

ImageSprockhövel

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

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



www.blauer-engel.de/uz195

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

RG4



Foto aus dem Kalender 2021 von Uli Auffermann, Blatt: Januar



Leben ...

... in den eigenen vier Wänden – bis ins hohe Alter!

P *Pflegedienst Dahlhaus*
Die kompetente Hilfe!

Wir ▶ **Verlässliche Einsatzzeiten stehen**
 ▶ **Ausgebildete Mitarbeiter für:** ▶ **Ausführliche Beratung**

Über
25
Jahre
 Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!

Liebe Leser,
wir hoffen, Sie sind alle gut in das neue Jahr gestartet – bestimmt mit guten Vorsätzen? Wer noch Inspiration braucht: Etwas Neues zu lernen ist immer eine schöne Herausforderung und hält den Kopf und je nach dem auch den Körper fit – denn: Man ist nie zu alt etwas Neues dazulernen.
Sollte die jüngere Generation aber doch einmal Probleme haben etwas zu verstehen, ist die richtige Herangehensweise wichtig. Einen passenden Bericht zum Thema lesen Sie auf Seite 13.
Und sind wir gerade beim Thema Lernen: Die Politik kann sich den oben genannten guten Vorsatz natürlich auch gut und gerne zu Herzen nehmen. Zum Beispiel was die Traglufthalle betrifft. Was eigentlich mit der passiert ist, lesen Sie im Bericht auf Seite 29 – ein prima Beispiel zum Dazulernen.
Stetiger Fortschritt ist immer wichtig. Doch der Busbahnhof zumindest bleibt, wo er ist. Viele Diskussionen rankten sich um das Thema und einige haben bestimmt auch ihre eigenen Schlüsse daraus gezogen und – natürlich auch hier etwas dazugelernt. Den Bericht zum Busbahnhof finden Sie auf Seite 10.
Bei vielen hat das neue Jahr mit Husten und Schnupfen begonnen. Nein, kein Corona – sondern die ganz „normalen“ Erkältungen schlagen im Moment umso heftiger zu. Aber auch hier hilft etwas eigentlich Selbstverständliches, das Händewaschen. Wer sich jedoch fragt, ob er seine Hände besser mit Seife oder Desinfektionsmittel säubert und worauf beim Händewaschen außerdem zu achten ist, der erfährt auf Seite 18 allerlei zum Thema Handhygiene. Viel Gesundheit im neuen Jahr wünscht: **Ihre Image-Redaktion**

Pflege mit Gesicht:
• freundlich
• zuverlässig
• gut beraten

Simone Boecker
Pflege & Hilfe zu Hause

Bredenscheider Str. 139 • 45527 Hattingen

Ihr persönlicher Pflegedienst für Hattingen und Sprockhövel

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

Ihr Beratungstelefon: 023 24/9023523 (24 Std. erreichbar)

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 2.3.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 15.2.2023

Parkplatzeröffnung an der L70n

Das Teilstück der L70n bis zum Parkplatz Börgersbruch kann befahren werden. Hintergrund ist, dass durch den Bau der L70n das Wohngebiet Börgersbruch von dem An- und Ablieferverkehr zum Schulzentrum entlastet wird. Hierzu wurde ein entsprechender Parkplatz direkt an die L70n angebunden, der nun mit rund 70 Parkplätzen nutzbar wird. Alle Absprachen zur Erreichbarkeit des Parkplatzes, über den Teilabschnitt der L70n, ist mit dem Landesbetrieb Straßen.NRW im Vorfeld abgestimmt worden. Verschönerungsmaßnahmen schließen sich bei der entsprechenden Witterungslage an.

Feiertage außerhalb von NRW

Leider können die Menschen in NRW nicht von Mariä Himmelfahrt am 15. August (Feiertag in Bayern und dem Saarland), dem Weltkindertag am 20. September (Thüringen), dem Reformationstag am 31. Oktober div. Bundesländer) und dem Buß- und Betttag (Feiertag in Sachsen) profitieren.



Neue „Sprockhöveler Skyline“

Die Wirtschaftsförderung der Stadtverwaltung Sprockhövel hat eine neue Sprockhöveler Skyline entwickeln lassen. „Unser Bestreben dabei war es, eine einheitliche Skyline, die alle Sprockhöveler Ortsteile abbildet, zu entwerfen“, berichtet Christiane Beumer von der Wirtschaftsförderung. „Dies ist der externen Firma auch bestens gelungen“, so Beumer weiter. Die Skyline ist in zwei verschiedenen Versionen vorhanden: Auf beiden sind die Zwiebelturmkirche in Niedersprockhövel, der Kirchturm in Haßlinghausen mit dem Wetterschwan, das Rathaus der Stadt sowie ein Bauernkotten, um die ländliche Region und die übrigen Ortsteile im Hügelland darzustellen, abgebildet. Die Skyline soll sich künftig auf Merchandise Artikeln wie Autoaufklebern, Tassen, Brettchen, Schirmen und vielem anderen wiederfinden. Auch auf der Website soll sie zukünftig eingebaut werden. Die Rechte der Skyline liegen bei der Stadtverwaltung. Beide Versionen werden bei Bedarf zur Nutzung zur Verfügung gestellt, jedoch erst nach Rücksprache mit der Wirtschaftsförderung der Stadtverwaltung sowie Freigabe des Produktes, auf dem die Skyline verwendet werden soll.



Feiertage arbeitnehmerfreundlich

Der Blick auf die Feiertage 2023 bietet doppelt Grund zur Freude: zum einen fallen nur wenige Feiertage auf ein Wochenende, zum anderen eröffnet sich oft die Gelegenheit für Arbeitnehmer mit regelmäßigen Arbeitszeiten, unter Einsatz von Brückentagen direkt lange Wochenenden oder sogar eine ganze Woche frei zu machen.

In NRW beginnt der Reigen erst im April, da der Internationale Frauentag am Mittwoch, 7. März, nur den Berlinern zugute kommt. Ostern am Sonntag und Montag, dem 9. und 10. April, kann unter Einbindung von Karfreitag, dem 7. April und vier Urlaubstagen vom 3. bis 6. April und/oder 11. bis 14. April zehn oder sogar 16 Tage Freizeit beschieren. Der 1. Mai verlängert das Wochenende vom 29. auf den 30. April um den folgenden Montag. Die nächste Gelegenheit für eine mehrtägige Freizeit bietet sich 39 Tage nach Ostern: am Donnerstag, 18. Mai, wird Christi Himmelfahrt gefeiert. Nehmen Sie den folgenden Freitag frei, ergibt sich ein viertägiges Wochenende – eine gute Chance für alle Väter, die am Vatertag doch zu tief ins Glas geschaut haben sollten. Setzen Sie gar vier Urlaubstage für den 15. bis 17. und 19. Mai ein, können Sie sich sogar über neun freie Tage freuen.

Auch die Pfingsttage am 28. und 29. Mai lassen sich mit vier Urlaubstagen zu einem neuntägigen Urlaub ausbauen. Damit nicht genug: schon am Donnerstag, 9. Juni, folgt Fronleichnam. Kombiniert mit den freien Tagen um Pfingsten können sich acht Urlaubstage zu 16 freien Tagen ausweiten. Am Dienstag, 3. Oktober, dem Tag der Deutschen Einheit, sind Sie wieder mit vier Tagen am Stück dabei, wenn Sie einen Brückentag für Montag, 2. Oktober, als Urlaub anmelden. Allerheiligen fällt auf den arbeitnehmerfreundlichen Mittwoch – zwei Urlaubstage vorher oder nachher ergeben die Chance auf fünf freie Tage. Das Jahr endet mit arbeitnehmerfreundlichen Feiertagen: Weihnachten fällt auf Montag und Dienstag. Mit drei Urlaubstagen vom 27. bis zum 29. Dezember ergeben sich zehn freie Tage – Neujahr 2024 fällt nämlich auf einen Montag. dx

14. Februar: Der Tag der Verliebten



Der Tag, an dem sich weltweit liebende Menschen ihre Zuneigung mit kleinen Aufmerksamkeiten zeigen, fällt in diesem Jahr auf einen Dienstag.

Zurückzuführen ist dieser Brauch auf das Fest des heiligen Valentin und auf Papst Gelasius, der den 14. Februar des Jahres 469 als ersten Gedenktag für diesen Heiligen für die ganze Kirche einführte.

Der heilige Valentin von Rom musste ein Martyrium erleiden, weil er während der Christenverfolgung Gottesdienste im Römischen Reich feierte und Soldaten traute, obwohl ihnen eine Heirat verboten war. Er erlitt 269 den Märtyrertod und wurde auf der Via Flaminia begraben. Möglicherweise wurden aber die Lebensläufe von verschiedenen Heiligen gleichen Namens zusammengefasst.

Liebende bringen kleine Schlösser an



„Liebesschloss“ in Rom

Über die Jahrhunderte wurde das Fest des hl. Valentin in unterschiedlicher Ausprägung begangen. William Shakespeare lässt Ophelia in seinem Hamlet (1600 – 1601) singen: „Tomorrow is Saint Valentine’s day“. Ein britischer Verleger brachte im Jahre 1797 das Werk „The Young Man’s Valentine Writer“ heraus. Es enthielt viele Verse für junge Liebhaber, die nicht mit dem Talent des Dichtens gesegnet waren. Im England des 18. Jahrhunderts schenkten sich an diesem Festtag die Liebende Blumen, Süßigkeiten und „Valentinsschlüssel“, um die Herzen der Beschenkten aufzuschließen. In der heutigen Zeit haben herzförmige Gegenstände, aber auch Bilder und Figuren von Tauben und des geflügelten Liebesboten „Cupido“ die Schlüssel abgelöst.

Rosen werden tonnenweise eingeflogen

Ein Schlüssel spielt dann wieder eine große Rolle bei den „Liebeschlössern“, die – ausgehend von Italien – weltweit Liebespaare (nicht nur) am Valentinstag an Brückengeländern anbringen. Die Partner werfen den Schlüssel anschließend ins Wasser und wünschen sich dabei etwas – vermutlich, dass sie die ewige Liebe gefunden haben.

In Westdeutschland machten stationierte US-Soldaten den Valentinstag bekannt. Vor allem die Floristik- und Süßwarenindustrie stieg begeistert ein, die Aussicht auf große Umsätze war verlockend. Per Luftfracht werden zum 14. Februar mehrere hundert Tonnen Rosen nach Deutschland gebracht. dx

BRUNE
Trauringwochen
+10%
11.2. - 4.3.23
Eine besonders große Auswahl an außergewöhnlichen Trauringen wartet auf Euch.

Obermarkt 5 · 45525 Hattingen · Tel. 0 23 24 / 68 68 391
www.brune-schmuckmanufaktur.de

STEAKHOUSE
Rose

Am Valentinstag speisen Sie bei uns a la carte oder Sie genießen unser spezielles Valentinstagsmenü!

Reservierungen sind möglich von 17 bis 19 Uhr oder von 19.30 bis 22 Uhr

Hauptstraße 79 · 45549 Sprockhövel · Telefon: (023 24) 97 16 13
Öffnungszeiten: Dienstag – Samstag 11.30 – 14.30 Uhr u. 17.30 – 23.00 Uhr
Sonntag 11.30 – 21.30 Uhr, Montag Ruhetag

D | K
Zum Dorfkerug
RESTAURANT

Wir begrüßen Sie in unserem traditionsreichen Haus!

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

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



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

BESTE KÖNIGSWÄRTTER 2022
BESTE AUTOMÄDLER 2022

Neubürger haben ihre individuelle Geschichte

Kommunales Integrationsmanagement für Neuzugewanderte (KIM): Es fehlt Fachpersonal



Angelica Urrutia ist jetzt im Ruhestand. Die gebürtige Chileerin arbeitete bei der Stadt Sprockhövel im Kommunalen Integrationsmanagement. Ihre Stelle gibt es aber nicht mehr. Foto: Pielorz

Kommunales Integrationsmanagement (KIM) für Neuzugewanderte - was soll das denn sein? Der sehr sperrige Begriff wurde eingeführt vom Land NRW, soll die Kommunen stärken und die intra- und interkommunale Zusammenarbeit fördern. Neuzugewanderte sollen schneller integriert werden, gerade in den Phasen des Rechtskreiswechsels ist ein lückenloser Übergang wichtig. Das Kommunale Integrationszentrum (KI) für den Ennepe-Ruhr-Kreis wurde 2012 als eines der ersten in Nordrhein-Westfalen auf Basis eines Beschlusses vom Kreistag eingerichtet und wird durch das Minis-

terium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration (MKFFI) sowie das Ministerium für Schule und Bildung (MSB) gefördert. Allgemeine Rechtsgrundlage für die Arbeit des KI ist das Gesetz zur „Förderung der gesellschaftlichen Teilhabe und Integration in Nordrhein-Westfalen“. Gemeinsam mit den Akteuren in den Stadtverwaltungen, bei den freien Trägern, in Unternehmen und Bildungseinrichtungen, Vereinen und Verbänden sollen vorhandene Integrationsangebote gestärkt werden.

Der Stadtrat hat im September 2020 beschlossen, eine bis zum 31. Dezember 2022 befristete Teilzeitstelle zu schaffen, die über den Ennepe-Ruhr-Kreis aus dem Programm für „Kommunales Integrationsmanagement (KIM)“ aus Landesmitteln gefördert wird. 24 Stunden pro Woche standen zur Verfügung. Zielgruppe der neuen Stelle sind Neuzugewanderte mit EU-Status und Menschen mit gesichertem Aufenthaltstitel, unabhängig von ihrem Alter und ihrer Herkunft. Die Sozialpädagogin Angelica Urrutia, die eine langjährige Erfahrung im Thema Flüchtlingsarbeit mitbringt, besetzte die Stelle.

Diese erste Anlaufstelle für neu zugewanderte Menschen in Sprockhövel sollte eine individuelle und ganzheitliche fachliche Beratung, Integrationsbegleitung und Hilfeplanung für die erste Phase der Integration bieten. Sie begleitete

Menschen je nach Bedarfslage in allen Bereichen der Integration: Arbeit, Familie, Sprache, Anerkennung der verschiedenen Zeugnisse, Fragen zum Aufenthalt, Finanzen, Gesundheit, Schule/Kita, Wohnen und vieles mehr. Sie unterstützte bei Fragen zu Ämtern, Behörden und anderen Beratungsstellen. Das Angebot der KIM-Stelle lief zum 31. Dezember 2022 aus. Die Stelleninhaberin Angelica Urrutia verabschiedete sich in den Ruhestand. Und jetzt?

Angelica Urrutia erzählt: „Die Stadt Sprockhövel hat Hinweise vom Land NRW erhalten, dass das KIM-Projekt für weitere Jahre gesichert ist. Trotzdem hat die Stadt die Zusammenarbeit nicht weitergeführt und meine befristete Stelle nicht entfristet. Die Stadt Witten beispielsweise hat anders entschieden und die Stelle rechtzeitig entfristet.“

Auf der Homepage der Stadt Sprockhövel wurden vor kurzem für das Thema Integration noch drei Ansprechpartnerinnen angegeben: Frau Ayu-Ehlert, Frau Biet Sayah und Frau Urrutia Garrido, die als sogenannte Case Managerin (Fallberaterin) die Stelle aus der KIM-Förderung bezogen hatte. Jetzt, wo Angelica Urrutia im Ruhestand und ihre Stelle weggefallen ist, bleiben nur noch zwei Namen übrig. Eine von ihnen tritt allerdings eine unbefristete Stelle in einer Nachbarstadt an und die andere laboriert schon seit längerer Zeit an einer Krankheit he-

rum. Auf Nachfrage erklärt die Pressestelle der Stadt Sprockhövel die Informationen für zutreffend. Man sei bemüht, personelle Verstärkung im Bereich der Integration anzuwerben. Der Fachbereichsleiter Michael Bergediek ist derzeit auf der Homepage der einzige Ansprechpartner. „Die Menschen, die nicht in Sammelunterkünften leben, haben einfach keinen richtigen Ansprechpartner“, findet Angelica Urrutia. Dabei sei gerade die individuelle Integration so wichtig. „Das ist wie in der Pflege. Jeder Fall ist anders. Die Menschen kommen hierher und wissen nicht, wie die Bürokratie funktioniert. Wie geht das mit den Anträgen für das Job-Center, die Krankenkasse, die Schwerbehinderung? Wie beantrage ich einen Platz für einen Kindergarten? Viele verstehen schon die Alltagssprache nicht - die Behördensprache mit den zahlreichen Formularen noch viel weniger.“

Die Herausforderungen tauchten einfach im Alltag auf. „Wenn eine Familie mit Kindern Leistungen aus verschiedenen Ämtern bezieht - beispielsweise sind sie europäische Arbeitnehmer und haben ein schwerbehindertes Kind - dann kommen diese Menschen mit ihren Formularen immer wieder zu ihren Ansprechpartnern.“ Wenn welche da sind. „Lebensmittelgutscheine gibt es vom Jobcenter, nicht vom Sozialamt. Aber das Jobcenter für Sprockhövel sitzt in Schwelm. Wie sollen die Menschen dahin kommen? Die großen Städte sind mit ihren Aufnahmen von Zugewanderten am Limit. Daher werden diese Menschen zunehmend dem ländlichen Raum zugewiesen. Doch hier fehlt die Infrastruktur und nicht selten das Fachpersonal. Und weil wir diese Menschen nicht adäquat betreuen können, schaffen sie sich mittelfristig eine eigene Struktur. So entstehen Parallelwelten und genau das wollen wir eigentlich verhindern“, erklärt Urrutia. *anja*

42 Nationalitäten empfangen im EN-Kreis deutschen Pass

519 Menschen erhielten Einbürgerungsurkunden, davon 12 in Sprockhövel und 59 in Hattingen

(pen). Die Ausländerämter der Kreisverwaltung und der Stadt Witten haben im letzten Jahr 150 Menschen mehr als noch 2021 einen deutschen Pass übergeben, 49 Menschen wechselten in diesen Städten von der syrischen in die deutsche Staatsbürgerschaft. Ebenfalls stärker vertreten waren Personen aus der Türkei (40), Polen (25), Italien (22), Ägypten (13), Rumänien (10), Irak (7), Griechenland (7) und Spanien (7). Weitere Antragsteller kamen aus Vietnam und den Philippinen, Nigeria, Ukraine, Belgien und Frankreich. Grundlage für eine Einbürgerung sind eine Vielzahl von Unterlagen. Dazu zählen Pass, Geburts- und Heiratsurkunden, Nachweise über Schul- und Berufsausbildung, Verdienst und Alterssicherung sowie Arbeits- und Mietverträge. Ein Teil der Dokumente muss dabei aus dem Heimatland beschafft

und übersetzt werden. Zudem werden über alle Antragstellerinnen und Antragssteller Auskünfte bei Verfassungsschutz und Polizei sowie aus dem Bundeszentralregister eingeholt. Ausreichende Kenntnisse der deutschen Sprache sowie über die staatliche Ordnung der Bundesrepublik Deutschland sind nachzuweisen.

Ihr Bekenntnis zur deutschen Verfassung und den darin verankerten Menschenrechten, der Volkssouveränität, der Trennung der Staatsgewalten sowie dem Recht auf eine parlamentarische Opposition dokumentieren alle Beteiligten mit dem Satz: „Ich erkläre feierlich, dass ich das Grundgesetz und die Gesetze der Bundesrepublik Deutschland achten und alles unterlassen werde, was ihr schaden könnte.“



Jetzt Termin vereinbaren



HATTINGEN | SPROCKHÖVEL | GEVELSBERG | ENNEPETAL | SCHWELM

Wir sorgen dafür, dass Ihre Immobilienvermarktung keine wackelige Angelegenheit wird.

Engel & Völkers - Ihre Immobilienexperten für den Ennepe-Ruhr-Kreis

Geschäftsführung: Dr. Christian Kretzmann, LL.M., Clara Kretzmann
 hattingen@engelvoelkers.com | Tel: +49 2324 90 49 50 | www.engelvoelkers.com/hattingen



Immobilienmarkt nimmt frühzeitig Fahrt auf

Immobilien im Ennepe-Ruhr-Kreis richtig veräußern oder erwerben in 2023

Dr. Christian Kretzmann, Geschäftsführer Engel & Völkers Ennepe-Ruhr-Kreis: „Das vergangene Jahr war nicht nur in politischer und gesellschaftlicher Hinsicht turbulent. Der Ukraine-Krieg und die Spannungen auf dem Energiemarkt sind nicht spurlos an der Immobilienwirtschaft vorbeigezogen. Doch allmählich zeichnet sich eine Entspannung ab. Die Vorzeichen sind auf grün.“

Während die erste Hälfte des Jahres 2022 noch von günstigen Immobilienfinanzierungen geprägt war, stiegen in der zweiten Jahreshälfte die Zinsen für Baukredite infolge der wachsenden Inflation und daraus resultierenden EZB-Leitzinserhöhungen. Die Folge: Weniger Haushalte konnten sich den Traum von den eigenen vier Wänden leisten. Budgetobergrenzen wurden gesenkt und Kaufentscheidungen wurden mitunter zunächst auf spätere Zeiten verschoben. Der Immobilienmarkt verlor in der zweiten Jahreshälfte an Dynamik, weniger Immobilien wechselten den Eigentümer. Doch was bedeutet das für 2023?

Trendwende am Immobilienmarkt eingeläutet

„Wir haben in den ersten Jahreswochen den Eindruck gewonnen, dass sich Käufer und Verkäufer über die Feiertage intensiv mit ihrem persönlichen Immobilienthema auseinandergesetzt haben - in gewisser Hinsicht ihre Hausaufgaben gemacht haben. So erklärt sich der rasche Anstieg von Kundenanfragen im Januar.“ führt der in Hattingen niedergelassene und für Engel & Völkers tätige Architekt, Dipl.-Ing. Claus Grünert, aus. Sowohl die Nachfrage nach Eigentumswohnungen als auch nach Häusern und Grundstücken ist zu Jahresbeginn überproportional angestiegen. Dies betrifft insbesondere Objekte mit geringem Renovierungsbedarf - doch auch ältere Baujahre sind gefragt, wenn der Preis stimmt.

Was ist bei der Immobilienvermarktung in 2023 zu beachten?

Auch wenn die Preise für Gas und Öl sich aktuell wieder entspannt haben, bleibt neben der Lage und dem Zustand einer Immobilie das Thema Energieeffizienz auch im Jahr 2023 im Mittelpunkt der Betrachtung. Den

Ausgangspunkt hierzu stellt der Energieausweis des Gebäudes dar. Neben einer Einordnung des Ist-Zustands enthält dieser auch Hinweise zu möglichen energetischen Sanierungsmaßnahmen. Doch Vorsicht! Nicht alle Maßnahmen sind gleichermaßen wirtschaftlich sinnvoll und nicht alle dazu nötigen Materialien sind immer verfügbar. Bevor Hauseigentümer bereits auf eigene Faust beauftragen, das Dach zu dämmen, die Fenster zu tauschen oder eine neue Heizung einzubauen, sollte ein Experte herangezogen werden. Aus diesem Grund hat Engel & Völkers Ennepe-Ruhr-Kreis nicht nur einen Architekten im Team, sondern auch einen Energieberater. Eine genaue Analyse jeder vermarkteten Immobilie gehört dort zum Standard.

„Die Erkenntnisse aus einer energetischen Gebäudeanalyse schonen nicht nur den Geldbeutel, sondern geben auch Sicherheit. Energetisch optimierte und kontinuierlich gepflegte Gebäude sind deutlich marktgängiger. Diese können in kürzerer Zeit zu besseren Preisen veräußert werden. Das beruhigt nicht nur die Eigentümer:innen, die finanzierenden Banken.“ Dr. Christian Kretzmann, Geschäftsführer Engel & Völkers Ennepe-Ruhr-Kreis.



Dr. Christian Kretzmann, LL.M und Clara Kretzmann, Geschäftsführung Engel & Völkers Ennepe-Ruhr-Kreis

Sportabzeichenverleihung



(von links nach rechts): Harald Rohleder, Tessa Kaminski, Christian Bahr (hinten), Ralf Hanzlik, Stephanie Keidel, Sascha Kolanos, Thomas Hanzlik, Andreas Hübner.

Gleich 39-mal wurde beim Turnverein Haßlinghausen im letzten Jahr das Deutsche Sportabzeichen abgenommen, jetzt fand im Jugendheim, der Geschäftsstelle des TVH 1862 die Verleihung statt. Sieben Sportlerinnen und Sportler waren gekommen, um ihre Sportabzeichen entgegenzunehmen, darunter Thomas Hanzlik, der selbst zum Inventar des TVH gehört und als Übungsleiter fungiert. Zu den glücklichen Teilnehmerinnen gehören Tessa Kaminski, die bereits zum zwölften Mal das goldene Sportabzeichen gewann, sowie Stephanie Keidel, die ebenfalls mit ihrem zehnten „Goldgewinn“ ihre rege Sportabzeichenteilnahme beweist. Mit Christian Bahr, Ralf Hanzlik, Andreas Hübner und Sascha Kolanos war die gemütliche Runde der Selbstabholer bereits komplett. Sie nahmen zusammen dreimal Gold und einmal Silber mit nach Hause.

Das Deutsche Sportabzeichen 2022 geht insgesamt 17-mal an Kinder und Jugendliche (bis 17 Jahre), 20-mal an Erwachsene (ab 18 Jahre) und zweimal an Menschen mit Behinderung. Zum Ende der knapp 45-minütigen Veranstaltung dankte der strahlende Christian Bahr dem anwesenden TVH-Duo Harald Rohleder und Thomas Hanzlik, die die Sportabzeichenumsetzung mit ermöglichten: „Vielen Dank für eure ehrenamtliche Arbeit!“ Denn dahinter steckt viel Zeit und Planung, die hinter den Kulissen nicht zu sehen ist.

Aber was ist das Deutsche Sportabzeichen?

Das Deutsche Sportabzeichen ist die wesentlichste Auszeichnung jenseits des Wettkampfsports, bei dem Interessierte einmal jährlich den persönlichen Fitnesslevel erproben können. Es wird vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) bundeseinheitlich ausgerichtet und von vielen Vereinen in deren Sportabzeichen-Teams angeboten. Im Zeitraum vom 17. April bis 25. September 2023 können Sportlerinnen und Sportler, jeweils montags von 17.30 bis 19.00 Uhr am Sportplatz Hasslinghausen, Landringhauser Weg, kostenlos trainieren und sich ihr Sportabzeichen abnehmen lassen. *Angela Hackert*



Adventsspaziergang

Die Terminwahl für diesen schönen Spaziergang ist auf genau den richtigen Tag gefallen: sonniges, aber frostiges Wetter, wie man es im Dezember gerne hat. Frau Tomczak hatte im Auftrag der Einrichtungsleitung zum 15. Dezember 2022 Kinder des St. Josef Kindergartens und deren Eltern zum Ausgangspunkt der Wanderung eingeladen, und zwar zum am Fuß- und Radweg der Glückauf-Trasse liegenden Blumengeschäft vor dem ev. Friedhof. Pünktlich um 15.30 Uhr trafen sich dort rund 25 Kindergartenkinder zusammen mit ihren Eltern. Und nach einem von allen Anwesenden mitgesungenen Begrüßungslied führte die erste Etappe des Weges auf eine Wiese, auf der die Erzieherinnen viele Halbmeter lange Stöcke und ein Windlicht platziert hatten. Hier bekamen die Kinder den Auftrag, in gemeinsamer Arbeit mit Hilfe der Stöcke einen Stern zu legen, in dessen Mittelpunkt das kleine Windlicht leuchtete. Gottlob hatte heute feiner Raureif die Wiese bedeckt, sodass helfende Erwachsene mit flinken Füßen auf dem Boden eine Skizze erstellen konnten, die den Kindern zur Bildung des Sterns eine große Hilfe darstellte. Nach gelungener Auftrags erledigung sangen alle Beteiligten das Lied „Stern über Bethlehem“, um zur nächsten Station, dem Reiterhof, zu wandern. Dort wartete bereits eine gern angenommene Erfrischung auf die Wandergruppe.



Kinder und ihre Eltern hinter dem ev. Friedhof.

Text und Foto: M. Berretz

Neue Regenwasser-Anlagen Gebaut wird im Gewerbegebiet Lagerstraße

Der Neubau einer Niederschlagswasserbehandlungsanlage und eines Regenrückhaltebeckens entlang der Glückauf-Trasse in Höhe des Gewerbegebiets Lagerstraße hat begonnen. Der Neubau dieser Anlagen beruht auf wasserrechtlichen Vorlagen und gesetzlichen Bestimmungen, um das anfallende Niederschlagswasser der Verkehrsflächen Gewerbegebiet Lagerstraße zu behandeln und gereinigt in den Erlentbach einzuleiten. Diese Bauwerke dienen zur verbesserten Wasserqualität, zum Schutz der einzelnen Bachläufe und somit auch zum allgemeinen Hochwasserschutz der nachfolgenden Gewässer. Für das Projekt wird eine Zufahrt zur Baustelle benötigt. Diese befindet sich auf einem ca. 330 m langen Abschnitt der Glückauf-Trasse und wird über die Lagerstraße erfolgen. Eine Sperrung der Glückauf-Trasse ist für die Baumaßnahme nicht notwendig. Die Stadtverwaltung bittet, in diesem Teilabschnitt besonders achtsam zu sein sowie auf die örtliche Baustellenbeschilderung zu achten. Die Baumaßnahme wird, geeignete Witterungsverhältnisse vorausgesetzt, im Herbst 2023 fertiggestellt. Das ganze kann zu Behinderungen führen. Für diese eventuellen Unannehmlichkeiten bittet die Stadtverwaltung um Verständnis.

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 2.3.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 15.2.2023

Öffnungszeiten Wohngeldstelle

Digitale Antragstellung empfohlen

Aufgrund des erhöhten Arbeitsaufkommens in der Wohngeldstelle schränken sich die Öffnungszeiten bis auf Weiteres ein, um die Vielzahl der Anträge abarbeiten zu können.

Folgende neue Öffnungszeiten gelten ab sofort:

Montag: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr sowie 14.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Dienstag: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Donnerstag: 8.00 Uhr bis 12.00 Uhr

In diesem Zusammenhang weist die Stadtverwaltung auf die Möglichkeit der digitalen Antragstellung hin (zu finden auf der städtischen Internetseite unter Aufgaben A-Z „Wohngeld“) und empfiehlt diese. Weiterhin können in Ausnahmefällen auch Termine außerhalb der Öffnungszeiten mit den Mitarbeiterinnen der Wohngeldstelle vereinbart werden.

193 Kinderwünsche vermittelt

In den vergangenen Wochen haben viele Bürger Wunschzettel vom Wunschbaum der Freiwilligenbörse oder von der städtischen Webseite „gepfückt“. Während es im ersten Jahr „nur“ 33 Geschenke waren, konnten in diesem Jahr ganze 193 Wünsche erfüllt werden. Die liebevoll verpackten Geschenke erreichten kurz vor Weihnachten die glücklichen Familien: Puppen, Spielzeugautos, Lern-Laptops, Teddybären, Bücher, Spiele und vieles mehr ließen Kinderaugen strahlen. Gutscheine gab es für kleine Kinder unter anderem vom ortsansässigen Geschäft „Zwergenhäuschen“. Größere Kinder konnten sich über Gutscheine vom lokalen Sportgeschäft Meister oder von Kosmetik- oder Mediengeschäften freuen. Die Wunschbaum-Aktion wird von den Firmen Fröhlich & Dörken GmbH, Maveg und Well-Tape unterstützt.

Ronald Mayer neuer Präsident des Landesschiedsgerichts

2023 hat eine neue 4-jährige Amtszeit im Landesschiedsgericht der FDP in Nordrhein-Westfalen begonnen. Geführt wird dieses nunmehr von Sprockhöveler Rechtsanwalt und Notar Ronald Mayer. Bereits im letzten Jahr ist Mayer mit 97,85% gewählt worden, das Beste Wahlergebnis auf dem FDP Landesparteitag.



„Wir freuen uns, dass die Liberalen aus Sprockhövel erneut eine Persönlichkeit mit überregionaler Bedeutung vorweisen können“, so Nico Droste, Vorsitzender der Sprockhöveler FDP mit der ersten Doppelspitze in NRW. Astrid Timmermann, ebenfalls Vorsitzende der FDP Sprockhövel, ergänzt: „Ronald Mayer war bereits vielfach in der FDP und bei den Jungen Liberalen auf fast allen Ebenen aktiv. Zuletzt hat er acht Jahre bis zu seinem altersbedingten Ausscheiden das Schiedsgericht der Jungen Liberalen in NRW geleitet.“

Sei maximum Du

Pure Encapsulations Vitamine & Nahrungsergänzungsmittel

Mikronährstoffe in reinsten Form – frei von unnötigen Zusatzstoffen. Durch ihre hypoallergene Herstellung sind alle Produkte auch für Allergiker und Menschen mit Nahrungsmittelunverträglichkeiten sehr gut geeignet. Die Produkte sind:

- laktose- und glutenfrei
- keine unnötigen Zusatzstoffe
- keine künstlichen Farbstoffe
- frei von den EU-Hauptallergenen
- keine Trennmittel und Filmüberzüge

Wenn Ihr Interesse geweckt wurde, dann besuchen Sie uns! Wir beraten Sie gerne!

Ihr Team der Glückauf Apotheke

Ausbildung bei Rewe Lenk

Hi, wir suchen dich!

Wir freuen uns, wenn du unser Team verstärken möchtest. Wir bilden in unseren Märkten in Bochum, Hattingen, Witten und Sprockhövel in folgenden Berufen aus:

- ✓ KAUFLEUTE IM EINZELHANDEL
- ✓ FLEISCHER/-IN VERKAUFSBETONT
- ✓ VERKÄUFER/-IN



REWE
Lenk
Besser einkaufen. Seit 1963.

Schicke deine Bewerbung einfach an:

REWE LENK OHG
Am Thie 9 | 44869 Bochum
oder per Mail an: lindy-ann.lorenscheit@rewe-lenk.de

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel

Nunmehr leitet er als Hauptverantwortlicher das siebenköpfige Gremium, welches aus erfahrenen und altgedienten Parteimitgliedern und auch aus ehemaligen Abgeordneten besteht.

„Ich bin stolz über diese neue ehrenamtliche Verantwortung, auch weil es einen besonderen sensiblen Bereich betrifft“, erläutert Ronald Mayer seine neue Funktion. „Dieses Vertrauen zeigt die Anerkennung meiner bisherigen Arbeit und die Zuversicht, dass ich auch künftig mit viel Fingerspitzengefühl die Geschicke der FDP NRW mitgestalten kann.“ Einziger Wermutstropfen für Mayer ist, dass er keine politischen Ämter während seiner Amtszeit ausüben darf, um seine Neutralität zu wahren. Die Neutralitätspflicht ist ihm aber als Notar vertraut. Der 42-jährige Fachanwalt für Handels- und Gesellschaftsrecht bringt neben seiner parteiinternen Erfahrung also auch eine umfassende fachliche Expertise mit. Zu den Aufgaben eines parteiinternen Schiedsgerichts gehören die Prüfung der Rechtmäßigkeit von Parteitag, das Beschließen von Parteiausschlüssen sowie das Verordnen von Ordnungsmaßnahmen aufgrund von Verfehlungen von Parteimitgliedern. Es handelt sich dabei um eines der wichtigsten Gremien einer jeden Partei.

 **GLÜCKAUF APOTHEKE**

Malte Kehrman

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

Neu im Sortiment:
Pure Encapsulations – Vitamine & Nahrungsergänzungsmittel

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich bei uns beraten!



Neue Wanderführer

Fünf Routen durch die Geschichte des Bergbaus



(v.l.): Das Projektteam um die neuen Wanderführer: Gerd Staubach (Förderverein Bergbauhistorischer Stätten Ruhrrevier e.V.), Oliver Tollnick (Stadtverwaltung Sprockhövel), Bärbel Stahlhut (Stadtmarketing- und Verkehrsverein für Sprockhövel e.V.), Achim Flottmann (Heimat- und Geschichtsverein), Christiane Beumer (Stadtverwaltung Sprockhövel), Christina Hermann (Heimat- und Geschichtsverein), Hartmut Kroll (Heimat- und Geschichtsverein), Michael Ebel (Heimat- und Geschichtsverein).

Aus alt mach neu: Im gesamten Stadtgebiet Sprockhövel gibt es viele Wanderwege durch die Geschichte des frühen Bergbaus. Doch bisher fehlten häufig Wanderwegemarkierung und auch die Wanderkarten zu den Wegen waren veraltet und nicht digital einzusehen. Deshalb

hat sich die Wirtschaftsförderung der Stadt Sprockhövel gemeinsam mit dem Heimat- und Geschichtsverein Sprockhövel e.V. im vergangenen Jahr dem Thema „Bergbau-Wanderwege“ gewidmet, um die Wege aufzuwerten, zu markieren und die Karten zu aktualisieren und digitalisieren.

Insgesamt sind dabei fünf Routen durch die Geschichte des frühen Bergbaus vom Heimat- und Geschichtsverein abgelaufen, freigeschnitten und neu gekennzeichnet worden. Für den „Deutschlandweg“, den „Alte-Haase-Weg Nord“, den „Alte-Haase-Weg Süd“, den „Herzkämper-Mulde-Weg“ und den „Pleißbachweg“ gibt es nun neu aufgelegte Flyer mit Wegbeschreibungen und Wanderkarte. Auch ein Stadtplan, in dem alle fünf Wanderwege eingezeichnet sind, wurde neu gestaltet. Hinweisschilder und Infotafeln werden noch an den Knotenpunkten der Wege aufgestellt.

„Die Aufwertung Sprockhövels Wanderwege und die neu gestalteten Wanderführer sind sowohl für Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger interessant, um die eigene Stadt neu zu entdecken. Aber auch Touristinnen und Touristen, können mit dem kostenlos erhältlichen Kartenmaterial historische Wanderwege ablaufen und sich auf die Spuren der Geschichte des frühen Bergbaus begeben“, so Christiane Beumer von der Wirtschaftsförderung der Stadtverwaltung Sprockhövel.

Unterstützt wurde das Projekt auch durch den Förderverein Bergbauhistorischer Stätten Ruhrrevier e.V. sowie den Stadtmarketing- und Verkehrsverein für Sprockhövel e.V. Die Wanderführer sowie der Stadtplan sind bei allen Projektbeteiligten kostenlos erhältlich. Zudem kann man sie sich von der Website des Heimat- und Geschichtsverein sowie der Stadt Sprockhövel digital herunterladen. In regelmäßigen Abständen bietet der Verein auch kostenlos geführte Wanderungen an – die Termine werden ebenfalls auf der Website veröffentlicht. Finanziert wurde das Projekt durch alle beteiligten Vereine, die Stadt Sprockhövel sowie VITAL.NRW.

Sternsinger haben gesammelt

Mehr als 39.581 Euro für Kinder in aller Welt

Beim Dreikönigssingen haben Kinder und Jugendliche in den Gemeinden der katholischen Pfarrei St. Peter und Paul Witten, Sprockhövel, Wetter für das Kindermissionswerks Die Sternsinger gesammelt. In diesem Jahr konnten die Königinnen und Könige wieder von Haus zu Haus ziehen, ihren Segen zu den Menschen bringen und für Kinder in aller Welt Spenden sammeln. In St. Josef Sprockhövel-Haßlinghausen besuchten rund 40 Sternsinger und Sternsingerinnen plus Begleiter mehr als 700 Haushalte. In ihren Spendendosen sammelten sich dabei 11.377,27 Euro.



Einzelchicksale im Blick

Ein stadtgeschichtlich interessantes Buch

„Sprockhövel und die Kriege des 19. Jahrhunderts“. So heißt das neue Buch des Heimat- und Geschichtsvereins. Dass auch Soldaten aus Sprockhövel an diesen Kriegen beteiligt waren, ist klar. Dass es dem Autor des Buches, Dr. Dirk Ziesing, gelungen ist, die Namen von Gefallenen und Überlebenden aus den früher selbständigen Gemeinden der heutigen Stadt Sprockhövel aufzuspüren und ihre Einzelchicksale nachzuzeichnen, das macht das Buch stadtgeschichtlich interessant. Ein Blick in die alphabetisch gereichte Namensliste rückt Familiennamen ins Bewußtsein, die heute noch in der Stadt zu finden sind.



ISBN: 978-3-942184-76-2
Man kann das Buch im Buchladen in Niedersprockhövel und zu den Öffnungszeiten im Heimatverein erwerben. Über die ISBN Nummer kann es aber auch bestellt werden.

Ihre Fachanwälte in Sprockhövel



Hubertus Mayer
Notar a.D. und
Rechtsanwalt



Ronald Mayer
Notar in Sprockhövel
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Fachanwalt für Erbrecht
Fachanwalt für Handels- und
Gesellschaftsrecht



Andreas Müller
Rechtsanwalt
Fachanwalt für
Miet- und WEG-Recht
Fachanwalt für Familienrecht



**Susanne
Jacobs-Tschorn**
Rechtsanwältin
Fachwältin für Verkehrsrecht
Tätigkeitsschwerpunkt:
Erbrecht



www.anwaelte-mayer.de

Ehegattennotvertretungsrecht, Ehegattenwiderspruch und Suspendierung - Neuerungen zum 1.1.2023



Ronald Mayer, Foto: privat

eingeführt wurden die sogenannte Suspendierung, das Ehegattennotvertretungsrecht und der Ehegattenwiderspruch.

„Das neue Ehegattennotvertretungsrecht gilt -wie der Name schon sagt- ausschließlich für Verheiratete und nur dann, wenn keine Vorsorgevollmacht gilt. Die Vorsorgevollmacht bleibt weiterhin ein wichtiger Bestandteil des selbstbestimmten Lebens“, so Ronald Mayer, Notar in Sprockhövel. „Eine Vollmacht ist im Gegensatz dazu umfassend, selbstbestimmend und auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt. Sie wird nicht ersetzt, sondern soll noch weiter gestärkt werden. Das Ehegattennotvertretungsrecht soll nur die Lücke schließen, wenn ein Ehegatte ohne Vorsorge im Gesundheitsbereich dasteht. Für die Vermögenssorge gilt dieses Notrecht nicht.“

Widerspruch als aktive Willensäußerung

Wer das Ehegattennotvertretungsrecht nicht möchte, muss allerdings aktiv werden. Entweder muss diese Person eine Vorsorgevollmacht erstellen oder den Ehegattenwiderspruch im Zentralen Vorsorgeregister eintragen lassen.

„Möchte ein Ehegatte -aus welchen Gründen auch immer- nicht, dass sein Ehegatte für ihn sprechen soll, so kann dieses Notrecht ausgeschlossen werden. Ein Arzt hat künftig ein Einsichtsrecht im Zentralen Vorsorgeregister und weiß dann, dass eine Person eben nicht für den anderen sprechen darf. Aber nur dann, wenn der Widerruf im Zentra-

len Vorsorgeregister eingetragen ist“, so Notar Mayer.

Mayer weiter: „Der Vollständigkeit halber sei erwähnt, dass bislang nur der Widerruf als Mittel gegen eine bereits erteilte Vollmacht rechtlich vorgesehen war. Der Widerruf ist endgültig und an keiner Form gebunden. Das heißt beispielsweise, dass ein mündlicher Widerruf gegenüber einer notariellen Vollmacht vollumfänglich wirksam ist. Den Widerruf eines Widerrufs gibt es nämlich nicht. Die Vollmacht erlischt und muss im Zweifel kostenpflichtig wiederholt werden.“

Nunmehr gibt es als Alternative die neue Suspendierung. Sie ist eine zeitliche Einschränkung, dass eine Vollmacht für eine gewisse Dauer nicht mehr ausgeübt werden kann. Diese Suspendierung kann nur das Betreuungsgericht aussprechen. Damit kann jetzt eine Vollmacht vorübergehend außer Kraft gesetzt werden, ohne sie zugleich für immer zu widerrufen.“



Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 2.3.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 15.2.2023

Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung

- Versicherungen • Vorsorge
- Bausparen • Finanzierungen
- Vermögensaufbau für jeden!

Gruber GmbH

Mittelstraße 48 · Sprockhövel-Haßlinghausen
Telefon 0 23 39/28 94 · Fax 0 23 39/91 00 40
manfredgrubergmbh@allfinanz-dvag.de · www.allfinanz-dvag.de/manfredgrubergmbh





Der Busbahnhof in Niedersprockhövel bleibt an seinem alten Standort. Ausschuss und Rat haben unter großem Interesse der Sprockhöveler Bürgerschaft ihre Entscheidung getroffen. Die SPD zog sich aufgrund einer anderen Meinung den deutlichen und teilweise unfair geäußerten Unmut einiger Zuhörer zu. Fotos: Pielorz



Standortfrage Busbahnhof: Nichts bleibt so, wie es ist

Barrierefreie Sanierung findet an der Zwiebelturmkirche statt. Trotzdem gibt es Veränderungen.

Hier ist er und da soll er auch bleiben: Der Busbahnhof Niedersprockhövel wird am alten Standort barrierefrei umgebaut. Der Umbau ist verpflichtend, weil die Gesetzgebung geändert wurde und das Personenbeförderungsgesetz den barrierefreien Umbau im Öffentlichen Personennahverkehr (ÖPNV) vorschreibt. Priorität hat in Sprockhövel dabei der Busbahnhof im Ortsteil Niedersprockhövel. Die Politik ist sich nach einer umfassenden Beteiligung von Bevölkerung, Ämtern, Verkehrsbetrieben und allen anderen beteiligten Akteuren mit großer Mehrheit einig und folgt dem geäußerten Bürgervotum, den Standort in zentraler Lage an der Evangelischen Kirche beizubehalten.

Die Sprockhöveler SPD hätte sich eine andere Entscheidung gewünscht. Die Sozialdemokraten machten in den entscheidenden Sitzungen deutlich: Wir hätten den Busbahnhof lieber am vieldiskutierten geplanten Alternativstandort am Freibad neu gebaut. Die Sanierung am jetzigen Standort hält man für einen schlechten Kompromiss mit keinem Entwicklungspotential. Ein Neubau hätte aus Sicht der Sozialdemokraten auch ein Zeichen gesetzt für eine ernstgemeinte Verkehrswende hin zu einem starken ÖPNV mit zukünftigen Chancen auf weiteres Wachstum. Fraktionsvorsitzender Wolfram Junge machte deutlich: „Sprockhövel hätte bei einem Neubau des Busbahnhofs an anderer Stelle die Möglichkeit gehabt, in Niedersprockhövel mit einem neuen Dorfplatz Stadtentwicklung zu schreiben. Die Mobilität am jetzigen Standort wäre durch das Aufrechterhalten einer Bushaltestelle nicht schlechter geworden.“ Außerdem sieht man in den Reihen der SPD die Gefahr, dass der geforderte barrierefreie Umbau aufgrund der topographischen Gegebenheiten vor Ort so schwer zu realisieren sei, dass ein Wegfall von Fördergeldern drohe sowie eine Verbandsklage von Behindertenverbänden nicht auszuschließen sei. Die SPD ist mit dieser Ansicht allein. Die anderen politischen Vertreter, Einzelhandel, Verkehrsbetriebe und viele Stimmen aus der Bürgerschaft wollen und bekommen die Lösung am alten Standort.

So bleiben, wie es jetzt dort aussieht, wird es aber nicht. Klar ist: Ein Wenden für Busse am jetzigen Standort ist gemäß dem aktuellen Planungsstand zum barrierefreien Umbau nicht mehr möglich. Daher muss der Wendehammer im Fritz-Lehmhaus-Weg in die Planung mit einbezogen werden. Dort, wo heute noch Abfallcontainer stehen, ist die Errichtung einer sechsten Haltestelle vorgesehen. Um die Wendefahrten im Fritz-Lehmhaus-Weg zu vermeiden, wird es eine veränderte Verkehrsführung geben. Die westliche Zufahrt der Kreuzung L651/L551 (aus Hattingen kommend) wird nach erfolgter Anforderung

eines Busses aus dem Fritz-Lehmhaus-Weg per Grünzeit freigeräumt. Der Umbau des Busbahnhofs am alten Standort wird mit knapp 3,3 Millionen Euro kalkuliert. Abzüglich der Förderung muss die Stadt einen Eigenanteil von 1,3 Millionen Euro tragen. Ein Neubau am Standort Bochumer Straße ist mit 5,5 Millionen Euro kalkuliert und einem städtischen Eigenanteil von 1,2 Millionen Euro. Viele Kosten stehen aber noch gar nicht fest. Keinesfalls geht es bei der imposanten Baustelle nur um das Absenken von Bordsteinkanten für körperbehinderte Menschen. So wird es für sehbehinderte Menschen taktile Leiteinrichtungen geben müssen. Auch Gehörlose dürfen nicht vergessen werden. Es könnte deutlich teurer werden. *anja*

📌 Kommentar

1999 habe ich für den Rat der Stadt Sprockhövel kandidiert. Zehn Jahre sollte ich dem Stadtrat angehören, bevor ich mich auf eigenen Wunsch und vor allem aus beruflichen Gründen aus der Kommunalpolitik zurückzog. Angetreten bin ich damals mit der Forderung, den Busbahnhof in Niedersprockhövel zu verlegen. Ich fand, auf der sogenannten „Kernschen Wiese“ gleich an der South-Kirkby-Straße mit seiner großen Kreuzung hätte er einen idealen Standort gehabt und gleichzeitig würde Niedersprockhövel ein neues Gesicht in der Stadtentwicklung bekommen. Heute ist die „Kernsche Wiese“ mit Wohnhäusern bebaut, aber die Diskussion um den Busbahnhof und seine Standortverlegung gibt es fast 25 Jahre später immer noch. Hinzugekommen sind im Zusammenhang mit dem Klimawandel heiße Debatten um die Versiegelung von Flächen.

Experten prognostizieren eine deutliche Veränderung der Innenstädte. Das Shopperlebnis - mit Ausnahme alltäglicher Lebensmittel- und Drogerieartikel - mit stationärem Einzelhandel ist im freien Fall. Und dann? Wie werden die Innenstädte der Zukunft aussehen? Diese Frage müssen sich auch kleine Orte stellen. Eine Standortverlegung vom Busbahnhof an das Freibad wäre nicht ideal gewesen. Die Kernsanierung vor Ort ist es aber auch nicht. Zumal auch sie deutliche Veränderungen mit sich bringen wird. Und: Sie nimmt Niedersprockhövel das, was nötig gewesen wäre: eine Perspektive für die Stadtentwicklung der Zukunft.



Dr. Anja Pielorz

Gürtelprüfung bei der TSG

Judoka beschenken sich vor Weihnachten selber. Zum Abschluss des Jahres gab es bei der TSG Sprockhövel endlich wieder eine Prüfung wie vor Corona. 20 Judoka hatten sich zur Prüfung angemeldet. Es wurden so ziemlich alle Gürtelstufen geprüft. Eine gewisse Nervosität war bei allen Teilnehmern zu spüren. Alles war etwas anders, als bei den letzten Prüfungen. Auch einige Eltern wollten sich die Prüfung ihrer Kinder nicht entgehen lassen. Alle hatten sich aber auch intensiv vorbereitet und präsentierten ihr jeweiliges Programm souverän. Kata, Fallschule, Würfe, Hebel, ... wurde gekonnt demonstriert. Jüngster Prüfling war Carl Rabe, der mit gerade mal sechs Jahren den gelben Gürtel schaffte. Insgesamt war das Ergebnis richtig gut. Max Wolf, sowie Mia und Thea Kajtaz konnten aber besonders überzeugen. Wer sich für Judo interessiert, ist jederzeit zu einem Probetraining eingeladen.



Weiß-gelb haben bestanden: Marie Poth, Jannes Riegel, Nic Stude und Max Wolf, Gelb haben bestanden: Annika Fuxman, Alexander Haß, Mia Kajtaz, Thea Kajtaz, Johanna Kern, Carl Rabe, Amelie Wagner, Marlon Werning und Nina Werning, Orange hat bestanden: Lukas Bäumer, Grün haben bestanden: Leon Hildt und Mick Patzak, Blau haben bestanden: Janina Götz, Ronja Rätzel und Tina Wißmann, Braun hat bestanden: Dennis Hildt.

Bild und Text: Andrea Haarman

Französischer Spitzen-Judoka in Witten zu Gast



Kurz vor den Ferien lud die Sportunion Witten-Annen noch zu einem Lehrgang. Zu Gast war Arthur Clerget, ein französischer Spitzen-Judoka, der an diesem Tag „Taiso“ und ein Technik-Seminar für die Teilnehmer vorbereitet hatte. Taiso ist eine judospezifische Aufwärmgymnastik. In Frankreich ist Taiso deutlich populärer als in Deutschland. Arthur Clerget hat in diesem Fall

sein Taiso-Programm auf sein anschließendes Technik-Seminar abgestimmt. Nicht zu anstrengend, aber doch deutlich gefordert, wurden die entsprechenden Körperpartien aufgewärmt. Auch die beiden Teilnehmerinnen von der TSG Sprockhövel, Nina Werning und Andrea Haarman, kamen einigermaßen ins Schwitzen. Nach einer vollen Stunde und kurzen Pause ging es weiter

mit dem Technik-Seminar. Einige Übungen aus dem Taiso kamen nun beim Bodenprogramm zum Tragen. Sehr interessant waren auch die Techniken, die Arthur im Stand vorbereitet hatte. Es war nicht nur anstrengend, Nina und Andrea hatten auch viel Spaß bei der Ausübung des Gezeigten. Arthur zeigte bei allem vollen Einsatz und beantwortete alle ankommenden Fragen.

Zwischendurch Rückenübungen

Experten gehen davon aus, dass mindestens 15 Prozent der Deutschen unter chronischen Rückenschmerzen leiden. Entgegen der landläufigen Meinung sind nicht nur körperlich hart Arbeitende auf Baustellen und in Werkstätten betroffen. Auch stundenlanges Sitzen kann den Rücken so belasten, dass er mit Schmerzen reagiert. Wer dem vorbeugen möchte, sollte regelmäßig kleinere Übungseinheiten einlegen. Dr. Thomas Wöhler, Gesellschaftsarzt der Barmenia Versicherungen, empfiehlt drei einfache Übungen:

1. Aufrecht auf der Vorderkante eines Stuhls sitzen. Die Arme zu den Seiten ausstrecken, die Handflächen nach vorn. Die Arme dann langsam nach hinten bewegen, bis sich die Schulterblätter berühren. Die Position wird 15 Sekunden gehalten und die Übung dreimal wiederholt.

2. Den Kopf nach rechts neigen und den linken Arm leicht nach unten drücken, um den Nacken zu dehnen. Den geneigten Kopf vorsichtig nach links drehen und die Position für drei ruhige Atemzüge halten. Die Übung auf der anderen Seite wiederholen.

3. Die linke Hand liegt auf dem rechten Knie. Dann wird der rechte Arm nach hinten geführt und der Oberkörper um die eigene Achse nach rechts gedreht. Mit dem Kopf über die rechte Schulter schauen und die

Position einige Sekunden lang halten.

Wer diese oder andere Übungen in seinen Tagesablauf einbaut, wirkt Rückenproblemen aktiv entgegen.

Weitere Gesundheitstipps gibt es online unter www.barmenia.de. *txn*



Foto: Barmenia

Physiotherapie Vanderborcht

Haben Sie Rücken?

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

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

Das Gelernte können Sie in ihren Alltag umsetzen, damit erhalten Sie die Kontrolle über den eigenen Körper nachhaltig zurück. Rufen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie, Ihr Praxisteam Vanderborcht



Tel.: 02324/ 74351
www.vanderborcht.de
Alte Bergstr. 2 | 45549 Sprockhövel



Bauverein Sprockhövel eG

Öffnungszeiten:
Montag – Freitag
8.00 – 12.30 Uhr
Montag, Dienstag, Donnerstag
13.00 – 16.00 Uhr

Eickersiepen 8a
45549 Sprockhövel
Telefon: (02324) 68127-0
Telefax: (02324) 68127-99
e-mail: info@bauverein-sprockhoevel.de
Internet: www.bauverein-sprockhoevel.de

Versammlung MSC Sprockhövel

Die jährliche Mitgliederversammlung des MSC Sprockhövel e.V. (ein Verein für motorsport- und oldtimerbegeisterte Menschen) findet am 28. Januar 2023, 16 Uhr, im ADAC-Veranstaltungsort: Räume der Geschäftsstelle Niedersprockhövel, Hauptstr. 68, der Sparkasse Schwelm-Sprockhövel, statt. Übrigens: der MSC trifft sich jeden Donnerstagabend im Clublokal Metamorphose, Hauptstr. 4, in Sprockhövel, zum fröhlichen Beisammensein. Gäste sind zu diesen Abenden immer herzlich willkommen.

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

In unserer Filiale: Gutenbergstraße 2 in Niedersprockhövel

Step by Step
PASST GARANTIERT IMMER



Große Ranzen-Party bei Geller!

Samstag, 4. Februar von 15 bis 18 Uhr

Gutenbergstraße 2
45549 Sprockhövel



Step by Step
PASST GARANTIERT IMMER

Qualität? 1. Klasse!

4 Jahre Garantie

Ergonomie? Ausgewiesen!

Geprüft & empfohlen



Schuhmode GELLER

☎ 02324 / 686790
www.schuhmodegeller.de

Ballettunterricht

Einstieg in die Kurse sind jederzeit möglich

Die Musikschule der Stadt Sprockhövel bietet Ballettunterricht für Kinder und Jugendliche im Alter von 4 bis 17 Jahren an.

In spielerischer Form werden vielseitige Übungen zur Vermittlung von Körper- und Raumgefühl vermittelt. Die Unterrichtsinhalte sind Bewegungskoordination, Körperhaltung, Dehnung, Schritt- und Sprungkombinationen, Entwicklung von Musikalität, Rhythmusgefühl und Kreativität. Mit klassischer und moderner Musik werden die Kinder und Jugendlichen dazu angeregt, Freude an Tanz und Bewegung zu finden. Es finden regelmäßig Aufführungen statt.

Der Einstieg ist jederzeit möglich. Die Ballettgruppen finden für folgende Altersgruppen im Gymnastikraum der Glückaufhalle in Niedersprockhövel zu folgenden Zeiten statt:

- Montags von 15.30 bis 16.15 Uhr: 6-8-Jährige
- Donnerstags von 15.15 bis 16.00 Uhr: 4-5-Jährige
- Donnerstags von 16.00 bis 16.45 Uhr: 6-8-Jährige
- Donnerstags von 16.45 bis 17.30 Uhr: 9-17-Jährige

Die Unterrichtsgebühr beträgt 25,50 Euro pro Monat für wöchentlich 45 Minuten Unterricht. Ein kostenloses einmaliges Schnuppern ist nach vorheriger telefonischer Absprache möglich. Außerdem kann ein Geschenkgutschein für eine 4-wöchige Teilnahme zum Kennenlernen des Ballettunterrichts für 15 Euro erworben werden.

Anmeldungen sind online über die Webseite der Stadt Sprockhövel möglich. Weitere Informationen gibt es bei der Musikschulverwaltung unter Tel. 02339 / 917-153 sowie unter musikschule@sprockhoevel.de.



Winterküche in der Tagespflege

Da wurden Tipps und Tricks der Hausfrauen ausgetauscht, Rezepte auswendig aufgesagt und nachgebacken, mitgeholfen und verschüttete Fähigkeiten entdeckt. Auch mancher Mann entpuppte sich als wahrer Hausmann. Es wurde fleißig geschnippelt, dabei erzählt, geschnuppert, erinnert, geschmeckt und genossen. Der Duft von wärmenden Grünkohl und Sauerkraut, dampfender Linsensuppe, himmlischen Spritzgebäck, saftigen Apfelkuchen und vielen anderen, leckeren altvertrauten Gerichten zog durch die Räume der Tagespflege!



Tagespflege am Perthes Ring - Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 8-16 Uhr - Infos und Beratung : 02324/906460



In St. Janarius Niedersprockhövel besuchten am 7. und 8. Januar 15 Kinder plus begleitende Erwachsene die Menschen und hinterließen ihren Segen „Christus mansionem benedicat“ (Christus segne dieses Haus) an den Türen. Aktueller Stand hier bei der Spendensumme: 6400 Euro.

So spannend kann die Mathematik sein

Beim selbstbestimmten Lernen mit Spaß stellen sich auch die Erfolge ein

Das Fach Mathematik bereitet vielen Schülerinnen und Schülern Probleme. Es gilt als kompliziert und ziemlich alltagsfremd. Man muss sich Regeln merken und logisch denken können. Das liegt nicht jedem im Blut, ist aber erlernbar. Am besten schafft man die Aufgaben, wenn man mit Spaß an die Sache herangeht. Und dafür gibt es mehrere Möglichkeiten.

Nicht nur in der Schule lernen

„Mathe kann richtig spannend sein“, weiß Albert Lex, Matheexperte und Nachhilfelehrer beim Studienkreis. Kindern sei es schon ab der fünften Klasse wichtig, selbstbestimmt zu lernen: „Das ist in der Schule jedoch häufig nicht gegeben.“ Aber Schüler können sich das Wissen auch aus anderen Quellen erschließen. Unter www.ilovemathe.de beispielsweise gibt es als kostenloses Zusatzangebot Unterhaltsames, Witziges und Wissenswertes aus der Welt der Zahlen, Formeln und Funktionen.



In der Grundschule können die meisten Eltern ihren Kindern bei den Mathehausaufgaben noch helfen. In den höheren Klassen sieht das schon anders aus. Foto: djd/Studienkreis

Zudem zeigt hier der elffache Weltmeister im Kopfrechnen sein Können: Dr. Dr. Gert Mittring gibt in mehreren Videos Einblicke in seine erstaunlichen Rechentricks, mit denen er erfolgreich bei Mathemeisterschaften antritt. So kann man etwa mit einigen Kniffen, bei denen kleine Zahlen addiert werden, zu jedem Datum den passenden Wochentag im Kopf ausrechnen. Das verblüfft Freundinnen und Freunde und weckt vielleicht sogar die Lust an der Mathematik.

Mathe-Betreuung an Profis abgeben

Doch trotz aller Tricks will es manchmal einfach nicht klappen mit der



Wer gut sein will in Mathe, muss üben, üben, üben. Foto: djd/Studienkreis

Mathematik. Wenn die Hausaufgaben anstehen, entsteht deshalb in vielen Familien eine schlechte Stimmung. Eltern möchten ihren Kindern gern selbst helfen, kommen dann jedoch schnell an ihre Grenzen. „Wenn die Noten plötzlich abrutschen und Mama und Papa merken, dass sie nicht mehr unterstützen können, sollten sie aufmerksam nachfühlen und rechtzeitig nach anderen Möglichkeiten schauen. Professionelle Nachhilfelehrer erkennen, welche Schlüsselthemen fehlen und können diese gezielt nacharbeiten“, rät Albert Lex. Um wieder den richtigen Einstieg zu finden, brauche es Motivation und vor allem eine geduldige Unterstützung: „Wichtig ist es zu verstehen, wie das Kind sich strukturiert, um Aufgaben entsprechend zu erklären. Dann stellt sich auch ein dauerhafter Lernerfolg ein.“ djd

Mortimer
English Club

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

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





Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

- Unverbindliche und individuelle Beratung
- kostenloses Probetragen verschiedener Hörsysteme
- Kostenlose Überprüfung Ihrer Hörsysteme
- Hörtraining
- Tinnitus-Therapie



Hörgeräte Vogel
Robert-Brauner-Platz 1
44623 Herne
Tel. 0 23 23 – 5 23 27

Hörgeräte Vogel
Hauptstraße 73
45549 Sprockhövel
Tel. 0 23 24 – 91 93 709

Inhabergeführt. Kundenorientiert. Seit 1994 in Herne. Und in Sprockhövel.

Geringe Sehbeteiligung bei Fußball-WM-Finale

Der Wasserverbrauch kann dazu deutliche Hinweise geben. Gerade einmal 13,86 Millionen Zuschauern verfolgten das durchaus spannende Fußball-WM-Finale in Katar, das Argentinien erst im Elfmeterschießen für sich entschied. Die Zuschauerbeteiligung blieb damit deutlich hinter dem EM-Endspiel der deutschen Kickerinnen gegen England mit 17,95 Millionen Zuschauern zurück. Gemessen wird die Sehbeteiligung in 5000 repräsentativen Haushalten per Messroutern, die entsprechende Daten sammeln.

Für eine offensichtlich geringe Sehbeteiligung spricht auch ein Blick auf den Wasserverbrauch in den Minuten nach dem Schlusspfiff. Die Vermutung von Image: hätten außergewöhnlich viele Zuschauer bis nach dem letzten Elfmeter vor dem Fernseher ausgeharrt, wäre anschließend so mancher Liter Wasser durch Waschbecken und Toilettenspülung gerauscht. Der Geschäftsführer eines Wasserwerks konnte am WM Final-Sonntag jedoch keine Auffälligkeiten beim Wasserverbrauch erkennen. dx



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

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 2.3.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 15.2.2023

Sicher hören im Winter

Jetzt kommt es auf die Ohren an

Menschen fühlen und bewegen sich sicherer, wenn sie sich auf ihre Sinne verlassen können. Vor allem Ohren und Augen ergänzen sich dabei perfekt, wenn man unterwegs oder in Gesellschaft ist. Doch gerade in der dunklen Jahreszeit bei schlechten Sichtverhältnissen, kommt es verstärkt auf die Ohren an.

Hörvorsorge ist wichtig

Wie gut es um das eigene Hörvermögen bestellt ist, lässt sich zuverlässig mit einem Hörtest bei einem Hörakustiker feststellen. Und man leistet gleichzeitig einen wichtigen Beitrag zur eigenen Hörvorsorge. Denn im Straßenverkehr wollen herannahende Autos, Fahrräder oder Elektroroller, aber auch Alarmsignale wie Hupe, Klingel oder Martinshorn zuverlässig gehört und räumlich zugeordnet werden. Das ist beim trüben Herbst- und Winterwetter nicht immer leicht möglich, wenn die Augen bei Dunkelheit, Nebel oder beschlagenen Scheiben und Brillengläsern nicht mehr den vollen Durchblick haben. Dann übernehmen die Ohren die Orientierung, um unter unübersichtlichen Bedingungen sicher und angemessen reagieren und Unfälle vermeiden zu können. Beim Hörsinn kommt es eben nicht allein auf das Sprachverstehen an, auch das räumliche Hören ist essenziell für



Orientierung und Sicherheit. Das kann nur einwandfrei funktionieren, wenn beide Ohren intakt sind. Denn ihre Anordnung und ihr Abstand voneinander sorgen dafür, dass der Schall je nach Richtung minimal zeitversetzt auf beide Ohren trifft.

Schon die geringsten Zeitdifferenzen genügen dem Hörzentrum im Gehirn, um einen räumlichen Eindruck herzustellen, sodass wir im Ernstfall reflexartig in die richtige Richtung schauen und ausweichen. Ein vorsorglicher Hörtest ist vor allem auch deshalb sinnvoll, weil gerade leichte Hörminderungen im Alltag kaum auffallen. Viele Menschen leben mit den Einschränkungen, gewöhnen sich mit der Zeit daran und halten ihren Hörsinn für besser, als er in Wirklichkeit ist. Solche trügerischen Fehleinschätzungen sind weit verbreitet. Sie mindern nicht nur die Qualität des Sprachverstehens im Alltag, sondern sie erhöhen auch das Unfallrisiko in bestimmten Situationen. Hinzu kommt, dass Menschen sich von vornherein sicherer und souveräner im Straßenverkehr und in Gesellschaft bewegen, wenn sie sich auf ihre Sinne verlassen können. Fühlt man sich dagegen in bestimmten Situationen eher unwohl und neigt dazu, sie zu meiden, können das Indizien für ein nachlassendes Hörvermögen sein, obwohl man den Eindruck hat, noch alles zu hören. Das alles macht die regelmäßigen Überprüfungen der Hörleistung als elementare Vorsorgemaßnahme so wichtig.

Die Hörexperten der Fördergemeinschaft Gutes Hören (FGH) empfehlen die vorsorglichen professionellen Hörtests ab ca. 50 Jahren und natürlich immer dann, wenn man das Gefühl hat, dass mit den Ohren etwas nicht stimmen könnte. Die Überprüfungen des Gehörs sind generell kostenfrei, dauern nur ein paar Minuten und werden sofort ausgewertet. Mögliche Hörschwächen werden so frühzeitig erkannt und können durch die Anpassung moderner Hörsysteme effektiv ausgeglichen werden. Ansprechpartner Nummer Eins für Beratungen, Hörtests und individuelle Hörgeräte-Anpassungen sind die Partnerakustiker der Fördergemeinschaft Gutes Hören. Sie decken das gesamte Leistungsspektrum der modernen Hörakustik ab und haben Antworten auf alle Fragen rund ums Thema Hören. Die FGH-Partner sind zu erkennen am Ohrbogen mit dem Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de.
Text-Quellennachweis: „FGH“

Jung sehen, jung fühlen: Brille, Kontaktlinsen, Operation – gängige Methoden im Überblick



Lösungen für Alterssichtigkeit (Presbyopie) | Bildquelle: © cottonbro studio / pexels.com

Korrekturen wie Brillen, Kontaktlinsen, Augentropfen und OPs versprechen Sehen wie in jungen Jahren. Aber für wen ist welche Lösung geeignet und wo stecken die Risiken?

Irgendwann trifft es jeden: Buchstaben und Zahlen verschwimmen. Die Alterssichtigkeit (Presbyopie) hat sich ins Leben geschlichen. Das ist zwar keine Krankheit, aber mit 95 Prozent die häufigste Art der Fehlsichtigkeit der Altersgruppe 45 plus. Einen ersten Hinweis auf Alterssichtigkeit geben Online-Sehtests, der Check in der Augenarztpraxis oder im Optikbetrieb bringt später meist Gewissheit. Was dann folgt ist die Qual der Wahl: Welche Korrektur ist die sinnvollste? Hier eine kurze Übersicht:

Brillen: Bei noch guter Fern-Sehschärfe ist eine individuell angefertigte Lesebrille eine einfache, komfortable und preiswerte Lösung. Wer bereits kurzsichtig oder weitsichtig ist und nun auch beim Lesen Schwierigkeiten hat, wählt am besten eine Gleitsichtbrille. Mit ihren unterschiedlichen Sehzononen ermöglicht sie „gleitend“ scharfes Sehen von nah bis fern. Das ständige Wechseln zwischen Fern- und Nahbrille entfällt somit. Da die Einstellfähigkeit des Auges mit dem Alter immer weiter abnimmt, ist ab etwa 55 Jahren für die Arbeit am Computer oft eine zusätzliche Bildschirmbrille notwendig. Laut Gesetz muss der Arbeitgeber die Kosten für eine Bildschirmarbeitsplatzbrille übernehmen.

Kontaktlinsen: Die kleinen, unsichtbaren Sehhilfen halten, was sie versprechen – den Kontakt mit den Augen. Kein Verrutschen, Zerbrecen, Herunterfallen, Beschlagen, kein störender Rahmen. Weil sie direkt auf unserem wichtigsten Sinnesorgan – dem Auge – sitzen, sollten sie nicht im Internet gekauft werden. Kontaktlinsenspezialisten beraten und passen sie individuell an.

Für die Korrektur von Alterssichtigkeit werden verschiedene Systeme angeboten: Multifokale Linsen korrigieren, ähnlich wie Gleitsichtgläser, verschiedene Zonen für das Nah- bis Fernsehen. Ein anderes Prinzip ist das der Monovision. Dabei wird das eine Auge mit einer Linse für die Ferne versorgt, das andere Auge mit einer für die Nähe. Das Sehzentrum im Gehirn wählt das jeweils passende Bild aus. Diese Option braucht etwas Geduld und ist mit einem eingeschränkten räumlichen Sehen und einem reduzierten Kontrast verbunden.

Kombination aus Kontaktlinsen und Brille: Wer gute Erfahrungen mit Kontaktlinsen für die Ferne gemacht hat, kann diese mit einer Lese-

oder Bildschirmbrille kombinieren. Das erspart die Gewöhnung an multifokale Kontaktlinsen und den ständigen Wechsel zwischen zwei Brillen.

Operationen: Bei der „Monovision-Lasik“ verdampft der Laser einen bestimmten Teil der Hornhaut, um das dominante Auge auf das Sehen in die Ferne und das andere auf das Sehen in mittlere Entfernungen zu optimieren. Zum Lesen längerer Texte sowie zum Autofahren kann jedoch weiterhin eine Brille erforderlich sein. Leider bringt diese Methode nicht bei allen Patienten den gewünschten Erfolg. Ratsam ist, den Effekt vorher von einem Fachmann mit Hilfe von Austauschlinsen testen zu lassen. Alternativ setzen Augenchirurgen ein Implantat vor die natürliche Augenlinse oder ersetzen sie durch Kunstlinsen mit multifokaler optischer Wirkung.

Von der Laser-Methode „PresbyLasik“, mit der ein Gleitsicht-Effekt in die Hornhaut eingearbeitet wird, raten Fachleute dagegen ab: Sollte später eine OP des Grauen Stars notwendig sein, können keine multifokalen Kunstlinsen mehr implantiert werden.

Da ein operativer Eingriff nicht rückgängig zu machende Risiken mit sich bringt, sollten vorher möglichst mehrere Meinungen eingeholt werden. Wem die OP als beste der Optionen erscheint, sollte akzeptieren, dass die Sehqualität danach im Vergleich zu Brille oder Kontaktlinse oft schlechter abschneidet. Da die Sehleistung im Laufe des Lebens weiter abnimmt, ist leider auch die oft versprochene Unabhängigkeit von Sehhilfen nicht aus der Welt.

Augentropfen: Hoffnung knüpfen einige Menschen an die seit kurzem in den USA zugelassenen Vuity-Augentropfen. Das verdünnte Glaukom-Medikament verspricht für bis zu sechs Stunden ein gutes Sehen in der Nähe, indem es die Pupille verengt. Allerdings müssen Anwender mit Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Verschlechterung des Sehens in der Ferne, des Sehvermögens bei Dämmerung und Nacht sowie mit einem erhöhten Risiko einer Netzhautablösung rechnen. Autofahren im Dunkeln ist untersagt. Ob die Tropfen auch nach Deutschland kommen, ist noch offen.

Doch ganz gleich, welche Art der Korrektur für gutes Sehen sorgen soll: Voraussetzung ist in jedem Fall die gründliche Untersuchung und ausführliche Beratung durch Augenoptiker, Optometristen und Augenärzte.
Quelle: KGS

DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

Brillen • Sonnenbrillen • Kontaktlinsen • Hörgeräte

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

Termine Zeche Nachtigall
Nachtigallstraße 35, Witten, Tel. 02302 9366410

Sa, 4.02. 11 – 16.30 Uhr
Hauerschicht
Bergbau intensiv erleben. Im Besucherbergwerk Nachtigall. Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren. Anmeldung erforderlich bis 2.2. LWL-Museum Zeche Nachtigall, Nachtigallstraße 35, Witten.

So, 5.02. 15 Uhr
Unter Dampf
Vorführung der historischen Fördermaschine von 1887. Kosten: Museumseintritt, Veranstaltung kostenfrei. LWL-Museum Zeche Nachtigall, Nachtigallstraße 35, Witten

Sa, 11.02. 15 – 17 Uhr
Zechen-Safari
Federn, Fährten, Schneckenhaus – Naturdetektive auf Spurensuche unterwegs im Industriemuseum. Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren.

So, 12.02. 15 Uhr
Ziegelei Dünkelberg
Führung zur Geschichte der Ziegelei

Sa, 18.02. 14 Uhr
Die Geschichte des Ortes
Offene Museumsführung. Gemeinsam besuchen wir die Dauerausstellung und besichtigen das Museumsgelände

So, 19.02. 15 Uhr
Der Weg in die Tiefe
Führung durch die Dauerausstellung zum Ruhrbergbau des 19. Jahrhunderts

Sa, 25.02. 13.30 – 15.30 Uhr
Große Bergwerkstour
Führung durch Nachtigall- und Dünkelbergstollen. Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren. Kosten: Erwachsene 6 Euro plus Eintritt, Kinder 3 Euro und Museumseintritt frei

So, 26.02. 15 Uhr
Alles aus einem Berg
Führung zur Geologie rund um den Hettberg. Rund 250 Jahre lang wurden aus dem Hettberg viele Bodenschätze gewonnen. Zu ihnen zählen neben Steinkohle auch Schieferen und Sandstein.

Termine Werkstadt Witten
Mannemannstraße 6, 58455 Witten, Tel: 02302 948940



Sa, 28.1. 22 Uhr
An diesem Abend könnt ihr mit mit DJ Alexx Botox & DJ Steve Steve-O auf zwei Floors in der WERK°STADT zu den Kult-Hits der 80er sowie zu den Hits der 90er und zum Besten aus den aktuellen Charts abfeiern!

Sa, 4.2. 22 Uhr
2000er Party
Die 90er waren musikalisch schon nicht schlecht, aber die 2000er sind doch ein ziemlich geiles Jahrzehnt, und das feiern wir in dieser Nacht mit DJ Steve Steve-O und DJ A-Eighty1 in der WERK°STADT.

So, 12.2. 11 Uhr
Familientrödelmarkt
Ob Kleidung, Kitsch, Rarität oder Kuriosität – auf dem Trödelmarkt in der

WERK°STADT findet das Flohmarktherz, was es begehrt.

Do, 16.2. 19 Uhr
Weiberfastnachtsparty
Wir feiern mit DJ Steve Steve-O zu allen Party-Hits der letzten Jahrzehnte. Für den musikalischen Ausgleich sorgt DJ Rare auf dem 2nd Floor in der WERK°STADT.

Sa, 18.2. 22 Uhr
90er Party
Freut euch auf die 90er-Party mit DJ A-Eighty1 und den Hits und Hymnen der 90er auf dem Mainfloor und DJ Steve Steve-O mit Aktuellem und den besten Hits auf dem 2nd Floor der WERK°STADT.

Fr, 10.3. 20 Uhr
SIMON STÄBLEIN
Zwei Jahre lang war Simon auf der Suche. Und gefunden hat er seinen inneren Pfau. Er ist laut, er ist frech, er ist bunt und zeigt definitiv gerne was er hat – auch wenn es mal nur der 2G-Nachweis ist. Im Saal der WERK°STADT.



HABT IHR SCHON UNSERE NEUE EINRICHTUNG GESEHEN?

#nachregenkommstsonnenschein

Alter Fährweg 8 in Witten-Heven

023 02 - 560 06

sonnenschein.de



KATHAGEN
media+kommunikation

Papier-tüten
individuell bedruckt

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

DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

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

JUWELIER LÜTTGEN
UHREN & SCHMUCK
SEIT 1980

Goldankauf

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

WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

03944-36160
www.wm-aw.de

Patientenseminar zu Zahn-Implantaten

Welches Verfahren eignet sich für mich? Zahnärztliche Experten informieren.

Neues Jahr und gute Vorsätze? Wer Zahnprobleme hat und das ändern möchte, findet in einem Patientenseminar nun Informationen, Antworten und Orientierung im Dschungel der Möglichkeiten. Das Bottroper Informations-Forum-Gesundheit e. V. bietet seit über 20 Jahren Patientenseminare an. Am **Mittwoch, 8. Februar ab 17 Uhr lädt der Verein in Annelies Café im Gemeindehaus St. Georg**. Der Vorsitzende Hans-Peter Keller weiß: „Bei uns können Patienten den Experten ‚auf den Zahn fühlen‘ und so Klarheit und Sicherheit gewinnen.“

Individuelle Beratung
„Jeder Patient hat unterschiedliche Voraussetzungen“, betont der erfahrene Zahnarzt und Implantologe Dr. Jörn Thieme. „Wir nehmen uns deshalb viel Zeit für die Diagnose und Beratung.“ Davon profitierten die Patienten: „Sehr oft zeigt sich, dass es eine bezahlbare Alternative zum Standardverfahren gibt.“

Zahnimplantate: oft ideal
„Patienten wollen heute die Gewissheit, dass sie eine gute Entscheidung fällen“, weiß Zahnärztin Charlotte Laturnus. „Deshalb erläutern wir mögliche Alternativen sowie die verschiedenen Vorzüge.“ Immer häufiger komme die Frage nach sanften Therapien. „Viele Patienten wissen, dass sie mit Zahnimplantaten festsitzenden Zahnersatz und viel Tragekomfort bekommen. Zusätzlich können wir ihnen die Sicherheit vermitteln, dass die Behandlung schonend abläuft und auch bei Vorerkrankungen gut vertragen wird.“



Die Referentin Charlotte Laturnus erklärt, welche positiven Effekte Zahnimplantate für die Gesamtgesundheit haben.

Für die Gesamtgesundheit
Einige „Nebeneffekte“ von Implantaten würden die Patienten besonders freuen: „Zahnersatz mit Implantaten gilt als quasi unsichtbar und äußerst haltbar. Und wer wieder alles essen kann, profitiert auch mit der Gesamtgesundheit“, erläutert Charlotte Laturnus.

Zweitmeinung als Chance
Fragen zu den Kosten und zu einer zahnärztlichen Zweitmeinung beantworten die Zahnärzte nach ihrem Vortrag.

Großer Saal in St. Georg
Für den Vortrag am Mittwoch, 8. Februar um 17 Uhr ist eine Anmeldung erforderlich: www.info-forum-gesundheit.de/kontakt oder 02041/546 75

Einladung zum öffentlichen Patientenseminar

Sanft & sicher zu fest sitzenden Zähnen – in jedem Alter

- Praktisch unsichtbare Lösungen
- Sichere Zahn-Implantation
- Nutzen für die Immunabwehr
- Infos zu Kosten & Finanzierung

Mittwoch, 8. Februar · 17.00 Uhr
Annelies Café, Augustastr. 9, 45525 Hattingen

Teilnahme kostenfrei · begrenzte Teilnehmerzahl · Anmeldung:
www.info-forum-gesundheit.de/anmeldung oder Tel. 02041/546 75

Thierner Heermann Bochum
Wir fördern Ihr Lächeln!

Eine Veranstaltung des Info-Forum-Gesundheit e.V. mit Referenten der

Zahnärzte in Bochum
MVZ Thierner Heermann GmbH
Günningfelder Str. 25 · BO-Wattenscheid
Tel. 02327/239 73 · praxis@thierner.com

FOCUS EMPFEHLUNG
2022
IMPLANTOLOGIE
BOCHUM

Team, Therapien & Patientenservice:
www.thierner.com

Zum 6. Mal in Folge:
vom Focus empfohlen

Die Drei von der Tankstelle

Neue Theateradaption des Tonfilm-Klassikers

18. Februar,
19.30 Uhr im Saalbau

„Ein Freund, ein guter Freund“, „Liebling, mein Herz lässt dich grüßen“ oder „Irgendwo auf der Welt“ – diese unsterblichen Melodien aus der berühmten Tonfilmoperette kann auch heute noch fast Jeder aus dem Stand mitpfeifen. Und diesen Klassiker haben wir aktualisiert. Die Neuinszenierung hatte im Frühjahr 2019 Premiere am Stadttheater Fürth und gastierte bereits in Schweinfurt, Gütersloh, München und der Schweiz.



Ihr Intercoiffure in Hattingen

DIESER SALON GEHÖRT ZU DEN TOP 40

TOP HAIR 2023

Auszeichnung von über 180000 möglichen Salons aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz.

Einzigartigkeit, Individualität und Außergewöhnlichkeit gepaart mit dem stetigen Blick auf Ökologie, Nachhaltigkeit & Umweltschutz drückt unsere Unternehmensphilosophie aus. Die Liebe zu unserem Beruf ermöglicht es uns eine Vielfalt aus Inspirationen und Einzigartigkeiten mit Ihnen zusammen zu erleben. Friseur Dienstleistungen, Kosmetik Behandlungen, Massagen und Maniküre lassen sich nach Belieben kombinieren. Wir nehmen uns Zeit für Sie, denn eine individuelle und kompetente Beratung ist für uns eine Selbstverständlichkeit. Genießen Sie während Ihres Besuches einen auf in Ihrer Beratung abgestimmten individuellen Behandlungsablauf und lassen Sie

PC-Übungskurs

Die Evangelische Erwachsenenbildung Ennepe-Ruhr bietet speziell für Senioren Kurse mit dem Schwerpunkt „Kurze Wiederholung der Grundbegriffe, Fenstertechnik, Umgang mit den Programmen, Verwalten von Dateien und Ordnern“ an, die in einer Kleingruppe von 5 Personen stattfinden und außerdem ein langsames Lerntempo haben. Infos und Anmeldung: Petra Syring, Tel. 02302-589-197

Ab 1. Februar 3x
mittwochs von 10-13 Uhr

Gedächtnis-Trainings-Kurs

In dem Kurs lernen die Teilnehmenden praktische Übungen kennen, die sie anschließend regelmäßig selbstständig in ihren Alltag einbauen. Das Kurzzeit- und Arbeitsgedächtnis werden trainiert, aber auch das Reaktionsvermögen, die Konzentration und das Langzeitgedächtnis werden miteinbezogen. 3x montags im Ev. Gemeindehaus, Perthesring 18. Die Kursleitung übernimmt Monika Volkmann-Lüttgen, die Kursgebühr beträgt 36 €. Es können auch Einzeltermine gebucht werden! Nähere Informationen und Anmeldungen sind möglich bei der Ev. Erwachsenenbildung Ennepe-Ruhr, Petra Syring unter Telefon-Nr. 02302-589-197 oder im Internet www.eeb-en.de.

13./20. + 27. Februar
10.00 bis 11.30 Uhr

sich während der Behandlungen auf Wunsch, durch Kopf-, Augen- oder Handmassagen u.v.m. verwöhnen. Wir haben uns bewusst entschieden nur Produkte für unsere Arbeit zu verwenden, die zu unserer Philosophie der Nachhaltigkeit, Natürlichkeit und Verträglichkeit passen.

HAAR & BEAUTY ZAUBER
by ure berg

Zum Ludwigstal 31-33
45527 Hattingen

02324 687908
www.haar-beauty.de

Kennlernangebote:
Wimpernlifting
inclusive färben für **69,-**
Tibetische Kopfmassage für **39,-**

Endoskopiezentrum Hattingen

Gastroenterologische Facharztpraxis am EVK Hattingen

Andreas Schröder
Prof. Dr. Andreas Tromm

Fachärzte für Innere Medizin
Gastroenterologie/Proktologie

Bredenscheider Str. 54, 45525 Hattingen
Tel.: 02324 – 502 5205
www.darm-magen-praxis.de



dass Fette und Öle wasserlöslich und so die Hände sauber werden. Mikroorganismen wie Bakterien, Pilze oder Viren sollen durch Desinfektionsmittel unschädlich gemacht werden. Dabei werden viele Haushaltsbakterien auch durch Seife beseitigt. Übrigens ist das deutlich günstiger und für die Umwelt unschädlicher. Das Etikett auf einem Desinfektionsmittel gibt an, wogegen es wirken soll. Es kann gegen Bakterien wirken (Bakterizid), gegen Viren (Viruzid), nur gegen behüllte Viren, beispielsweise HIV oder Hepatitis C-Viren (begrenzt viruzid) oder gegen Pilze (Fungizid). Vollkommen klar ist aber auch: eine Substanz, die Keime, Bakterien und Co. abtöten soll, muss ziemlich aggressiv sein. Und das merkt dann auch die Haut. Die Hände werden rau und rissig, der Säureschutzmantel wird zerstört. Das liegt daran, dass viele Handdesinfektionsmittel auf Alkohol basieren. Und das wiederum sorgt dafür, dass Krankheitserreger durch die zerstörte Hautbarriere besser eindringen können. Außerdem enthalten Desinfektionsmittel Stoffe, die Allergien und Ekzeme auslösen und auch für die Umwelt gefährlich sein können. In größeren Mengen können sie Wasserorganismen abtöten, Kläranlagen stören und auch unschädliche Keime abtöten, die der Körper braucht, um seine Abwehr zu trainieren.

Hier ist Desinfektion sinnvoll
Zum Desinfektionsmittel greifen sollte, wer mit Krankheitserregern in Berührung gekommen ist oder kommen wird. In medizinischen Einrichtungen ist Desinfektion daher sinnvoll. Das gilt auch im Haushalt bei der Pflege eines Angehörigen. In diesen Fällen ordnet ein Arzt die Verwendung eines Desinfektionsmittels sogar an, um den zu Pflegenden nicht mit zusätzlichen Keimen zu belasten. Auch wer ein potentiell krankes Tier berührt, sollte sich desinfizieren. Und schließlich: wer unterwegs ist und kein sauberes Wasser zur Verfügung hat, greift ebenfalls besser ab und zu zum Desinfektionsmittel. Eine Flächendesinfektion im Haushalt ist überflüssig. Sie belastet die Umwelt, indem sie ins Abwassergerät und biologische Abbaubestandteile zerstört. *anja*

Handhygiene: Waschen oder desinfizieren?

Seife macht saubere Hände. Nicht immer ist das zusätzliche Desinfizieren sinnvoll.



Einfach die Hände unter Wasser halten reicht nicht aus. Gründliches Waschen mit Seife ist angesagt, denn regelmäßiges Händewaschen gilt als eine der entscheidenden Maßnahmen zur Vermeidung von Infektionskrankheiten. Manchmal ist sogar der Griff zum Desinfektionsmittel sinnvoll. Foto: Pielorz

Deutschland hustet, schnupft und niest. Bei der Weitergabe von Infektionen kommt der Handhygiene dabei eine besondere Aufmerksamkeit zu. Auch wenn der seit 2009 jährlich stattfindende und von der Weltgesundheitsorganisation WHO initiierte Internationale Tag der Handhygiene immer erst am 5. Mai stattfindet, geht es besonders in der Grippe- und Schnupfenzeit um die Frage: Was ist besser - Hände waschen oder desinfizieren?

Hände werden durch Seife sauber
Insbesondere durch die Coronapandemie war die Handhygiene in aller Munde. Den Hygienemaßnahmen zum Opfer gefallen ist in vielen Fällen die Begrüßung durch Händeschütteln. Schließlich weiß man in der Regel nicht, ob das freundliche Gegenüber nicht krank ist und man sich die Infektion quasi per Handschlag abholt. Unsere Hände sollten wir gründlich mit einer hautfreundlichen

Seife waschen **NACH** der Benutzung der Toilette, nach der Zubereitung von Speisen, nach dem Berühren des Haustieres. Ebenso reicht Händewaschen aus **VOR** dem Zubereiten von Speisen, vor einer Mahlzeit und dem Berühren des Gesichtes. Auch wer von draußen ins Haus kommt und nicht mit Krankheitserregern in Berührung gekommen ist, sollte sich die Hände waschen. Dabei ist darauf zu achten, dass die Zwischenräume der Finger Wasser und Seife abbekommen. Es braucht 20 bis 30 Sekunden, um die Anzahl der Keime auf den Händen tatsächlich zu reduzieren.

Was bedeutet Desinfektion?
Doch wann soll man sich die Hände desinfizieren? In der Medizin versteht man unter Händedesinfektion ein Verfahren zur Verringerung der Zahl von Krankheitserregern auf der Haut der Hände mit Hilfe von Desinfektionsmitteln. Zunächst einmal sollte man wissen, dass schmutzige Hände nicht durch Desinfektionsmittel, sondern durch Seife sauber werden. Sie enthält lipophile Anteile, die dafür sorgen,

Image-Serie: Wie tickt der Mensch? Warum bekommt der Mensch Krebs und was kann man tun?

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie seine Gesundheit, sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. Auch in diesem Jahr greift IMAGE gemeinsam mit verschiedenen Ärzten in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen dazu auf.



mit Prof. Dr. med. Andreas Tromm

„Die Diagnose Krebs löst eine Vielzahl von Gefühlen aus. 2019 sind nach Schätzung des Zentrums für Krebsregisterdaten in Deutschland rund 502.655 Krebserkrankungen erstmalig diagnostiziert worden. Etwa die Hälfte der Fälle betrafen die Brustdrüse, die Prostata, den Dickdarm oder die Lunge“, erklärt Prof. Dr. Andreas Tromm, Chefarzt der Inneren am EvK Hattingen und Gründungsmitglied des gemeinnützigen Vereines Krebshilfe Sprockhövel/Hattingen. „Rund 1,6 Millionen Menschen leben in Deutschland mit einer Krebserkrankung, die in den letzten fünf Jahren diagnostiziert wurde.“

Am 4. Februar 2023 ist Weltkrebstag

Am 4. Februar 2023 soll mit dem jährlichen Weltkrebstag eine der häufigsten Todesursachen in das Bewusstsein der Bevölkerung rücken. An diesem Tag, der 2007 zum ersten Mal ausgerufen wurde, steht die Aufklärung im Mittelpunkt. Je früher eine Krebsart erkannt wird, desto größer sind die Chancen auf Gesundung des Betroffenen. Der Tag soll auch erinnern an die Möglichkeit der Krebsvorsorge. So ging etwa in den Niederlanden die Häufigkeit fortgeschrittener Darmkrebsfälle nach Einführung des Früherkennungsscreenings mittels Stuhltest auf verborgenes Blut im Stuhl signifikant zurück (European Journal of Cancer).

Die Überlebenschancen sind oft abhängig von der Tumorart. Wir kennen noch nicht alle Entstehungsmechanismen der bösartigen Neubildungen, die wir sprachlich unter dem Begriff ‚Krebs‘ zusammenfassen. Aber wir wissen, dass der Ausgangspunkt von Krebs immer das Erbgut ist. In den Genen entstehen die Schäden, die nicht mehr repariert werden können und ein Ungleichgewicht bewirken. Es entsteht ein unkontrolliertes Zellwachstum. Doch wir kennen auch Risikofaktoren,



von denen sich manche vermeiden lassen. Fast 20 Prozent aller Krebserkrankungen in Deutschland lassen sich dem Tabakkonsum zuschreiben. Hinter den Risiken Übergewicht und Bewegungsmangel verbirgt sich nicht selten eine Stoffwechselschleife, bestehend aus zu hohem Blutdruck sowie hohen Blutfett- und Blutzuckerwerten. Entzündliche Prozesse im Fettgewebe sind wahrscheinlich an der Entstehung mancher Krebsarten beteiligt. Studienergebnisse belegen den Zusammenhang zwischen einer lebenslangen körperlichen Bewegung sowie einem niedrigeren Risiko, an Darmkrebs zu erkranken (Cancer Epidemiology, Biomarkers & Prevention). Auch die Ernährung spielt eine Rolle. Wenig Obst und Gemüse, dafür viel rotes Fleisch und vor allem ein nicht unerheblicher Alkoholkonsum konnten als Risikofaktoren für manche Tumorarten identifiziert werden. Schließlich muss man noch die UV-Strahlung benennen. Die Psyche kann nach bisherigen Erkenntnissen von der Liste der Ursachen für Krebs gestrichen werden. Sie spielt aber bei der Bewältigung der Krankheit eine Rolle. Heute haben wir für manche Krebsarten Impfungen entwickelt. Beispielsweise gegen Hepatitis-B-Viren als Schutzfaktor vor Leberkrebs oder die HPV-Impfung zum Schutz vor Gebärmutterhalskrebs. Das Angebot der gesetzlichen Krankenversicherung in Deutschland zur Krebsfrüherkennung betrifft bösartige Tumoren der Haut, des Darms sowie Brust- und Gebärmutterhalskrebs bei Frauen und Prostatakrebs bei Männern. Geforscht wird zu einer Impfung mit messenger-RNA (mRNA). Sie soll das körpereigene Immunsystem in die Lage versetzen, übrig gebliebene Tumorzellen zu bekämpfen.“ Wichtig ist nach dem ersten Schock der Diagnose: Bauen Sie sich ein Netzwerk der Hilfe auf. Gemeinsam mit Ihren Ärzten. *anja*

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

Krebs und Hygiene

Darauf müssen Erkrankte achten

Während einer Chemotherapie kann das Infektionsrisiko für Krebspatienten steigen. Der Hintergrund: Die Krebsmedikamente lassen die Anzahl bestimmter Abwehrzellen des Immunsystems sinken. Patienten, deren Immunsystem geschwächt ist, sind anfälliger für Infektionen. Auch dann, wenn die Krebserkrankung schon länger zurückliegt, ist Achtsamkeit geboten. Bei immungeschwächten Patienten ist die Händedesinfektion ratsam. Allerdings gilt auch hier: Nicht jedes Desinfektionsmittel eignet sich. In der Regel wird der Arzt dem Patienten eine Empfehlung geben - auch dazu, ob Händewaschen nicht doch ausreicht. Im Alltag reicht hingegen die Verwendung von Haushaltsmitteln beim Putzen und Waschen in der Regel aus. Achtung bei Schimmel: Krebspatientinnen und Krebspatienten mit einer geschwächten Immunabwehr sind besonders gefährdet, wenn sie Schimmelpilzen ausgesetzt sind. Ist das der Fall, sollte ein Arzt konsultiert werden. Haustiere können Keime übertragen, auch wenn die Tiere gesund sind und sauber gehalten werden. Einfache Vorsichtsmaßnahmen im Umgang mit Tieren, wie das Händewaschen nach dem Streicheln, können das Infektionsrisiko für Krebspatienten verringern. Auf das geliebte Haustier verzichten, müssen sie nicht. Vom Esstisch sollte es allerdings fern gehalten werden und auch ein gemeinsamer Schlafraum ist nicht sinnvoll. In vielen Abfällen, aber auch in der Blumenerde von Zimmerpflanzen sowie in Gartenerde befinden sich Bakterien, im Biomüll auch Pilze und ihre Sporen. Ist die Immunabwehr bei Krebspatienten stark eingeschränkt, können Keime schwere Infektionen auslösen. Beim Biomüll, Garten oder Umtöpfen ist Vorsicht geboten!

Drei Zahlen über Krebs

Man kann auch selbst etwas dagegen tun

Jedes Jahr erkranken in Deutschland 510.000 Menschen neu an Krebs - Tendenz steigend. Über vier Millionen Menschen leben mit der Krankheit. Und rund 40 Prozent aller Krebsfälle könnten durch eine gesunde Lebensweise vermieden werden. Mit einem gesundheitsbewussten Verhalten kann jeder sein individuelles Krebsrisiko senken“, so Gerd Nettekoven, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Krebshilfe.



Hilfe für Krebsbetroffene vor Ort

Wir sind für Sie da!

Sie haben Krebs oder sind Angehöriger eines Kranken oder Verstorbenen?

- psychoonkologische Therapie
- Hilfsmittel
- naturheilkundliche Zusatzpräparate
- finanzielle Hilfe

www.krebshilfe-sprockhoevel.de

WWW.
CHARTA-FUER-
STERBENDE.DE

Wir unterstützen die Charta



Kompetente und liebevolle Betreuung
in familiärer Atmosphäre!

Tagespflege für Seniorinnen und Senioren

Perthes-Ring 25

Tagespflege am Matthias-Claudius-Haus
Perthes-Ring 25 | 45549 Sprockhövel
Tel. 02324 906460 | tp-sprockhoevel@perthes-stiftung.de

www.tp-sprockhoevel.de



menschennah.



Deutscher Roter Hausnotruf

WIR SIND DA, DAMIT SIE LANGE SICHER ZUHAUSE LEBEN KÖNNEN.

Deutsches Rotes Kreuz
Talstr. 22 · 45525 Hattingen
hausnotruf@drk-hattingen.de
www.drk-hattingen.de

02324 / 20 11 11
Informieren Sie sich jetzt.

Deutsches Rotes Kreuz Hausnotruf Hattingen/Sprockhövel/Wetter (Ruhr)

Pflege: Nicht immer geht es nur um ältere Menschen

Rund 500.000 Menschen in Deutschland brauchen Pflege und sind noch jünger als 65 Jahre

In Deutschland sind etwa fünf Millionen Menschen pflegebedürftig. Die meisten von ihnen werden zuhause versorgt. Wer an pflegebedürftige Menschen denkt, hat oft Bilder von Senioren im Kopf. Es ist zwar richtig, dass die Pflegebedürftigkeit mit dem Alter ansteigt, aber es gibt auch viele jüngere Menschen, die auf Pflege und Hilfe angewiesen sind. Mehr als 500.000 Pflegebedürftige sind unter 65 Jahre alt. Ihrer Pflegebedürftigkeit liegen andere Krankheitsbilder zugrunde als

bei älteren Menschen: Entwicklungsstörungen, Epilepsie, das Down Syndrom, aber auch Unfälle, Schlaganfall oder Multiple Sklerose (MS) sind die Ursachen für die notwendige Pflege. Zu den Pflegebedürftigen gehört auch die Hattingerin Melanie Tromnau (41).

Seit zehn Jahren pflegt die Mutter die Tochter zuhause

Ich habe Melanie Tromnau (41) schon einmal vor drei Jahren besucht. Melanie war vor vielen Jahren mitten in der Ausbildung zur Tierpflegerin, als sie die Diagnose einer schweren chronischen neurologischen Erkrankung bekam. Die junge Frau leidet an MS in der aggressiven Form. Das Immunsystem greift die Hüllschicht der körpereigenen Nervenfasern an. Die Ausbildung konnte sie noch beenden, in ihrem Job arbeiten bereits nicht mehr. Weil sich die Krankheit bei jedem Menschen anders entwickelt, sind Prognosen schwierig. Heute, 2023, lebt sie seit nunmehr zehn Jahren wieder mit ihrer 68-jährigen Mutter zusammen. Sie ist rund um die Uhr auf Hilfe angewiesen. Die Wohnung ist behindertengerecht. Ein Pflegebett, ein Elektrorollstuhl, viele andere Hilfsmittel. Schon vor drei Jahren hat mich die Fürsorge der Mutter, die sie zusammen mit dem Pflegedienst Melanie entgegenbringt, schwer beeindruckt. Jetzt habe ich erneut Kontakt zum Pflegedienst und zu Mutter und Tochter aufgenommen und will wissen, wie es Melanie geht.

Die Antwort ist niederschmetternd. Schon vor drei Jahren musste Melanie gelagert und bewegt werden, doch jetzt hat sich ihr Zustand weiter verschlechtert. Damals gab es noch gute Tage und sogar kleine Ausflüge mit der Straßenbahn waren möglich. Das geht schon lange nicht mehr. Wie mir die Mutter am Telefon berichtet, verlässt Melanie zwar mit Hilfe noch das Bett und sitzt im Rollstuhl, aber oft verlässt sie bereits am Nachmittag die Kraft und sie muss zurück in die liegende Position. Auch sprechen kann sie kaum noch.

Immer noch pflegt Anita Tromnau ihre Tochter mit Unterstützung des Pflegedienstes. Stine Haack vom Pflegedienst Glückslee gehört zu den Mitarbeiterinnen, die Mutter und Tochter seit Jahren zur Seite steht. Sie erzählt mir am Telefon, dass die beiden Frauen eine Einheit bilden und keine von ihnen Mitleid will.

Melanie ist intelligent. Sie schaut Fernsehen. Serien, aber auch Dokumentationen. Und sie nimmt über den Geruchssinn schöne Düfte wahr. Eltern, die ihr schwerkrankes Kind pflegen, leben in einem dauerhaften Ausnahmezustand. Mit einem Pflegedienst an ihrer Seite bekommen sie Hilfe und Unterstützung. Mittlerweile wächst das Verständnis dafür, dass junge Menschen eine andere Pflege benötigen als Senioren. Dies gilt auch für die stationäre Pflege. So gibt es Wohngruppen mit einem Tagesablauf, der sich an jüngere Menschen richtet. Denn Pflege kann jeder brauchen - von jetzt auf gleich. *anja*



Wie hier auf einer Seniorenmesse Pflegerinnen zeigen, müssen auch junge Pflegebedürftige regelmäßig gelagert und umgebettet werden. Für Angehörige und Pflegekräfte keine leichte Aufgabe. Foto: Archiv Pielorz



Beraten, begleiten, unterstützen.

Ihre zuverlässige Partnerin für Koordination, Organisation und Freizeitgestaltung für Senioren und Seniorinnen - jetzt informieren

Einfühlsame und professionelle Senioren-Assistenz in Sprockhövel als Unterstützung im Alltag.



02324 / 977 88 80

Senioren-Assistenz Claudia Wagner
Schulstraße 12 - 45549 Sprockhövel

senawa.de

Umgang mit Veränderungen in schwierigen Zeiten

Wer kennt das nicht? Schon wieder gibt es schlechte Nachrichten in allen Medien und ein neues Problem taucht am Horizont auf... Oder ein altes meldet sich wieder. Man hat das Gefühl, mit der Verarbeitung der (meist schlechten) Nachrichten gar nicht hinterherzukommen und muss gleichzeitig den Alltag bewältigen. Da gibt es dann auch schon wieder etwas Neues: eine neue Software, eine neue App, eine Veränderung der Strukturen bei der Arbeit steht an und außerdem muss auch noch der Alltag organisiert werden (Wie kann ich eigentlich etwas Gesundes einkaufen, das nicht schon wieder mein Budget sprengt? Wie kriege ich den Sport in meinem ohnehin schon zu vollem Terminkalender unter? Und so weiter). Wenn sich dann auch noch die Kinder und Partnerin oder Partner mit Wünschen und Bedürfnissen melden, ist es ja kein Wunder, wenn ich das Gefühl habe, vor lauter Erschöpfung gar nichts mehr tun zu können oder gleich zu explodieren - und manchmal geschieht auch genau das!

Woran liegt es eigentlich, dass manche Menschen anscheinend besser mit diesen Anforderungen zurecht kommen als andere? Und kann man eigentlich lernen, besser mit diesen Herausforderungen umzugehen? Darauf gibt das Konzept der psychischen Widerstandskraft - die Psychologie nennt das Resilienz - einige Antworten. Manche Menschen ist auf Grund von Vererbung und auch gelernter Erfahrung eine robustere psychische Grundkonstitution mitgegeben worden als anderen. Ein wesentlicher Aspekt, der die Entwicklung einer verbesserten Widerstandskraft fördert, ist das Erleben von Selbstwirksamkeit. Das bedeutet genauer, dass eine Erfahrung als positiv bewertet wird, wenn ich in der Lage bin, Veränderungen oder Ergebnisse durch die eigene Handlungsweise zu erreichen und damit positive Rückmeldungen von anderen, aber auch die Stärkung des eigenen Selbstwertes erlebe. Da es aber natürlich nicht möglich ist, alle Probleme in der Welt durch eigenes Verhalten zu lösen, kommen noch zwei Faktoren dazu: die Fähigkeit zwischen Dingen zu unterscheiden, die ich kontrollieren kann und solchen, bei denen das nicht möglich ist. Wichtiger ist aber noch die Fähigkeit, sich auf die Themen zu konzentrieren oder zu fokussieren, die in meiner Kontrolle liegen können.

Dazu muss man lernen, sich nicht von anderen Themen ablenken zu lassen und seine Aufmerksamkeit bewusst zu steuern. Zur Förderung des Erlebens von Selbstwirksamkeit ist es hilfreich, sich einerseits auf die Dinge zu konzentrieren, die man mit seinem eigenen Verhalten beeinflussen kann. Andererseits kann man ebenfalls lernen, sich gezielt Erfolgserlebnisse zu verschaffen und diese dann auch zu „feiern“, d.h. sich ganz bewusst und ausführlich mit dem positiven Gefühl „ich habe etwas geschafft oder erreicht“ zu beschäftigen.

Besuchen Sie uns in der Einrichtung oder rufen Sie uns an.

Monika Paschek
Hauptstraße 62
45549 Sprockhövel
☎ 023 24/6 85 95 19
post@tagespflegeamturm.de
www.tagespflegeamturm.de

Tagesbetreuung für Senioren: Gesellschaft, Unterhaltung, Pflege

coaching institut mettberg
Praxis für psychologisches Coaching und Beratung

Mettberg 66 - 45549 Sprockhövel
eMail: info@coaching-institut-mettberg.de
mobil: +49 163 8211058 und +49 176 64606520
web: www.coaching-institut-mettberg.de

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

Um eine Verbesserung der psychischen Widerstandskraft zu erreichen, gibt es verschiedene Ansätze und Möglichkeiten, die an dieser Stelle nicht alle aufgeführt werden können. Ein Beispiel zur Lenkung von Aufmerksamkeit (hier kann man auch von Achtsamkeit sprechen) ist die Meditation. Hier kann man lernen, sich zu fokussieren und sehr aufmerksam und achtsam mit den eigenen Empfindungen umzugehen. Eine weitere Möglichkeit besteht darin, sich von externen Fachleuten, z.B. im Coaching, begleiten zu lassen. Hier kann man individuell konkrete Strategien entwickeln, die dabei helfen, sich im Strudel der Ereignisse und Einflüsse zu orientieren und sozusagen „bei sich“ zu bleiben. *Dipl. Psych. Edgar Oberhäuser, Coaching-Institut-Mettberg*

Ist mein Dach für eine Photovoltaikanlage geeignet?

Berkermann Bauelemente GmbH

Mehr Infos unter weru.com

WERU

BEREIT FÜR NOCH MEHR INDIVIDUALITÄT?

MIT UNSEREN HAUSTÜR-NEUHEITEN.

DREI VORTEILE IHRER NEUEN HAUSTÜR

- Sie verwirklichen Ihre Ideen: Von der Technik bis zum Komfort. Und vom Design bis zur Lackierkunst.
- Sie leben bequemer: auf Wunsch mit praktischer HandsFree-Funktion. Und automatischem Türöffner.
- Sie werten Ihr Zuhause auf: Immer optisch perfekt passend. Und immer in exzellenter Qualität.

DESIGN KOMFORT INDIVIDUELL

Berkermann Bauelemente GmbH
Kirchweg 8 · 45549 Sprockhövel
02324-971885 + 971886
info@berkermann-bauelemente.de · www.berkermann-bauelemente.de

fachen Maßnahmen wie dem Einkauf saisonaler Produkte aus unserer Region bis hin zur Nutzung von zertifiziertem Ökostrom oder gar der Produktion eigenen Solarstroms. Was wir in diesen Jahren für den Klimaschutz tun, das entscheidet über die Zukunft unserer Kinder und Enkelkinder. Die Klimafibel ist Teil der Kampagne „Klimaschutz mit BRAvour“ im Regierungsbezirk Arnsberg – eine Mitmachkampagne für alle in Zusammenarbeit mit Ihrer Kommune.

Klimaschutz mit BRAvour

Klimaschutz ist eine Gemeinschaftsaufgabe. Jeder kann die eigenen CO₂-Emissionen reduzieren und somit einen Beitrag zum Klimaschutz leisten. Die Fibel enthält Informationen zu klimafreundlichen Angeboten in Sprockhövel.



Foto: Pixabay

Fördermöglichkeiten

Sie möchten eine Photovoltaikanlage auf ihrem Dach errichten, eine Wärmepumpe installieren oder eine Wallbox zum Laden ihres E-Autos anschaffen? Klimaschutz und Klimaanpassung sind hochaktuell. Die Anpassungen und Umrüstungen von Privathaushalten oder Firmen werden daher auch von Bund und Ländern unterstützt. Aktuelle Informationen zu Förderprogrammen liefern folgende Websites:
Förder-Navi der Energy4Climate:
<https://tool.energy4climate.nrw/foerder-navi>
Förderdatenbank:
<https://www.foerderdatenbank.de/FDB/DE/Home/home.html>

Die Klimaforschung sagt uns seit Langem: Wenn wir unsere Erde erwärmen, nehmen die Wetterextreme zu. Sie treffen uns härter: Hitze, Dürren, Trockenheit und Niedrigwasser auf der einen, Starkregen, Sturzfluten und Hochwasser auf der anderen Seite; darüber hinaus negative Gesundheitsfolgen für die Menschen, wirtschaftliche Schäden. Es geht um Klimaschutz. Es muss schnell gehandelt werden. Jede und jeder kann die eigenen CO₂-Emissionen reduzieren – zum Beispiel durch veränderte Gewohnheiten beim Einkaufen, bei der Fortbewegung, bei Stromversorgung und Stromverbrauch. Von ein-

Bei Dachdämmung sind Dachziegel, Dachsteine & Co förderfähig

Förderung von KfW und BAFA schließt auch neue Dacheindeckung ein

Die Bundesförderung für effiziente Gebäude vergibt bei Einzelmaßnahmen (BEG EM) Zuschüsse und zinsgünstige Kredite für eine energetische Verbesserung der Bausubstanz, zum Beispiel bei einer Dachdämmung. Diese Förderung erhalten Eigentümer aber nicht nur für die reine Dämmung, sondern auch für weitere nötige Maßnahmen, wie die Erneuerung der Dacheindeckung. Alle Infos und Details zum Förderkredit der KfW, zum Zuschuss vom BAFA und Steuerbonus.

Wenn Eigentümer eine Förderung für die Dachdämmung beantragen, können dabei nicht nur die Kosten der Dämmung geltend gemacht werden, sondern auch die Kosten für diese begleitenden Maßnahmen:

- Ersatz, Erneuerung und Erweiterung des Dachstuhls oder von Teilen eines Dachstuhls
- Erneuerung der Dachlattung
- Einbau von Unterspannbahn, Luftdichtheitsschicht und Dampfsperre
- Austausch von Dachziegeln (inklusive Versiegelung), Abdichtungsarbeiten am Dach, inkl. Dachdurchgangsziegel (z. B. Lüftungs- oder Antennenziegel) und Schneefanggitter
- Neueindeckung des Daches bzw. Dachabschluss bei Flachdach mittels Dachpappe, Schweißbahn etc.
- Erhalt und Neuanlage einer Dachbegrünung
- Änderung des Dachüberstands
- Erneuerung der Dachrinnen, Fallrohre, Einlaufbleche
- notwendige Arbeiten an Antennen, Satellitenschüsseln, Elektrik, Blitzableiter
- Schornsteinkopf neu einfassen

Welche Möglichkeiten der Förderung sieht die BEG EM vor?

Bei einer Dachsanierung/Dacheindeckung können Eigentümer einen Zuschuss beim BAFA beantragen. Der Zuschuss beträgt 15 Prozent der förderfähigen Kosten. Zusätzlich ist ein Bonus in Höhe von 5 Prozent möglich, wenn die Dachdämmung als Maßnahme im individuellen Sanierungsfahrplan (iSFP) enthalten war = iSFP-Bonus.

Welche Förderung gibt es für die Komplettisanierung?

Sind Dachdämmung und Dacheindeckung dagegen Teil einer Komplettisanierung zum Effizienzhaus, bieten sich die günstigen Förderkredite der KfW an. Im KfW-Programm „Wohngebäude Kredit - 261“ ist eine hohe Förderung aus günstigem Kredit plus Tilgungszuschuss möglich. Die Höhe der Förderung ist abhängig vom erreichten Effizienzhaus-Niveau.

Förderung richtig beantragen

Für beide Förderungen ist ein Energieberater/Sachverständiger Pflicht! Zugelassen sind alle Sachverständigen, die in der Expertenliste für Förderprogramme des Bundes geführt sind. Die Förderung muss unbedingt vor Beauftragung des Handwerksunternehmens beantragt werden! Alternativ steht der Steuerbonus zur Verfügung.

Quelle: energie-fachberater.de

Tipp für alle, die nur das Dach neu eindecken und keine Dämmung vornehmen: Sie können die Handwerkerkosten für die Dacheindeckung von der Steuer absetzen.

Nachhaltiges Licht für zu Hause

Auch im privaten Wohnbereich hilft moderne Lichttechnik, den Energieverbrauch erheblich zu reduzieren, dabei viel Geld zu sparen und zugleich Komfort und Lichtqualität für den Menschen zu erhöhen. Alte Glüh- oder Halogenleuchtungen können durch energiesparende LED-Lampen, sogenannte Retrofits, ersetzt werden. Neue Leuchten verwenden heute fast ausschließlich LED-Lichtquellen, die neue Designs ermöglichen. Wird z. B. eine alte 60-Watt-Glühlampe durch eine gleich helle LED-Lampe mit 6 Watt ersetzt, können bei einer Brenndauer von sechs Stunden und einem Strompreis von 35 Cent pro Kilowattstunde bereits 41,39 Euro pro Jahr und Leuchtmittel gespart werden. Das schont nicht nur den Geldbeutel, sondern minimiert auch den eigenen ökologischen Fußabdruck. Dimmer sparen zusätzliche Energie – und sorgen abends dafür, dass der Körper auf Schlaf eingestimmt wird.

Lichtsteuerung für mehr Effizienz und Komfort

Eine wichtige Komponente energieeffizienter Beleuchtung sind Bewegungs- und Präsenzmelder. Sie kommen vor allem in Eingangsbereichen, Fluren, Treppenhäusern oder Kellerräumen zum Einsatz und schalten die Beleuchtung selbstständig ein oder aus, sobald jemand das Zimmer betritt oder verlässt. Das senkt nicht nur den Stromverbrauch, sondern erhöht auch die Sicherheit der Bewohner, denn Stolperfallen und das leidige Tasten nach dem Lichtschalter sind damit kein Thema mehr. Mit Helligkeitssensoren werden auch Tageslichteinfall und Wetterverhältnisse berücksichtigt. Eine Lichtsteuerung sorgt für bedarfsgerechte Beleuchtung und aktiviert z. B. auch in Außenbereichen das Licht auf Terrasse und Zugangswegen abends oder bei Bewegung automatisch.

Höchsten Komfort bietet ein komplettes Lichtmanagementsystem für die zentrale Steuerung aller Leuchten im Haus, das auch nachträglich mit einer Funklösung umgesetzt werden kann. Solche Systeme ermöglichen auch im privaten Bereich eine Beleuchtung nach dem Human Centric Lighting-Konzept, das nach dem Vorbild des natürlichen Tageslichts Wohlbefinden und Gesundheit fördert.

Das nachfolgende Rechenbeispiel zeigt, dass sich allein durch den Tausch alter Lampen gegen neue energieeffiziente LED-Lichtquellen 89 Prozent Energie jährlich sparen lassen. Das Beispiel basiert auf einem kombinierten Wohn- und Esszimmer mit 40 Quadratmetern Wohnfläche. Hier spenden vier Leuchten Licht. Neben der dimmbaren Grundbeleuchtung mit einer Stromschiene und Halogenlampen gibt es noch einen Deckenfluter für den

Energiekostenvergleich

Wohnzimmer	Mittlere Brenndauer/Tag	Anzahl Lampen	Konventionelle Lösung	LED- Lösung
Grundbeleuchtung	2 Std.	12	35 Watt	3,7 Watt
TV-Hintergrund	3 Std.	1	150 Watt	17,5 Watt
Akzentbeleuchtung	4 Std.	2	40 Watt	4 Watt
Esstischlicht	2 Std.	3	60 Watt	6 Watt
Wattage, gesamt			830 Watt	87,9 Watt
Jahresverbrauch			719,05 kWh	76,4 kWh
Stromkosten*/Jahr			251,67 Euro	28,74 Euro
Ersparnis				244,93 Euro

*Preis 0,35 ct/kWh (Stand: 2022)

TV-Hintergrund, eine Stehleuchte für die Akzentbeleuchtung und eine Pendelleuchte über dem Esstisch.

Quelle: Licht.de



An Eurer Seite – seit 1905!

Zuverlässige Energie aus der Heimat.

avu.de

An Eurer Seite!



AVU...

Schwerbehinderung geprüft 18 Namensänderungswünsche

Im Jahr 2022 hat der Ennepe-Ruhr-Kreis in 11.467 Verfahren den Grad der Behinderung von Bürgerinnen und Bürgern ermittelt. Ausgangspunkt für die Aktivitäten der Beschäftigten des Sachgebietes waren im letzten Jahr 3.427 Erstanträge, 4.436 Änderungsanträge, 1.643 Nachprüfungen von Amtswegen, 1.754 Widersprüche und 207 Klageverfahren.

Wenn ein Antrag in der Nebenstelle der Kreisverwaltung am Witten Schwanenmarkt eingeht, werden zunächst Berichte von ärztlichen Praxen, Krankenhäusern und weiteren Stellen angefordert. Erst wenn diese vorliegen, kann eine ärztliche gutachtliche Stellungnahme eingeholt und über den Antrag entschieden werden. Zur Bearbeitungsdauer heißt es: für Anträge werden vier Monate benötigt. Bei Nachprüfungen, die durch das Amt veranlasst werden und die Hinweise liefern sollen, ob sich festgestellte Einschränkungen durch Therapien verbessert haben, ist mit etwa sieben Monaten zu rechnen.

Einen Schwerbehindertenausweis erhält jeder, bei dem der Grad der Behinderung mindestens 50 beträgt. Berücksichtigt werden dabei nach bundesweit einheitlichen Kriterien die Beeinträchtigungen, die für das Lebensalter untypisch sind. Für anerkannte Schwerbehinderungen können von Betroffenen sogenannte Nachteilsausgleiche geltend gemacht werden. Dazu zählen beispielsweise der besondere Kündigungsschutz, Zusatzurlaub oder Vergünstigungen bei der Besteuerung des Einkommens.

Bei Vorliegen entsprechender Voraussetzungen können zudem Merkmale im Ausweis eingetragen werden. Beispiele hierfür sind „G“ für eine erheblich eingeschränkte Bewegungsfähigkeit im Straßenverkehr und „aG“ für außergewöhnliche Gehbehinderung, „Bl“ für Blind und „Gl“ für Gehörlos. Bürgerinnen und Bürger, die ihren Schwerbehindertenausweis nutzen möchten, um Parkerleichterungen zu erhalten, wenden sich übrigens grundsätzlich an ihre Stadtverwaltung. *pen*

44 neue Jägerinnen und Jäger

Wer in Deutschland die Jagd ausüben will, benötigt einen Jagdschein. Über die erfolgreiche Teilnahme an der Jägerprüfung konnten sich 2022 im Ennepe-Ruhr-Kreis 44 Männer und Frauen freuen. Drei Prüflinge fielen beim so genannten „Grünen Abitur“ mit schriftlichen, mündlichen und praktischen Aufgaben durch. „Bestehen kann nur, wer ausreichende Kenntnisse in den Bereichen Tierarten und Naturschutz, Wildkrankheiten und Jagdhunde, Waffentechnik und Landschaftsrecht sowie der Behandlung des erlegten Wildes nachweist“, erläutert Peter Größ, Sachgebietsleiter Allgemeine Ordnungsangelegenheiten der Kreisverwaltung.

Erste Hürde auf dem Weg zum Jagdschein ist dabei ein Multiple-Choice-Test mit 100 Fragen. Sind genügend Kreuze richtig gesetzt, gibt es die Zulassungen für die Schießprüfung und die mündlich-praktische Prüfung. Nicht weniger anspruchsvoll als die Schießprüfung geht es ohne Büchse und Flinte weiter. In Dreiergruppen stellen sich die Bewerberinnen und Bewerber für gut neunzig Minuten einer Prüfungskommission.

Neben der Jägerprüfung, die einmal im Jahr angeboten wird, ist die Untere Jagdbehörde auch für das Erteilen und Verlängern der Jagdscheine zuständig. „Insgesamt“, so Größ, „betreuen wir kreisweit rund 2.350 Jägerinnen und Jäger.“

187 neue Anglerinnen u. Angler

Wer eine Angel auswerfen möchte, muss vorher die Fischereiprüfung bestanden haben. 2022 stellten sich im Frühjahr und Herbst insgesamt 217 Personen den Aufgaben und Anforderungen, 187 erfolgreich.

Die Untere Jagdbehörde und die Untere Fischereibehörde sind im Schwelmer Kreishaus zu finden. Telefonisch sind sie unter der Telefonnummer 02336/93 2428 erreichbar. Informationen finden sich auch auf der Internetseite der Kreisverwaltung unter www.en-kreis.de. *pen*

Im vergangenen Jahr wurden 18 Personen eine Namensänderung erlaubt. In 13 Fällen durften Menschen ihren Familiennamen ändern, 5 Mal erhielten sie grünes Licht für einen anderen Vornamen.

Im Gegensatz zu Namensänderungen nach Eheschließungen, muss ansonsten ein wichtiger Grund vorliegen. Anerkannt werden beispielsweise schwierige Schreibweise oder Aussprache, sehr lange und umständliche Namen sowie Namen, die anstößig oder lächerlich klingen. Ebenfalls möglich ist eine Änderung des Familiennamens für Pflegekinder oder Kinder aus geschiedenen Ehen.

Die Gebühren für einen veränderten Familiennamen betragen bei einem durchschnittlichen Verwaltungsaufwand für Erwachsene rund 500 Euro, für minderjährige Kinder 250 Euro. Die Änderung des Vornamens kostet in der Regel 125 Euro. *pen*

Mobilität der Zukunft!

Wie sind Bürgerinnen und Bürger in Sprockhövel mobil? Wie kann die Mobilität in der Stadt nachhaltiger und sicherer werden? Was klappt bereits jetzt gut, wo fehlen Angebote und wo besteht Verbesserungsbedarf? Diese und andere Fragen stellen sich der Stadtverwaltung auf dem Weg hin zu einer klimafreundlichen Mobilität. Deswegen ist nun der Startschuss für die Erstellung eines Mobilitätskonzepts gefallen, in dem Leitlinien für die zukünftige Verkehrs- und Mobilitätsentwicklung in Sprockhövel entwickelt werden sollen.

Gemeinsam mit dem Kölner Planungsbüro VIA eG und der Leverkusener ISAPLAN Ingenieur GmbH erarbeitet die Stadt, Fachbereich Planen und Umwelt, in den kommenden 12 Monaten ein Rahmenkonzept für die Mobilität von morgen. Analysiert werden dafür die Themenbereiche ÖPNV und vernetzte Mobilität, Radverkehr, Fußverkehr, Autoverkehr, Straßenraum und Straßengestaltung, aber auch innovative Angebote wie beispielsweise Sharing-Angebote.

Ein ganz entscheidendes Element ist dabei die Beteiligung der Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger, deren Nutzungsverhalten wichtige Hinweise darauf gibt, welche Mobilitäts-elemente häufig eingesetzt werden, was bereits gut funktioniert und welche Bedürfnisse noch nicht zufriedenstellend abgedeckt sind. Auch die Einbindung von Vereinen, der Politik und weiteren relevanten Akteuren in der Stadt ist vorgesehen, um gemeinsam über die Mobilität der Zukunft zu diskutieren.

Was geht ab für Senioren?

Das Seniorenbüro der Stadt Sprockhövel ist eine Informations-, Beratungs- und Koordinationsstelle für die Belange älterer Bürgerinnen und Bürger und deren Angehörige.

Mit dieser aktualisierten Ausgabe steht jedem Bürger der neue Seniorenwegweiser als zuverlässiger, aufschlussreicher und aktueller Ratgeber zur Seite. Nach wie vor beinhaltet der Seniorenwegweiser die klassischen Informationen zu Hilfe, Pflege und Betreuung, Wohnen genauso wie Hinweise und Tipps zu sinngebender Beschäftigung, Freizeitangeboten und ehrenamtlichem Engagement. Ein Heft von 33 beschriebenen Seiten voller Hilfen, Anregungen und Problemlösungen. Sie finden ihn im Internet unter www.sprockhoevel.de/rathaus/gesundheits-soziales/seniorenbuero oder im Seniorenbüro, im Bürgerbüro, zurzeit Hauptstr. 44 in Niedersprockhövel, sowie in der Freiwilligenbörse, Dorfstr. 13, Haßlinghausen.



Bleibende Schönheit

Spezieller Oberflächenschutz für Terrassenplatten



Mediterraner Charme dank der rustikalen Terrassenplatte Andalusia: Die Schieferoptik der Oberfläche ist mit einer speziellen Versiegelung geschützt und die Elemente lassen sich einfach reinigen. *Foto: Kann/txn*

Terrassenplatten sind starken Einflüssen ausgesetzt. Sonneneinstrahlung, Regen, Schnee und Eis wirken genauso auf den Bodenbelag im Außenbereich ein, wie Herbstlaub oder Erdreste. Meist reicht für die Reinigung ein Besen oder wenn der Schmutz ein wenig fester sitzt Wasser, biologisch abbaubare Schmierseife und ein Schrubber. Verfügen die Terrassenplatten über eine besondere Versiegelung, gelingt die Reinigung fast von alleine.

Dafür sorgt der Hersteller „Kann“ mit einer speziellen Oberflächenbehandlung für einige seiner Terrassenplatten aus Betonstein. Diese Cleankeeper-plus-Versiegelung gibt es etwa für die stilvolle Farini- oder die rustikale Andalusia-Platte. Die Oberflächen werden bei der Herstellung mit zwei Schutzschichten versehen und mit starkem UV-Licht ausgehärtet. Das verschließt die Poren des Betons bleibend. So wird nicht nur die Oberfläche geschützt, sondern auch die Farbwirkung der Elemente bleibt dauerhaft erhalten.

Das Reinigen gelingt spielend einfach. Bleiben Erdreste oder Blätter auf den Terrassenplatten liegen, fegt man diese einfach weg. Moos oder Algen können sich erst gar nicht festsetzen. Darüber hinaus sind die Elemente sehr widerstandsfähig gegen Frost oder Tausalz und darum auch im Winter optimal geschützt. Sogar der Einsatz eines Hochdruckreinigers samt Telleraufsatz mit bis zu maximal 100 bar ist problemlos möglich - ohne dass die Außenplatten beschädigt werden. Darüber hinaus gibt es noch verschiedene Pflegemittel, mit denen die Elemente aufgefrischt werden können. Damit bleibt der ländlich-rustikale Charme der ausdrucksstarken Andalusia-Terrassenplatten oder die moderne Optik der Farini-Elemente dauerhaft erhalten. *txn*

Weitere Infos gibt es unter www.kann.de.

Gartenmöbel richtig pflegen

Holz- und Hochdruckreiniger mögen sich nicht

Terrassendeckel oder Gartenmöbel - hochwertige Hölzer kommen im Außenbereich auf eine Lebensdauer von 10-15 Jahren und länger. Wichtigste Voraussetzung: Sie werden geschützt und regelmäßig gepflegt. Um in puncto Langlebigkeit und optischer Wirkung das Maximum aus den Gartenhölzern herauszuholen, empfiehlt es sich, schrittweise vorzugehen. Am Anfang müssen Schmutz und eventuelle Grünbeläge entfernt werden. Dafür sind Hochdruckreiniger und Drahtbürsten allerdings nicht geeignet, denn beides beschädigt die Holzfasern, sodass Schmutz und Feuchtigkeit künftig noch leichter eindringen können. Stattdessen sollten spezielle Holzreiniger oder sogenannte Auffrischer verwendet werden, die es in Bau- und Fachmärkten gibt. Damit wird das Holz für die weitere Bearbeitung vorbereitet. Sobald das Holz anschließend wieder trocken ist, wird es mit



Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel

Inh. J. Lasberg
Annenstr. 87
58453 Witten

Tel.: 023 02/9 14 22 66
Fax: 023 02/9 14 22 67
Mobil: 0170/1 90 11 35

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

Nasse Wände?

Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Bobach

Lagerstr. 4, 45549 Sprockhövel

☎ 0 23 39 - 92 90 20

www.isotec-sprockhoevel.de



ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken



Für das natürliche Material Holz ist es eine große Belastung, das ganze Jahr über der Witterung ausgesetzt zu sein. Deswegen sollten Gartenmöbel und Terrassendielen aus Holz regelmäßig mit einem speziellen Holzöl vor Witterungseinflüssen geschützt werden.

Foto: shutterstock

einem speziellen Bondex Holzöl gestrichen. Das Pflegemittel gibt es in diversen Ausführungen für verschiedene Holzarten. Es dringt in das Holz ein und lässt es wieder wie neu aussehen, gleichzeitig hält das Öl schädliche UV-Strahlung und Feuchtigkeit fern. So wird am Ende nicht nur die Lebensdauer der Hölzer verlängert, sondern das Gartenleben macht auch einfach mehr Spaß, weil Garten, Terrasse und Zaun für viele Jahre wie neu aussehen. Weitere Infos unter www.bondex.de. *txn*

„Nicht Bürokratie, Handeln bringt das Ergebnis“

IMAGE sprach mit Ralf Stoffels, Präsident der IHK Nordrhein-Westfalen, über die Wirtschaft

NRW ist ein wirtschaftlich starkes Bundesland mit einem Bruttoinlandsprodukt von 733 Milliarden Euro (2021). Der EN-Kreis ist eine stark geprägte Wirtschaftsregion mit mittelständischen Betrieben. IMAGE sprach mit Ralf Stoffels (60), seit 2021 Präsident der IHK NRW. Er ist, gemeinsam mit seinem Sohn Lutz, Geschäftsführender Gesellschafter der biw Isolierstoffe GmbH mit Hauptsitz in Ennepetal. Zur biw-Gruppe gehören rund 650 Mitarbeiter.

IMAGE: Die Wirtschaft erlebt nach der Corona-Pandemie durch Ukrainekrieg, Energiekrise, Facharbeitermangel sowie gestiegene Kosten im Transport und bei vielen Materialien große Herausforderungen. Gerät der Wirtschaftsstandort NRW an seine Grenzen?

STOFFELS: Der Wirtschaftsstandort NRW ist in Gefahr. Seine Deindustrialisierung hat aus meiner Sicht bereits eingesetzt und es ist fünf nach zwölf. Keine neuen Industriegebiete, aber eine Vervielfältigung von Transport-, Material und Energiekosten. In unserem Unternehmen sind die Transport- und Rohstoffkosten um bis zu 80 Prozent gestiegen. Weil wir zu wenig Fachkräfte vor Ort haben, setzt sich unsere Mitarbeiterschaft aus 35 verschiedenen Nationalitäten zusammen. Die Lohnkosten und Steuern waren immer hoch, aber jetzt kommen Lieferkettenengpässe und hohe Energiekosten noch dazu. Die mittelständische Industrie, hinter der oft familiengeführte Betriebe stecken, ist aber an die Region gebunden. Sie kann und will nicht abwandern. Wir wollen mit dem Knowhow vor Ort bleiben und gleichzeitig unsere Heimat durch die Förderung sozialer und kultureller Projekte unterstützen. Wir sehen darin wichtige Standortfaktoren.

IMAGE: Nach Schätzungen der Auskunftei Creditreform gab es 2022 rund 14.700 Insolvenzen bei Unternehmen, 4 Prozent mehr als 2021. In NRW ist die Zahl der Pleiten entgegen dem Bundes-trend gesunken: 3700 Firmenpleiten entsprechen einem Minus von 7,3 Prozent gegenüber 2021. Trotzdem liegt NRW bundesweit nur auf Rang 13. Wie aussagekräftig sind diese Zahlen?

STOFFELS: Wenn ich auf die Wirtschaftskraft schaue, dann ist NRW immer noch das wirtschaftlich stärkste Bundesland und Südwestfalen ist die wichtigste Zuliefererregion. Wir haben, aufbauend auf Kohle und Stahl, immer noch viele Industriebetriebe. Ein Atom- und Kohleausstieg zum gleichen Zeitpunkt kann aber für ein Industrieland nicht funktionieren. Natürlich müssen Fragen zur Nachhaltigkeit gestellt werden. Aber ein Umbau der Industrie etwa auf Basis von Wasserstoff ist teuer und braucht Zeit. Ohne staatliche Unterstützung wird es nicht gehen. Wenn ein Unternehmen aufgrund der hohen Energiekosten ein Angebot bekommt, sich in den USA für zehn Jahre mit einem Festpreis von 1,5 Cent pro Kilowattstunde niederzulassen, dann muss das doch zu denken geben. Darüber hinaus macht es für mich auch keinen Sinn, Fracking abzulehnen, gleichzeitig aber LNG als Frackinggas zum mehrfachen Preis aus den USA zu importieren. Anderes Beispiel: Wir steigen hier aus der Kohle aus, importieren sie aber per Schiff aus dem australischen Tagebau. Das passt nicht zusammen.

IMAGE: Aber Nachhaltigkeit ist das industrielle Thema der Zukunft.

STOFFELS: Die Industrie macht sich Gedanken über die Einsparungen fossiler Energieträger. Wir haben es bei biw geschafft, zehn Prozent Energie bei den gasbetriebenen Öfen in der Produktion einzusparen. Das dürfte auch der Wert für andere NRW-Industriebetriebe sein. Wenn man aber gasbetriebene Brenner durch Modelle ersetzen würde, die auch eine Öl- oder Stromverwendung möglich machen, kann das doch wohl nicht im Sinne der Umwelt und der Kosten sein.

IMAGE: Seit der Corona-Pandemie ist das Stichwort Homeoffice in aller Munde. Vor allem im Hinblick auf die Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf gilt es als zukunftsweisend. In der Industrie

sind viele Arbeitsplätze nicht im Homeoffice möglich. Wie kann man die Vereinbarkeit von Beruf und Familie bzw. Pflege/Betreuung fördern?

STOFFELS: Seit zehn Jahren gibt es im EN-Kreis das Netzwerk „Vereinbarkeit von Pflege und Beruf“. Auch unser Unternehmen ist hier Mitglied. Wir versuchen, individuelle Lösungen für die betroffenen Personen zu finden. Das gelingt, weil die Entscheidungsträger der mittelständischen Industrie vor Ort sind und mit den Mitarbeitern sprechen, weil sie ein Interesse an Lösungen haben. Klar ist aber auch, dass man in der Industrie seinen Beruf nicht komplett im Homeoffice ausüben kann.

IMAGE: Stichwort Globalisierung: Wir müssen mit Abhängigkeiten durch die Globalisierung leben. Gibt es eine Kehrtwende zu Deutschland oder NRW first?

STOFFELS: Die Globalisierung lässt sich nicht zurückdrehen. Der deutsche Markt ist für die Industrie nicht ausreichend. Wenn wir nicht weiter wachsen, dann schrumpfen wir. Und wenn wir schrumpfen, dann wachsen andere. Wir müssen auch in Zukunft ein weltweit vernetzter Industriestandort bleiben. Viele Rohstoffe, die unsere Industrie benötigt, kommen aus der ganzen Welt. Beispielsweise Silicium. Es kommt zu 80 Prozent aus China und wir brauchen es zum Beispiel für die Mikroelektronik oder die Photovoltaik. Auch eine wertebasierte Außenpolitik muss wirtschaftliche Abhängigkeiten in einem globalen Markt zur Kenntnis nehmen.

IMAGE: Die Politik ist verantwortlich für die Rahmenbedingungen zur wirtschaftlichen Entwicklung. Welche Forderungen haben Sie?

STOFFELS: Den Abbau der Bürokratie. Wenn man heute etwas vereinfachen möchte, ist das Ergebnis: Man behält die alte Regel und es kommt eine noch eine weitere dazu. Ein Beispiel: Um Zwangs- und Kinderarbeit in den Lieferketten auszuschließen - was jeder Unternehmer will - gibt es das Lieferkettensorgfaltspflichtengesetz. Das Gesetz ist ab 1. Januar 2023 für in Deutschland ansässige Unternehmen mit mind. 3.000 Beschäftigten und ab 1. Januar 2024 mit mind. 1.000 Beschäftigten anwendbar. Dazu hat das Bundesamt für Wirtschaft und Außenkontrolle 458 Fragen zur Beantwortung an die Unternehmen herausgegeben. Bürokratie bindet Ressourcen und führt zu Nachteilen innerhalb der EU und weltweit. Die Bürokratie bringt nicht das Ergebnis, sondern das Handeln. anj

Ralf Stoffels

Ralf Stoffels (60) ist Geschäftsführender Gesellschafter der biw Isolierstoffe GmbH mit Hauptsitz in Ennepetal sowie weiteren Standorten in Iserlohn, Polen und China. Gemeinsam mit seiner Tochter Ina führt er die Ralf Stoffels Stiftung für Jugend, Soziales, Kultur und Stadtentwicklung in Schwelm und Nachbarstädten. Zu seinen zahlreichen Ehrenämtern gehört seit 2016 das Amt des Präsidenten der SIHK zu Hagen und seit 2021 das Amt des Präsidenten der IHK NRW als Nachfolger von Thomas Meyer. Privat interessiert sich der Familienmensch für Basketball, Musik und Kultur und ist Mitglied im Schwelmer Kulturausschuss.



Ralf Stoffels, Präsident der IHK NRW und der SIHK. Der 60-Jährige ist Geschäftsführender Gesellschafter der biw Isolierstoffe GmbH. Foto: privat

IN TRAUER UND ERINNERUNG

Trauerbewältigung

Auf den Tod eines geliebten Menschen folgt der Prozess des Trauerns.

Er hilft den Hinterbliebenen, Abschied zu nehmen und ein Leben ohne den Verstorbenen zu beginnen. Mit aktiver Trauerhilfe können Sie diesen Prozess unterstützen. Wenn Sie selbst betroffen sind, können verschiedene Maßnahmen Ihre Trauerbewältigung fördern. Jeder Mensch trauert anders und alle Menschen brauchen unterschiedlich viel Zeit, um einen Verlust zu verarbeiten. Wichtig ist, dass Sie die Trauer uneingeschränkt zulassen. Machen Sie sich bewusst, dass Trauern ein notwendiger Heilungsprozess für die Seele ist. Es ist gesund und sollte nicht unterdrückt werden. Sie können selbst den Prozess der Trauerbewältigung unterstützen und beschleunigen. Aktive Trauerarbeit hat viele Gesichter. Die folgenden Verhaltensweisen können Ihnen dabei helfen, Ihren Verlust zu verarbeiten und seelisch zu heilen.

Lassen Sie die Trauer zu

Dieser bereits genannte Punkt ist sehr wichtig. Wenn Sie Ihre Emotionen deckeln, unterdrücken Sie auch den Heilungsprozess. Lassen Sie negative Gefühle wie Schmerz und Verzweiflung zu und schämen Sie sich nicht, Ihre Trauer zu zeigen. Tränen reinigen die Seele und können Sie von großen Belastungen befreien.

Gehen Sie zur Beerdigung

Nehmen Sie an der Bestattung teil und nutzen Sie die Trauerfeier zur Abschiednahme. So schmerzhaft es ist, einen geliebten Menschen unter die Erde zu bringen, so wichtig ist es für die Trauerbewältigung: Es hilft, den Tod zu begreifen und zu verarbeiten.

Sprechen Sie über die Trauer

Reden Sie mit Menschen, die Ihnen nahestehen, über Ihre Gefühle. Es wird Sie befreien. Es tut gut, sich anderen mitzuteilen, und es kann Ihren großen Schmerz lindern.

Schreiben Sie auf, was Sie bewegt

Wenn es Ihnen schwerfällt, mit anderen über Ihre Trauer zu reden, können Sie sich schriftlich ausdrücken. Schreiben Sie ein Tagebuch oder verfassen Sie einen Brief an den Verstorbenen. Teilen Sie alles mit, was Sie bewegt und aufwühlt. Es spielt keine Rolle, wenn es niemand liest. Sie tun dies nur für sich.

Lenken Sie sich ab

Wenn Sie zum Grübeln neigen und Ihre Gedanken den ganzen Tag um den Verstorbenen kreisen, kann Ihnen Abwechslung guttun. Manche Menschen stürzen sich in die Arbeit, andere treiben Sport, treffen Freunde oder erledigen Aufgaben, die sie seit Langem vor sich hergeschoben haben. Neben der Ablenkung wird es Ihnen abends auch leichter fallen einzuschlafen.

Tun Sie sich etwas Gutes

Gönnen Sie sich etwas, das Ihnen normalerweise Freude macht. Es braucht nur eine Kleinigkeit zu sein, doch sie kann Ihnen helfen, Kraft zu tanken. Ein Spaziergang, ein Restaurantbesuch, eine Massage oder eine Shoppingtour sind kleine Schritte auf dem Weg zurück in ein selbstständiges, selbstbestimmtes Leben.

Lernen Sie aus der Trauer

Sogar aus dem Verlust eines geliebten Menschen können viele Trauernde etwas Positives ziehen. Die schmerzhafteste Erfahrung zeigt ihnen, dass Abschiednehmen zum Leben gehört. Vielleicht bedauern Sie, dem Verstorbenen manches nicht mehr gesagt oder wichtige Ange-

Wir mussten Abschied nehmen

**Prof. Dr.
Ekkehard Wolfgang Blattmann**
* 26. August 1936 † 28. Dezember 2022

„Wabres Genie ohne Herz – ist Unding –
denn nicht hoher Verstand allein;
nicht Imagination allein;
Nicht beide zusammen machen Genie-
Liebe, Liebe, Liebe ist die Seele des Genies.“

*Eintrag von Nikolaus von Jaquin
in Mozarts Stammbuch*

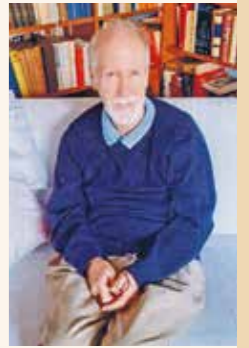
„Wir sind sterblich, wo wir lieblos sind,
und unsterblich, wo wir lieben.“

Karl Jaspers

**Für Dich war sterben – heimgehen.
Wir durften Dich begleiten,
nun begleitest Du uns.**

*Barbara Hoth-Blattmann
Moritz Blattmann mit Theodor
Theresia Blattmann mit León und Nuka
Eva Baader mit Familie*

*Kondolenzadresse: Familie Blattmann
Finkenweg 12, 45549 Sprockhövel*



legenheiten nicht rechtzeitig geregelt zu haben? Manche Menschen ändern ihre Gewohnheiten nach der Erfahrung des Todes und sie beginnen, das Vorhandene mehr zu wertschätzen. Werden Sie sich klar darüber, was Ihnen am meisten bedeutet, und geben Sie den wichtigen Dingen mehr Platz in Ihrem Leben.

„Meine Bestattung.
Reicht da
kein Sparbuch?“

Im Pflegefall verlangt das Sozialamt,
dass Ihr Sparkonto aufgelöst wird.
Schützen Sie Ihr Geld
mit einer Bestattungsvorsorge.



Wir sind zertifizierte Bestatter.
Lassen Sie sich von uns beraten.

Bestattungen Hilgenstock, Inh. Heinz-Günter Sirrenberg e.K. Telefon 0 23 24 / 73 489
Hattinger Straße 24, 45549 Sprockhövel | info@bestattungen-hilgenstock.de | www.bestattungen-hilgenstock.de

Besucherbergwerk hat neues geschmiedetes Eingangstor



Das neue Tor des Besucherbergwerks ist fertig.

„Wir haben jetzt ein neuen stabileren und passenderen Einstieg für unseren historischen Erbstollen mit dessen faszinierendem Mundloch“, so Lasse Knährich, Vorsitzender des Vereins Bergbauaktiv Ruhr e.V. „Was zunächst einfach aussieht, bedurfte einer individuellen Fertigung. Der Sprockhöveler Hufschied Phillip Gopon ist auch Kunstschmied. Mit seinem Herzblut, seiner Leidenschaft und der finanziellen Unterstützung des Vereins ZUKUNFT.ENNEPE.RUHR konnte nun der Zugang sicherer und zugleich besser gemacht werden.“

Im Sommer, wenn es wärmer ist, haben wir noch ein paar weitere Ideen, wie wir es noch besser machen bzw. noch mehr aus Sprockhövel abstimmen können. Der Kunstschmied wird dann noch einmal seiner Kreativität für unsere Heimat freien Lauf geben. Knährich weiter: „Jetzt haben wir erst einmal ein neues Eingangstor mit Schlägel und Eisen, auch bekannt als Gezähe. Es geht bei uns stetig weiter. Aber dieses neue Besucherbergwerk, welches aus den Kinderschuhen nun erwachsen ist, ist kein Projekt, was mal eben entsteht. Nur dank der vielen selbstlosen Unterstützungen der Vereinsmitglieder, der umliegenden Unternehmen und natürlich der vielen Stiftungen, kann so etwas gelingen. DANKE für die Unterstützung. Auch für 2023 haben wir noch einige Pläne. Es wird nicht langweilig.“



Die Einweihung erfolgte mit dem Sprockhöveler Jubiläums-Gin der Firma Habel.



Der Verein Bergbauaktiv Ruhr e.V. freut sich über eine Spende in Höhe von 252,20 Euro. Lasse Knährich (2. re.), 1. Vorstandsvorsitzender des Vereins, nahm die Spende von Christiane Beumer und Oliver Tollnick (beide: Wirtschaftsförderung) sowie Jan Schotte (li. im Bild; Restaurant Sukhothai) – die allesamt zum Organisationsteam des Festes „Feiern unter Freunden“ (FuF) gehören – freudig entgegen.

Wasser vom Erbstollen für den Pleßbach



Im trockenen Sommer war es das Wasser aus dem Erbstollen, das den bis dahin ausgetrockneten Pleßbach wieder mit Wasser gespeist hat. Das gesamte Jahr über ist das Wasser etwa 9 Grad warm/kalt. Bei einer Außentemperatur von -11 Grad war dies nun ein Temperaturunterschied von 20 Grad. Es gibt eine besondere Flora. Oberhalb der Wasserssole gefriert so gut wie nichts. Das im kalten Winter dann im Verhältnis warme Wasser verdampft teilweise nach oben und erschafft auf den ersten 20 Zentimeter eine Pflanzenwelt, die nie gefriert.

Gerissene Haustiere

War es in Ennepetal ein Wolf?

Passiert auch nicht jeden Tag: in Ennepetal wurden gerissene Haustiere gefunden und dazu passend „wolfsähnliche“ Tiere gesichtet. Simon Nowak, Vorsitzender der Kreisjägerschaft im Ennepe-Ruhr Kreis, gibt sich aber zurückhaltend: „Gewissheit gibt nur eine DNA Probe.“ Die bisher zu verwertenden DNA-Proben enthielten bislang die DNA von Hunden.

Nowack erklärt weiter, dass Wölfe selten gesichtet werden, da sie dem Menschen eher ausweichen. Es sei aber Vorsicht geboten: Im Fall einer Begegnung sollte sich der Mensch respektvoll und ruhig verhalten und vor allem auf Abstand achten, damit der Wolf einen Raum für den Rückzug behält. Wenn der Wolf sich wider Erwarten nicht zurückzieht, kann der Mensch ihn laut ansprechen oder in die Hände klatschen, um sich bemerkbar zu machen. Nie den Wolf anlocken oder vor ihm weglaufen, könnte ein Verfolgungsverhalten des Tieres mit ungutem Ende auslösen. Sollte der Wolf sich jedoch von sich aus nähern, ruhig stehen bleiben, sich groß machen, um den Wolf einzuschüchtern. Bei Nutztierschäden rät Bastian Dobberstein, Hegeringleiter in Ennepetal, den Tierhaltern, sich innerhalb von 24 Stunden beim Landesumweltamt unter 02361-305-0 und außerhalb der Geschäftszeiten unter 0201-714488 zu melden. dx

Erinnern Sie sich eigentlich noch an die Traglufthalle?

IMAGE wollte wissen, was aus der sündhaft teuren, aber kaum genutzten Unterkunft wurde

Sie war strahlend weiß, 72 Meter lang und 36 Meter breit. Schon ziemlich groß, was sich da wie ein UFO in den blau-weißen Himmel von Sprockhövel wölbte. Die Hallenfläche von rund 1500 Quadratmetern sollte ab Ende 2016 Flüchtlinge aufnehmen und stand an der Hiddinghauser Straße, wo heute die neue Feuerwache Nord sowie der Bauhof stehen. Der Bau und die Halle kosteten die Stadt Sprockhövel damals satte 2,8 Millionen Euro. Die Lebenserwartung der weißen Halle wurde auf 20 bis 25 Jahre geschätzt. Sie war nicht schön, aber zumindest solide - das war die Expertenmeinung.



Die Traglufthalle - ein optisch und auch in ihrer Funktion eher unrühmliches Kapitel Sprockhöveler Flüchtlingsgeschichte.

Viel heiße Luft

Die Zahl der dort lebenden Flüchtlinge blieb allerdings stets sehr überschaubar. Durchaus zum Glück für die geflüchteten Menschen, denn Privatsphäre gab es dort eher nicht. Ausgelegt war die Halle für 240 Personen, doch selbst die Stadt erklärte damals, nicht mehr als 150 Menschen zeitgleich dort unterbringen zu wollen. Erreicht wurde diese Zahl nie - im Gegenteil. De facto waren es im Dezember 2016 nur 22 Personen, Anfang Oktober 2017 waren es 17 Personen - und dazwischen gab es auch nie sehr viel mehr.

Trotzdem kostete die Halle viel Geld. Jeden Monat schlug sie mit Kosten von rund 20.000 Euro zu Buche. Energie und Sicherheit waren die Hauptkostenträger - denn wie der Name sagt: eine TragLUFThalle muss zum Überleben dauerhaft im Betrieb sein. Manche Diskussionen kommen über heiße Luft nicht hinaus - doch die warme Gebläseluft war finanziell kein Pappenstil. Hinzu kam die Versorgung mit Essen durch ein Cateringunternehmen, gerechnet mit 280 Euro pro Person und Monat - wenn denn Menschen in der Halle waren. Doch schon 2018 war es mit der Halle wieder vorbei. Sie wurde abgebaut und von dem weißen Luftsack blieben nur noch fünf Paletten von je zwei mal zwei Meter übrig. Jetzt, im verfluchten siebten Jahr nach der Hallennut-



Baustelle Traglufthalle: Heute stehen hier die neue Feuerwache Niedersprockhövel und der Bauhof. Die teuren Reste der Halle liegen auf fünf Paletten. Fotos: Pielorz

zung wollten wir wissen: Wo ist sie eigentlich?

Irgendwo zwischen der Feuerwache und dem Bauhof liegt sie also - vermutlich alle fünf Paletten.

Für was auch immer gebraucht und dem Bauhof liegt sie also fertig scheint sie jedenfalls nicht mehr zu sein. anja

Eingelagert und ausverkauft

Und weil es mittlerweile unter der neuen Bürgermeisterin Sabine Noll auch den ein oder anderen neuen Mitarbeiter gibt, war die Antwort auf die Frage nicht so einfach. Vielleicht hatte man das unrühmliche weiße Zelt auch einfach verdrängt. Die Antwort der Pressestelle kam dann kurz und knapp: „Nach interner Rücksprache kann ich Ihnen mitteilen, dass die Traglufthalle sich noch an dem Ort befindet. Darüber hinaus wurden in der Vergangenheit Einzelteile des Traglufthallensystems verkauft.“

Kommentar: Aus Fehlern lernen

Das ist ein Thema, über das ich mich bis heute ärgere. Die Traglufthalle war in der Politik nicht unumstritten. Gekommen ist sie schließlich trotzdem und zum Glück nicht, um zu bleiben. Nach zwei Jahren, in denen sie kaum Menschen beherbergen musste, war die Luft raus und das Gebläse für den notwendigen Luftdruck konnte abgestellt werden. Ich weiß nicht, wie Sie das sehen - aber für mich sind 2,8 Millionen Euro plus die monatlichen Unterhaltungskosten richtig viel Geld. Klar, im Nachgang ist man immer schlauer. Zumindest sollte man also aus Fehlern lernen. Bund und Land müssen verstehen: Wo es keinen Wohnraum gibt, kann auch niemand wohnen. Zuweisungen lösen die Herausforderungen nicht. Denn ein Boot darf, um sich über Wasser zu halten, auch nicht zum Kentern gebracht werden. Dr. Anja Pielorz



Wie vermeide ich Abfall? Wie funktioniert eigentlich Recycling? Warum ist Ressourcenschonung so wichtig?

Zu diesen Fragen gab es in der Turnhalle der Gemeinschaftsgrundschule Gennebreck eine ganz besondere Aufführung: Die sogenannten „Wertstoffprofis“ waren mit ihrem Lerntheater für die dritten und vierten Klassen zu Gast. Wissensvermittlung als interaktives Bühnenprogramm – so lautet das Konzept des Lerntheaters der Wertstoffprofis. Moderiert wurde der etwas andere Unterricht zum Thema Wertstoffe von gelernten Pädagogen mit Schauspielerfahrung. Kurzweilig und anschaulich haben sie erläutert, wie wichtig Ressourcenschonung ist, und haben die Kinder und auch die Lehrerinnen und Lehrer mit auf eine interaktive Reise in die Welt der Wertstoffe und des Recyclings genommen.

„Es ist wichtig, Kinder und Jugendliche schon früh für das Thema Abfallvermeidung und Ressourcenschonung zu sensibilisieren“, so Susanne Görner, Fachbereichsleitung Umwelt/Planen/Bauen/Wohnen bei der Stadtverwaltung. „Umso schöner ist es, wenn dabei die Lern-

inhalte spielerisch vermittelt und alters- und interessengerecht auf die jeweilige Zielgruppe angepasst werden“, so Görner. Elektronische Hilfsmittel kommen bei den Kindern, die eine Medienwelt voller Spaß und Unterhaltung gewohnt sind, gut an. Eine interaktive Tafel und vielfältige Präsentationsmedien haben nicht nur das Interesse, sondern vor allem auch Neugier bei den Kindern geweckt. Und haben so die besten Voraussetzungen für einen, im wahrsten Sinne, nachhaltigen und erfolgreichen Unterricht zum Thema Wertstoffe und Recycling geschaffen.

Das Bildungsprojekt „Die Wertstoffprofis“ wurde von REMONDIS extra für Kindergärten und Schulen entwickelt, um Kinder und Jugendliche für das Thema Ressourcenschonung zu sensibilisieren. Das Ziel der Umwelterziehung ist, zu vermitteln, dass Abfälle eigentlich keine Abfälle sind, sondern aus kostbaren Rohstoffen produzierte Wertstoffe. Und dass jeder zu Hause mit Abfalltrennung helfen kann, diese Wertstoffe in den Kreislauf zurückzuführen und wieder nutzbar zu machen.

zahlt der Kreis den Städten zudem weiterhin 20 Euro. Dies ist Geld, das an die Bürger zurückfließt.

Die vom Kreistag beschlossenen Beträge sind allerdings nur gut zur Hälfte für das verantwortlich, was die Bürger jährlich an Müllgebühren zahlen. Mit ihnen werden die Kosten für das Entsorgen und Verwerten des Abfalls sowie notwendige Transporte von den Umlade- zu den Entsorgungsanlagen gedeckt. Die andere Hälfte der Gebühren wird für das Einsammeln in den Städten fällig. Hierfür sowie für die Gebührenbescheide, die in den Briefkästen der Haushalte landen, sind die Städte verantwortlich.

Bürger, die Abfälle zu den Umlageanlagen in Gevelsberg und Witten bringen, profitieren ebenfalls von unveränderten Gebühren. Die Tarife für private Anlieferungen mit dem PKW lauten weiterhin 20 Euro für Rest- und Sperrmüll sowie für Bau- und Abbruchabfälle und 7,50 Euro für Biomüll. Altfreifen kosten pro Stück zukünftig 9 statt bisher 7 Euro. Für Garten- und Parkabfälle steht weiterhin ein Rabattsystem zur Verfügung. 25 Euro erlauben fünfmaliges Anliefern. Insgesamt rechnet der Kreis 2023 mit rund 86.330 Tonnen Hausmüll, davon 47.700 Tonnen Restmüll, 12.800 Tonnen Sperrmüll und 25.830 Tonnen Biomüll. Dazu kommen aus den privaten Haushalten weitere 22.690 Tonnen Altpapier und rund 380 Tonnen so genannter Problemabfälle.

Stichwort: Entsorgungswege im Ennepe-Ruhr-Kreis

Seit 2005 übernimmt der EKOCity Abfallwirtschaftsverband für den Ennepe-Ruhr-Kreis die thermische Behandlung, die mechanische Aufbereitung sowie das Vorbehandeln und Beseitigen von Abfällen. EKOCity gehört seit Jahren zu den günstigsten Entsorgern in Nordrhein-Westfalen. Aktuell liegen die Kosten pro Tonne Rest- und Sperrmüll bei 140,32 Euro. Für den Biomüll gilt seit Anfang 2013: Dieser wird in einer Anlage in Witten-Bebelsdorf zu Biogas vergoren. Zwei Blockheizkraftwerke wandeln das Gas in Strom für 2.500 Haushalte und Wärme um. Quasi nebenbei werden 4.000 Tonnen Kohlendioxid vermieden. *pen*

Abfallkosten stabil

Müllgebühren im EN-Kreis fast unverändert



Foto: Panthermedia

Alle Jahre wieder: wie regelmäßig in den letzten zwei Jahrzehnten konnte die Kreisverwaltung der Politik auch für 2023 nahezu unveränderte Müllgebühren vorschlagen. Folglich wenig überraschend: die entsprechende Vorlage wurde in der letzten Sitzung des Kreistages im vergangenen Jahr einstimmig verabschiedet. Damit kalkuliert der Ennepe-Ruhr-Kreis 2023 mit folgenden Zahlen: pro 1.000 Kilo Rest- und Sperrmüll müssen die Städte dem Kreis 175 Euro überweisen, für Biomüll 125 Euro und für Bauschutt 65 Euro. Im Vergleich zu 2022 bedeutet dies für Rest- und Sperrmüll ein Plus von 5 Euro, die Beträge für Biomüll und Bauschutt bleiben unverändert. Pro Tonne Altpapier

15 neue Satellitentelefone

Festnetz, Mobilfunknetz, Internet - Kommunikationswege, die Tag für Tag scheinbar problemlos funktionieren. In Krisensituationen wie einem Stromausfall oder einem Unwetter kann auf diesen Kanälen allerdings zeitnah Funkstille drohen. Ohne Energie stellen die Funkmasten, die das Handynetz knüpfen, beispielsweise nach kurzer Zeit ihren Dienst ein. Gleiches gilt für Festnetz- und Internetanschlüsse. Damit die Krisenstäbe und Stadtverwaltungen sich in einer solchen Lage noch austauschen können, können die Verantwortlichen ab sofort auf Satellitentelefone und damit auf einen krisensicheren Kanal zurückgreifen.

Satellitentelefone sind für die Kreisverwaltung keine Neuerung, bereits seit einiger Zeit stehen den Bereichen 3 Geräte zur Verfügung. Die jetzt beschafften 15 Geräte mit Zusatzantennen sind vorzugsweise für den Austausch zwischen Kreishaus und Rathäusern bestimmt. Beschlossen worden war das Anschaffen der Geräte – Kostenfaktor rund 15.000 Euro – bei einem Treffen, in dem Kreis und Städte sich über notwendige Vorbereitungen und mögliche Verbesserungen im Zusammenhang mit der Energiemangellage ausgetauscht haben.

Stichwort Satellitentelefonie

Ein Satellitentelefon stellt die Verbindung für Daten oder Gespräche über einen Satelliten her. Die Verbindung zum Telefon erfolgt dabei direkt zu einem Satelliten. Der Satellit wiederum leitet den ankommenden Anruf direkt an ein weiteres Satellitentelefon oder an eine zentrale Vermittlungsstelle auf der Erde weiter. Diese Stelle speist das Gespräch dann gegebenenfalls in das öffentliche Telefonnetz ein. Die Leitstelle der Kreisverwaltung, die die Einsätze der Feuerwehren und des Rettungsdienstes koordiniert, ist mit Notstromaggregaten sowie durch Digital- und Analogfunk ausgestattet. Ähnliches gilt für die Feuerwachen der Städte und die Einsatzfahrzeuge. Auch hier ist der Einsatz von Satellitentelefonen als Rückfallebene zur Verbindung der Zentralfeuerwehrstandorten mit der Leitstelle vorgeplant. Gleiches gilt für die Notfallverbindung zwischen den Zentralstandorten der Hilfsorganisationen (Arbeiter-Samariter-Bund, Deutsches Rotes Kreuz, Johanniter Unfallhilfe) sowie der THW Standorte Hattingen, Schwelm, Wetter und Witten mit einer zentralen Einsatzleitung des Kreises. *pen*

2.000 x 1.000 Euro für das Engagement

Landesprogramm unterstützt Ehrenamtliche im Ennepe-Ruhr-Kreis

Engagierte zivilgesellschaftliche Organisationen und Initiativen im Ennepe-Ruhr-Kreis können in diesem Jahr erneut vom Landesprogramm „2.000 x 1.000 Euro für das Engagement“ profitieren.

Anträge sind ab sofort möglich Landesweit sollen wieder 2.000 Vorhaben gefördert werden, die das bürgerliche Engagement stärken. Anträge können ab sofort also gestellt werden.

Das Schwerpunktthema lautet in diesem Jahr „Zukunft gestalten – nachhaltiges Engagement leben“. Als beispielhafte Ideen, die unter dieser Vorgabe den Festbetrag 1.000 Euro erhalten können, nennt das Land unter anderem die Einrichtung und den Betrieb von Repair-Cafés in Heimathäusern oder Vereinsheimen, den Aufbau eines Gemeinschaftsgartens in der Nachbarschaft.

Die ehrenamtlich Engagierten leisten einen unverzichtbaren Beitrag für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft.

Landesregierung engagiert sich „Daher ist das Ziel der Landesregierung, genau sie und ihre Organisationen und Initiativen zu unterstützen, ein guter Ansatz“, wirbt Landrat Olaf Schade für das Mitmachen. Grundvoraussetzung für die Förderung sind Projektmindestausgaben von 1.000 Euro. Hierauf nicht angerechnet werden die Kosten, die unabhängig vom Projekt angefallen wären. Zum Beispiel Kosten für Büromieten, Internetverträge oder Kontoführungsgebühren.

Projekte. Schnell sein lohnt sich „Landesweit stehen zwei Millionen Euro zur Verfügung, davon fließen 39.000 Euro in den Ennepe-Ruhr-Kreis. Gefördert

kultur.kirche.herzkamp

Sonntag, 29. Januar,
17 Uhr bis 19 Uhr

Musikalische Lesung mit Nina Hoger

Eine wundersame Rettung – Tamar, ein Kinderschicksal im Holocaust

Die wahre Überlebensgeschichte eines jüdischen Mädchens im Holocaust, gesprochen von der Schauspielerin Nina Hoger und Sofia Bertolo. Mit jiddischen Liedern aus dem Wilnaer Ghetto und Instrumentalmusik, gespielt von Roswitha Dasch und dem Finkenstein Trio.



Nina Hoger spricht die Mutter

Eintritt frei

Sinfonieorchester Wuppertal

Freitag, 24. Februar,
19.30 bis 21.30 Uhr

Uptown Classics /3 – TAL-STATION

Gespielt wird in Kammerorchesterbesetzung ein reines Bach-Programm: JOHANN CHRISTOPH FRIEDRICH BACH Sinfonie Nr. 3 d-Moll WFV I:3 JOHANN SEBASTIAN BACH Brandenburgisches Konzert Nr. 5 D-Dur BWV 1050 CARL PHILIPP EMANUEL BACH Konzert für Violoncello

kultur.kirche.herzkamp | Evangelische Kirche Herzkamp
Elberfelder Straße/ Barmer Straße, Sprockhövel
Kontakt: Hans-Werner Zielis | Tel. 0151 11564103
E-Mail: hwz@kultur-kirche-herzkamp.de

Impressum

Titelbild: Kalenderfoto Januar 2021, Foto: U. Auffermann
Herausgeber: Monika Kathagen ☎ 02302/9838980
Wasserbank 9, 58456 Witten
Verlag und Redaktion: Kathagen-media press
E-Mail: info@image-witten.de
www.image-witten.de
Anzeigen und Redaktion: Barbara Bohner-Danz, Matthias Dix, Monika Kathagen, Jessica Niemerg, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter (Es gilt die Verlagsanschrift)
Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum
Druck: BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn
Erscheinungsweise und Auflage: Monatlich, kostenlos, Auflage 16.500 Exemplare. Haushaltsverteilung unter anderem in Niedersprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen.
Es gilt die Preisliste Nr. 7 ab Ausgabe 4/2022. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 2.3.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 15.2.2023

Ooh, ist das gemütlich!



Ihr **W**ohn-Spezialist bei allen Einrichtungsfragen!

Über
120.000
Artikel
auf [ostermann.de](https://www.ostermann.de)
im Online-Shop

OSTERMANN.de

Das Zuhause des Wohnens

WITTEN

A44, Abf. Witten-Annen  Gewerbegebiet Annen
Fredi-Ostermann-Straße 1 · 58454 Witten · Telefon 02302.9850

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

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo - Sa: 10.00 - 19.00 Uhr