in den Büroräumen des Stadtwerke-Verwaltungsgebäudes wird im Heizbetrieb auf 20 °C gedrosselt.
- Die Warmwassertemperatur im Verwaltungsgebäude der Stadtwerke wird verringert.
- Die Wassertemperatur in den Hallenbädern wird auf 25°C reduziert.

► Eine wöchentliche Energiespar-Sprechstunde wird im Kundencenter „Impuls“ am Rathaus eingerichtet.

„Wir sind alle aufgerufen, möglichst viel Energie zu sparen. Die frühzeitige Schließung des Freibades (am 14. August.) bedauern wir sehr. Allerdings besteht hier das größte Einsparpotenzial. Das Freibad verbraucht täglich so viel Gas wie ein Single-Haushalt im ganzen Jahr – diese Energie benötigt Witten für die kommende Heizperiode“, erklärt Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke Witten.

Bei der Energiespar-Sprechstunde im Kundencenter werden Expert\*innen vor Ort ab Mitte August für Fragen zur Verfügung stehen. Zusätzlich beraten Stadtwerke-Mitarbeiter zur Abschlagsänderung und Zahlungsmodalität. Weitere Details zur Energiespar-Sprechstunde werden in Kürze bekannt gegeben.

## „Haushalt im Griff“

### Ein gelungenes Kompendium des Haushaltens

Der Ratgeber „Haushalt im Griff. Einfach, schnell und nachhaltig“ der Verbraucherzentrale befasst sich mit allen Themen rund um den Haushalt: Was wie wann wo einkaufen und wie transportieren sowie aufbewahren/lagern? Was wie am besten kochen/grillen/garen/braten? Wie Ordnung halten oder herstellen? Was wie waschen und wie welche Flecken entfernen? Was womit am besten putzen/säubern/spülen? Was gehört in welchen Müll und wie ist dieser womöglich zu vermeiden? Na gut... Vieles hat man (hoffentlich) schon von seiner Mutter gelernt, in anderen Büchern gelesen oder in Haushaltstipps-Sendungen mit Yvonne Willicks im Fernsehen gesehen. Aber vieles ist auch neu oder nicht so im Bewusstsein verankert, dass es direkt immer mit beachtet wird (z.B. Entstehung von Acrylamid beim Frittieren, Vorsicht bei Aluminiumgeschirr und Mogelpackungen). Viele im



Buch enthaltene Zusatzinformationen müsste man sich auch erst mühsam zusammensuchen (z.B. Biosiegel, Deklarationen auf Lebensmittelverpackungen, Geräte- und Waschsymbole) und einiges („Hilf ich muss... meine Wohnung in einer halben Stunde vorzeigbar machen“) ist als kurze Auflistung sehr hilfreich. Gerade für junge Menschen, die zum ersten Mal in eine eigene Wohnung gezogen sind und deren Mutter zu Besuch kommen will.

### Kaufempfehlung - Ja

Das Buch ist thematisch aufgebaut, sehr übersichtlich, sehr strukturiert und bietet alle wichtigen Informationen auf einen schnellen Blick. Es ist –obwohl man das ein oder andere schon kennt- in seiner Dichte ein sehr hilfreiches Kompendium des Haushaltens und könnte gerade für junge Menschen, die vielleicht bisher wenig Interesse für eine eigene Lebensführung gezeigt haben oder durch ihre Eltern immer mit diesen Themen verschont geblieben sind, ein wichtiges Hilfsmittel sein, um anstehende Haushaltsprobleme zu lösen. Für alle Erfahreneren bietet es alle relevanten Informationen in einem kurzen Nachschlagewerk, das man gut und gerne in die heimische Bibliothek einreihen kann. Dann ist man –falls man eine Frage hat- auf der sicheren Seite.

Carina Frey: „Haushalt im Griff. Einfach, schnell und nachhaltig“, Verbraucherzentrale, 200 Seiten, 16,90 Euro.

## Auch Witten braucht den Wasserstoff

### Stadt prüft die Nutzung für Mobilität und Gewerbe



Der Klimawandel und die Energieversorgung – das sind aus Sicht der SPD-Politiker Dr. Uwe Rath, Martin Kuhn und Armin Sucasca zwei sehr gute Gründe, sich auch in Witten mit dem Thema Wasserstoff zu befassen. Bereits Ende Februar haben sie einen Antrag an die Stadtverwaltung verfasst, der diese beauftragen sollte, „die Nutzung von grünem Wasserstoff für Wohnen, Gewerbe und Mobilität in Witten gemeinsam mit der Stadtwerke Witten GmbH voranzutreiben und umzusetzen“.

„Natürlich ist das nur perspektivisch möglich“, betont Armin Sucasca, der wirtschaftspolitische Sprecher der SPD-Fraktion, mit Blick auf den besonderen CO<sub>2</sub>-freien Wasserstoff, für dessen Produktion Strom aus erneuerbaren Energiequellen verwendet wird. Doch es sei wichtig, frühzeitig die Weichen in diese Richtung zu stellen.

Die drei Ausschüsse für Wirtschaft und Liegenschaften, für Mobilität und Verkehr sowie für Stadtentwicklung, Umwelt und Klima haben sich inzwischen mit dem Thema befasst. Ein Aspekt dabei ist die Mobilität, konkret das Tanken von Wasserstoff und wie viele Tankstellen planen Wasserstoff anzubieten.

Dabei ist den Sozialdemokraten durchaus bewusst, dass es bislang noch nicht viele Fahrzeuge mit Wasserstoffantrieb gibt. Doch sie sind überzeugt: „Ihr Anteil wird wachsen. Außerdem bedingen sich die Angebote gegenseitig: Wo es die Möglichkeit gibt, Wasserstoff zu tanken, wird auch über die Anschaffung der entsprechenden Fahrzeuge nachgedacht.“ Auch in anderen kreisangehörigen Städten gebe es bereits Initiativen für den Einsatz von Wasserstoff.



**WITTEN SPART  
ENERGIE!**

Natürlich.

**MACHEN SIE  
MIT!**

**Es sind die kleinen Dinge, die oftmals eine überraschend große Wirkung haben: Sowohl für unsere Umwelt als auch für Ihren Geldbeutel.**

Als regionaler Energieversorger unterstützen wir Sie beim verantwortungsbewussten Umgang mit Energie – denn nur gemeinsam können wir die aktuellen Herausforderungen meistern und die Umwelt schonen. Nutzen Sie unsere hilfreichen Tipps & Tricks zum Energiesparen auf unserer Webseite – für heute und morgen.



[www.stadtwerke-witten.de/energiesparen](http://www.stadtwerke-witten.de/energiesparen)

## Seit dreißig Jahren gibt's das Frauenhaus Ennepe-Ruhr-Kreis

Das Gefühl der Sicherheit ist für die betroffenen Frauen das Wichtigste - Hilfe aber auch für Täter

Sie wurde geschlagen und gemüht. Von ihrem Mann und an einem Ort, der für sie sicher sein sollte – in ihrem eigenen Zuhause. Sie flüchtete sich in das Frauenhaus Ennepe-Ruhr. Sie wünscht sich ein eigenes Leben. So fangen viele Geschichten an, die Kathleen Schmalfuß kennt. Die Sozialarbeiterin arbeitet seit zwanzig Jahren bei GESINE Intervention, dem Zentrum für Prävention, Information, Schutz und Unterstützung bei Gewalt gegen Frauen im EN-Kreis. 1992 eröffnete der Verein „Frauen helfen Frauen EN e.V.“ das Frauenhaus im EN-Kreis. 1996 wurde mit der Frauenberatungsstelle ein weiteres Angebot für Frauen in schwierigen Lebenssituationen geschaffen. Und es gibt noch viel mehr.

Nachts mit der Polizei oder tagsüber mit einem Köfferchen an der Hand – so kommen die meisten Frauen nach einem telefonischen Erstkontakt über die Rufnummer 02339 – 6292 in das Frauenhaus des Ennepe-Ruhr-Kreises. In welcher Stadt es liegt, dürfen wir aus Sicherheitsgründen nicht verraten, denn es ist in den dreißig Jahren seit der Gründung öfter vorgekommen, dass rasende Ehemänner, Brüder oder andere männliche Familienmitglieder Einlass begehrten. Immer ist die Ursache der Aufnahme in das Frauenhaus häusliche Gewalt. Häufig ist es körperliche Gewalt, aber auch psychische oder sexuelle Gewalt, Demütigungen und finanzielle Abhängigkeiten gehören dazu.

„Unser Haus bietet insgesamt 25 Plätze für Mütter und Kinder. Aufgenommen werden Frauen ab 18 Jahre aus allen möglichen Ländern. Gesprochen wird neben deutsch auch englisch und türkisch. Manchmal kommt ein Dolmetscher zum Einsatz. Die Frauen leben im Haus in einem eigenen Zimmer mit ihren Kindern, müssen sich aber Küche und Essraum gemeinsam mit anderen Frauen teilen. Jungen werden bei uns im Frauenhaus nur bis zum 14. Lebensjahr aufgenommen. Das ist der Struktur des Gebäudes geschuldet. Es ist leider auch nicht



Kathleen Schmalfuß arbeitet seit zwanzig Jahren in der Frauenberatung.

Foto: Pielorz

barrierefrei. Aber wir versuchen in jedem einzelnen Fall Schutz zu bieten und für jeden einzelnen Fall eine Lösung zu finden“, sagt Kathleen Schmalfuß. Einfach ist das nicht, denn die Plätze in Frauenhäusern sind stark nachgefragt.

**„Wir nehmen genauso viele Frauen auf wie wir abweisen müssen. Daher ist es unser Ziel, ein größeres Haus zu bekommen.“**

Unter [www.frauen-info-gewalt.de](http://www.frauen-info-gewalt.de) kann ein freier Platz in NRW gesucht werden und unter [www.frauenhaus-suche.de](http://www.frauenhaus-suche.de) kann seit dem 31. Mai 2021 tagesaktuell die Aufnahmekapazität von Frauenhäusern und Schutzwohnungen bundesweit öffentlich eingesehen werden.

Bundesweit fehlen laut Istanbul-Konvention ca. 15.000 Betten in den Frauenhäusern. Das führt seit Jahren zu einem chronischen Platzmangel in den Häusern. Die Corona-Pandemie hat das noch verstärkt. Es gab viel mehr telefonische Kontakte und einen Anstieg von Polizeieinsätzen. Man hockte mit zu vielen Personen

auf zu engem Raum. Nicht selten eskalierte ein Streit.

Rund 70 Frauen kommen pro Jahr ins Frauenhaus EN. Manche bleiben Monate, manche nur ein paar Wochen. Falls Kinder mitbetroffen sind, müssen diese Kita oder Schule wechseln und eine Einrichtung in der Nähe des Frauenhauses besuchen – wenn sie in der Kita einen Platz bekommen. Manchmal haben sie Kontakt zum Vater, manchmal nicht. Der Weg zurück in ein eigenes Leben führt für die Frauen oft nur über staatliche Leistungen. Viele von ihnen haben, wenn sie einen Beruf hatten, diesen lange nicht mehr ausgeübt. „Manchmal ist die Flucht aus dem alten Leben planbar. Dann ist es wichtig, ein paar Dinge mitzunehmen. Dazu gehören alle wichtigen Papiere wie Pässe und Ausweise, Geburts- und Heiratsurkunden, Jobcenter- oder Rentenbescheide, Krankenkassenscheine, Mutterpass, gelbes Vorsorgeheft, Impfpässe, Kontokarte, Spargbücher, Bargeld, Mietvertrag der Wohnung, Zeugnisse, Zertifikate vom Deutschkurs, Unterlagen von Verträgen (z.B.: Telefon, Internet, Versicherungen), notwendige Medikamente, Kleidung, für Kinder die Schulsachen und das Lieblingsspielzeug. Wenn die Flucht nicht planbar ist, kommen die betroffenen Frauen

aber auch manchmal mit leeren Händen. Das Wichtigste ist ihre Sicherheit und die der Kinder“, erzählt Kathleen Schmalfuß. Sie weiß: Der Weg in ein selbstbestimmtes und sicheres Leben ohne häusliche Gewalt ist nicht leicht. „Für die Frauen muss das, was sie erlebt haben, zunächst sprechbar – aussprechbar – werden. Sie müssen Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten fassen und ihr Selbstwertgefühl muss sich aufbauen. Es ist unsere Aufgabe, ihnen dabei zu helfen.“ *anja*

### KONTAKTE

**Frauenberatung:**  
**Schwelm** Markgrafenstraße 6  
 Telefon: 02336/475 90 91  
**Witten** Augustastraße 47  
 Telefon: 02302/5 25 96  
**Hattingen** Talstraße 8  
 Telefon: 02324/ 38 09 30 50  
**Herdecke** Hauptstraße 43  
 Telefon: 02330/611 111

[www.gesine-intervention.de](http://www.gesine-intervention.de)

**Frauenhaus** Tel.: 02339/6292  
 E-Mail: [info@frauenhaus-en.de](mailto:info@frauenhaus-en.de)

**Für Täter**  
 Tatorientierte nachhaltige Intervention  
 Telefon 02336/ 475 90 94



161 km rund um Berlin lagen beim Start vor Andreas Giersberg von FunVorRun Witten.

## Laufschritt um Berlin

100 Meilen (161 km) in 23:28 Std.

Als diesjähriges Lauf-Highlight stand für Langstreckenläufer Andreas Giersberg von FunVorRun Witten der Mauerlauf um Berlin über 100 Meilen – entsprechend 161 Kilometer – auf dem Plan. Vier Tage vor dem Mauerlauf beteiligte sich der Bochumer noch an einem Spenden-Marathon in Magdeburg.

Wenige Tage vor der Anreise hatte den Ultraläufer noch die Einladung des bekannten (Lauf-)Paters Tobias zu einem Spendenlauf für den Neubau des Prämonstratenser-Klosters in Magdeburg erreicht. Da Magdeburg auf dem Weg lag, sagte Andreas Giersberg kurzerhand zu. „Meine Bedenken kamen erst später, ob das wirklich so schlau war, kurz vor dem Ultralauf in Berlin noch einen Marathon zu absolvieren.“ Letztendlich stand er aber doch pünktlich am Start und genoss die 42,195 km im Laufschritt durch die Elbauen bis Schönebeck und zurück entlang der alten Elbarme. Im Ziel angekommen, übergab der Ministerpräsident des Landes Sachsen-Anhalt Reiner Haseloff einen Förderscheck für den Klosterneubau. Eine Führung durch die Kirche St. Petri und die Besichtigung des Klosterneubaus rundeten den Tag ab.

### 161 km auf den Wegen entlang der Berliner Mauer

Vier Tage später war es dann so weit: Andreas Giersberg startete in der Bundeshauptstadt beim 10. Mauerlauf über 161 km. Seit 2011 erinnert der Mauerweglauf an die Opfer der früheren Grenze, die Deutschland zwischen 1961 und 1989 teilte. Da auf den Tag genau am 13.8.1961, also vor 61 Jahren, mit dem Bau der Mauer begonnen wurde, lagen an vielen Mahnmalen Kränze für die Maueropfer. „Das war schon sehr beeindruckend und bedrückend“, empfand der Bochumer die Mahnmale mitten in Deutschland.

Für den FunVorRun-Läufer war es schon die dritte Teilnahme an dem Lauf der deutschen Geschichte. Der Weg führte fast die gesamte Strecke über die alten Patrouillenwege der Grenzsoldaten entlang der Berliner Mauer. Die angekündigten sommerlichen Temperaturen steigerten schon im Vorfeld den Respekt vor dem Vorhaben. Zwar blieb der Himmel zunächst bedeckt, das Thermometer kletterte dennoch schnell in den Bereich um die 30 Grad und das schwüle Wetter war eine zusätzliche Herausforderung für alle Beteiligten.

Erst in der Nacht nach dem Start sorgten einige kurze Schauer für Abkühlung auf Teilen der Strecke, hinterließen aber auch einige wundere Stellen. Nach 23:28:08 Stunden überquerte Andreas Giersberg schließlich in der Morgendämmerung die Ziellinie und blieb damit zum dritten Mal unter 24 Stunden: „Auf den 160 km hatte ich einige Höhen und Tiefen, aber zum Schluss bin ich doch zufrieden im Ziel angekommen“, so sein Fazit. In der Ergebnisliste gehörte ihm der 118. Gesamtplatz und Platz 17. in seiner Altersklasse M55. Von 425 Startern erreichten 296 Läufer das Ziel. *dx*

seit 1913

## Bestattungen Bohnet

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

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

## Kindheitserinnerungen von Jaana Redflower

Die Autorin Jaana Redflower lebt in Witten und hat es mit ihrer Kindheitserinnerungsgeschichte mal wieder in ein Buch geschafft! Die Anthologie heißt „Kindheitserinnerungen“ und ist kürzlich als Printbuch und als E-Book erschienen.

Kindheitserinnerungen hat wohl jeder: Streiche, neue Freundschaften, Eifersucht, Streit, Ängste, Verlust oder aber eine wunderschöne unbeschwertere Zeit bleiben im Gedächtnis. Rückblicke, die unterschiedlicher nicht sein könnten, warten auf interessierte Leser.



### Autorenübersicht

Martina Kast, Renate Habets, Raymonde Graber, Nina Sock, Peter Hausdorf, Brigitte Kempfner, Christiane Fischer, Jaana Redflower, Hermann Bauer, Gerwine Ogbuagu, Gabriele Mörth, Karla Kunze, Dörte Müller, Alexandra Nau, Britt Glaser, Brigitte Vollenberg, Eric Eaglestone, Anke Schüür, Volker Kosznitzki, Maria Lehner, Dorothea Möller, Marcus Watolla, Undine Klipstein, Manuela Klumpjan

### Info

Hrg. Nina Sock,  
 insgesamt 24 Autoren  
**Kindheitserinnerungen**  
 Als ich noch klein war...  
 Wahre Begebenheiten

ISBN: 978-3-96174-107-6  
 Paperback, 14,8 x 21 cm,  
 168 Buchseiten  
 VK: 11,95 €  
 Edition Paashaas Verlag  
[www.verlag-epv.de](http://www.verlag-epv.de)

## Impressum

**Titelbild:** Schulstart Hardenstein-Gesamtschule  
 Fotos: Hardenstein Gesamtschule

**Herausgeber:** Monika Kathagen  
 Wasserbank 9, 58456 Witten  
 ☎ 02302/9838980

**Verlag und Redaktion:**  
 Kathagen-media press  
 E-Mail: [info@image-witten.de](mailto:info@image-witten.de)  
[www.image-witten.de](http://www.image-witten.de)

**Anzeigen und Redaktion:**  
 Barbara Bohner-Danz, Matthias Dix, Cornelia Hamacher, Monika Kathagen, Jessica Niemerig, Tilsa Mustafi, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter, Tanja Schneider (Es gilt die Verlagsanschrift)

**Verteilung:** DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

**Druck:**  
 BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

**Erscheinungsweise:**  
 Monatlich, kostenlos, Haushaltsverteilung in Witten u.a. Annen, Stockum, Rüdighausen, Herbede, Heven, Bommern und Umgebung, Innenstadt und Sonnenschein

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

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

**Nächster Erscheinungstermin:**  
**Donnerstag, 29.9.2022**  
 Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.9.2022



**Die Nr. 1**

**MaxiFlex®**

**Ultimate**

**Montagehandschuh**  
Nitril-Mikroschaum  
In den Größe 7 bis 11

1 Paar 5,00€ (4,20€ netto)  
12 Paar je 4,80€ (4,04€ netto)

# Arbeitsklamotten Witten

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

## Wind und Wetter

Warnschutzjacke S-5XL  
49,90€ (41,93€ netto)  
Staffelpreise auf Anfrage

## Warnschutz am Lager

- > Fleecejacken
- > Hoodys
- > Pullover
- > Softshell
- > Regenbekleidung
- > Parka



**Berufskleidung auf 500qm**