

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



Das Kinder- und Jugendparlament mit Bürgermeisterin Sabine Noll und dem Organisationsteam der Stadtverwaltung bei der Eröffnung der Pumptrack-Anlage in Hattingen-Holthausen. Lesen Sie auch den Bericht auf Seite 11.
Foto: Stadt Sprockhövel

Sie planen eine Feier und ihr Kühlschrank ist zu klein?

Kein Problem, neben einer großen Auswahl an Fleisch- und Fischspezialitäten sowie Getränken liefern wir einen Kühlwagen mit! Sprechen Sie uns gerne an!



EDEKA Winter

Dorfstraße 21
45527 Hattingen-Holthausen
Telefon 023 24 / 93 50 98



Liebe Leser, das Thema Fortbewegung beschäftigt uns alle tagtäglich. Wie komme ich zur Arbeit – mit dem Auto? Den öffentlichen Verkehrsmitteln? Oder gar zu Fuß oder mit dem Fahrrad? Da liegt es doch nicht fern, dass wir in dieser Ausgabe einiges zu diesem Thema zu berichten haben. Allem voran steht das Fest der Autoparty am 13. und 14. Mai in Hattingen bevor. Dort gibt es natürlich einiges zu bestaunen. Von diversen Autoneuheiten, über Musik, Speis und Trank ist dieses Fest etwas für die ganze Familie. Aber Achtung! Dieses Jahr findet es nicht, wie gewohnt, an der Henrichshütte statt – dieses Jahr ist der Rathausplatz die neue Location. Alles rund um das Thema finden Sie auf unseren Sonderseiten 16 und 17.

Was es für Alternativen zur täglichen Autonutzung gibt, damit befasst sich Bürgerwerkstatt und sammelt Ideen zur Mobilität der Zukunft, mehr dazu lesen Sie auf Seite 6. Eine Alternative ist zum Beispiel das Fahrrad. Passenderweise, wenn auch eher für vergnügliche Zwecke, wurde die neue Pumptrackanlage eingeweiht. Was das ist und wer sie nutzen kann, erfahren Sie auf Seite 10. Aber auch zu Fuß ist man gut unterwegs. Zum Beispiel beim Wandern. Wer das noch ein bisschen aufpeppen möchte, der kann sich seit neustem in ein interaktives Mikroabenteuer vor der eigenen Haustür stürzen. Neun Burgen gibt es hier bei uns im Umkreis zu entdecken. Alles zum Thema finden Sie auf Seite 13.

Also nichts wie los – raus in die Natur oder auf das Fest der Autoparty. Unsere Region hat so viele schöne Ecken zu bieten, die nur darauf warten entdeckt zu werden. Auf gehts! *Ihre Image-Redaktion*



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

Psychische Gesundheit – Was ist das eigentlich?

Viele Faktoren spielen dabei eine Rolle, dabei sicher am wenigsten, welche Dinge als normal und damit als „Norm“ empfunden werden. Generell ist es eher entscheidend, ob wir mit uns selbst und unserer Umwelt „im Reinen“ sind. Das bedeutet nicht, dass wir uns keine negativen Gefühle wie Angst, Ärger, Wut oder Trauer zugestehen dürfen. Eher ist damit gemeint, dass auch die psychische Verarbeitung schwieriger Situationen mittel- oder langfristig gelingt.

Verschiedene Voraussetzungen sind für eine gelingende Verarbeitung wichtig, wenn uns im Alltag herausfordernde Situationen begegnen. Inwieweit wir psychisch resilient (widerstandsfähig) sind, hängt auch im Wesentlichen davon ab, ob wir zu einer positiven Grundhaltung gegenüber dem Leben gelangen können und inwieweit wir auch flexibel und stabil auf die ständig wechselnden Anforderungen reagieren können. Vieles davon hängt mit dem Kern der Persönlichkeit zusammen und manche Menschen sind deutlich widerstandsfähiger als andere oder haben eine grundsätzlich positivere Lebenseinstellung. Trotzdem gibt es auch einen großen Anteil in jeder Persönlichkeit, die durch Lernen und Erfahrung geformt werden kann. So können wir zum Beispiel (auch mit Hilfestellung) lernen, wie unsere Innenwelt beschaffen ist und welche Bedürfnisse und Emotionen für uns ganz individuell wichtig sind. Im Gespräch mit anderen Menschen – das kann auch ein Coach oder ein Therapeut sein – lernen wir uns durch den Abgleich mit anderen besser kennen. Durch professionelle Unterstüt-



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 24/902 35 23 (24 Std. erreichbar)



IT-Systemhaus Ruhrgebiet*

WIR DENKEN DIGITAL

und suchen ab sofort:

Zwei Bürofachkräfte (m/w/d) auf 520 € - Basis

Wir sind auf der Suche nach Menschen mit dem Wunsch nach Herausforderung, die anpacken, Probleme lösen, sich in agilem Umfeld wohlfühlen und Lust auf Teamwork haben.

Beginn: ab sofort
Stundenlohn: ab 15 € (nach Qualifikation)
Arbeitsort: Witten

Und nun? Bewirb dich doch einfach bei uns!

Per E-Mail an: karriere@systemhaus-ruhrgebiet.de
Telefon: 02302 98141 00
Mehr Informationen unter: itsr.ruhr/karriere

Wir freuen uns auf Dich!

zung wird ebenso die Fähigkeit, über Bedürfnisse und Emotionen zu sprechen, verbessert und erweitert.

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die Art, wie unsere Psyche Erlebtes verarbeitet. Die bekannte Frage „Ist das Glas halb voll oder halb leer?“ steht dabei für die verschiedenen Möglichkeiten, die Dinge eher positiv oder eher negativ zu betrachten. Auch hier ist es möglich, den Verarbeitungsprozess aktiv mitzugestalten und dadurch z.B. eine positivere Bewertung der Situation zu erreichen. Dazu muss man verstehen, wie ein solcher Prozess abläuft. Wenn das Verständnis da ist und auch das Wissen zu dem, was individuell die kritischen Punkte in der Bewertung von Situationen sind, können danach auch Methoden trainiert werden, die wiederum eine andere Bewertung für den Einzelnen stimmig machen. Dazu braucht es dann ggf. auch professionelle Unterstützung durch einen Coach oder Therapeuten.

Entscheidend ist aber: Jeder Mensch kann für sich selbst eine positivere Grundhaltung entwickeln und die psychische Verarbeitung von herausfordernden Situationen damit unterstützen. Im Sinne einer Prophylaxe kann das auch allen Menschen helfen, sich künftig schwierigen Themen noch besser zu stellen. Menschen, die akut in einer schwierigen Lebensphase sind, wird damit natürlich auch mittel- und langfristig zu einer verbesserten Verarbeitung verholfen.

*Edgar Oberhäuser, Coaching Institut Mettberg, Sprockhövel
Dipl.-Psychologe*

Elterntreff: Mein Kind ist zu faul zum Lernen!

Der Psychologe, Philosoph und Medizinprofessor Manfred Spitzer ist sich sicher: Lernen ist die natürliche Lieblingsbeschäftigung unseres Gehirns. Wenn jemand nicht gerne lernt, hat das Gründe und man muss herausbekommen, warum das so ist. Ein spannendes Thema für den Elternabend vom Bündnis für Familie.

Das bedeutet natürlich nicht im Umkehrschluss, dass Lernen zu jedem Zeitpunkt Spaß macht. Entscheidend ist, wie wir lernen und vor allem: Welche Möglichkeiten werden uns im Alltag gegeben, damit wir lernen können? Experten wissen heute, dass wir am meisten durch eigenes Handeln lernen. Von allem, was auf uns einströmt und was wir behalten sollen, können wir nur etwa zehn Prozent von dem behalten, was wir lesen. Etwas besser sieht es mit 20 Prozent beim Hören aus. Die Werte steigern sich, je mehr Sinne wir einsetzen: Wenn wir etwas sehen und hören sowie darüber sprechen, kommen wir in der Regel bereits auf 70 Prozent. Noch besser wird es, wenn wir Dinge selbst ausprobieren und damit durch das Handeln eigene Erfahrungen machen können. Das bedeutet natürlich im Umkehrschluss nicht, auch alle gefährlichen Dinge zunächst ausprobieren zu müssen, damit man erkennt, welche Gefahr damit verbunden ist. Selbstverständlich muss das Kind die heiße Herdplatte nicht berühren, um die Erfahrung von Schmerz zu machen. Aber neben der Erklärung, die Herdplatte ist heiß, kann man das Kind die Hitze durchaus aus der Nähe spüren lassen. Lernen ist reflektierte Erfahrung. Das aber geschieht auf höchst unterschiedliche und individuelle Art und Weise. Für Dr. Marion Suschke, die beim Elterntreff referiert, ist klar: Faule Kinder im Sinne von abgeneigt zu arbeiten, sich zu bewegen, sich anzustrengen, gibt es nicht. Jedes Kind ist in irgendwelchen Dingen gut und lernt gern. Tut es das nicht, müssen sich Erwachsene die Frage nach dem „Warum“ stellen. Und hier gibt es viele verschiedene Möglichkeiten. Dazu gehört beispielsweise die Überforderung. Aber auch die Beeinflussung durch Freunde kann eine Möglichkeit sein. Das Nichtvorhandensein von Lernstrategien ist eine weitere Option. Oder das Kind hat eine falsche, nicht ziel- und ergebnisorientierte Strategie gewählt und befindet sich nun in einer Sackgasse, aus der es ohne Hilfe nicht herauskommt.

Lernen: Lieblingsbeschäftigung des Gehirns

In diesem Fall müssen Erwachsene den Kindern helfen. Dafür muss erkundet werden, zu welchem Lerntyp das Kind gehört. Wann lernt es am besten? Morgens, mittags nach der Schule oder am Abend? Auf welche Weise lernt es am besten? Braucht es viel Ruhe? Liegt es beim Lernen gerne auf dem Fußboden? Behält es die Vokabeln am besten durch Lesen oder durch Hören oder durch Sprechen? Oder alles zusammen? Hilfreich ist die Festlegung bestimmter Strukturen – auch bei der Zeit. Wenn ein Kind weiß, wie lange es lernen soll, dann weiß es auch, wann es wieder Zeit für andere Dinge hat.

Erfolgserlebnisse sind ein Motor beim Lernen. Bei kleinen Kindern ist auch die Zuwendung einer Bezugsperson wichtig. Wenn ein Kind weiß, es ist der Person wichtig, dann hilft auch diese Erkenntnis, motiviert an eine Sache heranzugehen. Denn es weiß dann auch: Wenn ich Hilfe brauche, dann ist im Hintergrund jemand für mich da, der mir diese Hilfe gibt und mir zuhört. Experten raten dazu, Kindern kleine Gedächtnisstrategien auf den Weg zu geben. Beispielsweise kann es helfen, sich etwas bildlich vorzustellen. Eine „Eselbrücke“ bilden – das kennt man von früher. Ein Lerntagebuch kann gerade zu Beginn hilfreich sein, um für das Lernen optimale Bedingungen zu schaffen. Eltern und Kinder müssen verstehen: Das Lernen muss gelernt werden. Und Eltern müssen ihre Kinder dabei unterstützen. *anja*



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





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

Nachhilfe in Sprockhövel
Ihre Wünsche – unser Angebot!



Joachim Ruta, Inhaber

Vor Ort im Einzelunterricht und in kleinen Gruppen. Und wenn der Weg zu uns zu weit ist, dem bieten wir die Nachhilfe bequem online zu Hause an.

Hauptstr. 55 | Rathausplatz 7
Niedersprockhövel | Haßlinghausen
Tel.: 02324 – 90 22 616 | Tel.: 02339 – 12 49 47



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

Der Müll gehört nicht auf die Straße und in die Natur

In der Großtagespflegestelle „Pustebume“ mitten in Niedersprockhövel betreuen Verena Chur und Julia Schimanski montags bis freitags von 7 Uhr bis 14.30 Uhr insgesamt neun Kinder bis drei Jahre. Besonders am Herzen liegt ihnen hierbei der naturpädagogische Schwerpunkt. Rund ums Jahr bewegen sie sich mit ihren kleinen Weltentdeckern vormittags draußen in der Natur, die sie mit allen Sinnen erleben und erforschen dürfen – das „Selbsttun“ und Aktiv-sein stellt einen elementaren Bestandteil des Lernens und Lebens in ihrem Gruppenalltag dar.

Begleitet von einem strukturierten Tagesablauf und immer wiederkehrenden festen Ritualen, erfahren die Tageskinder die Sicherheit und Verlässlichkeit, die sie dringend benötigen, um sich wohl und geborgen zu fühlen. In dieser vertrauensvollen Gemeinschaft fällt es leicht, von- und miteinander zu lernen, Spaß zu haben und spielerisch zu wachsen.

Sehr wichtig ist hierbei auch ein wertschätzender Umgang mit unserer Umwelt. So stehen die Lebensräume der Tiere und Pflanzen und der Umgang mit ihnen genauso im Fokus, wie Umwelterziehung im Allgemeinen. Getreu ihrem Lied „Müll gehört nicht auf die Straße, Müll gehört nicht in den Wald. Dafür gibt's bei uns Mülltonnen. Darüber wissen wir Bescheid!“ beschäftigt sie das Thema Müll sehr. Bereits die Kleinsten sind sehr interessiert und begeistert dabei, wenn ihnen Waschbär Willy, der in einer Mülltonne wohnt, kindgerecht etwas über Müllvermeidung, Mülltrennung, den Weg des Mülls, Recycling und Umweltverschmutzung erzählt. Anschaulich wird dies mit Bildern, Geschichten, dem Kamishibai-Erzähltheater und Liedern vertieft. Und auf ihren täglichen Ausflügen in die Umgebung wird das Ganze hautnah erfahrbar gemacht. Neben den schönen Dingen, wie den aktuell sprießenden Knospen im Frühling, sehen die Kinder unterwegs auch an vielen Stellen den Müll auf dem Spielplatz und an Wegesrändern. Wenn bereits im Kindesalter Wert auf Umweltbildung gelegt wird, ist das ein immens wichtiger Grundstein für später. Und die Umwelt geht uns alle an!

Deshalb waren die Kleinen mit den Erwachsenen natürlich auch bei der Aktion „Sprockhövel putz(t)munter“ dabei. Ausgestattet mit kleinen Handschuhen, Mini-Greifern, Eimern und blauen Säcken, begaben sich die Kinder auf Müllsuche, um das aufzusammeln, was „blöde Leute“ einfach rücksichtslos in die Natur geworfen haben, obwohl sie doch eigentlich wissen sollten, dass der Müll in den Mülleimer gehört und nicht in die Natur.



Frühlingsputz in Sprockhövel: Da helfen alle mit.

Foto: Stadt Sprockhövel



Boahh, echt viel, was da schon alles drin ist.

Foto: Stadt Sprockhövel

Rekordergebnis: Sprockhövel putz(t)munter

2,3 Tonnen Abfall und mehr als 870 Teilnehmer

Der Frühling ist die Zeit für den Frühjahrsputz. Mehr als 870 Personen haben in diesem Jahr an der Gemeinschaftsaktion „Sprockhövel putz(t)munter“ teilgenommen und Grünanlagen, Straßen, Wege und Plätze im Stadtgebiet gereinigt.

„Sie alle haben dazu beigetragen, das Sprockhöveler Stadtbild zu verbessern. Das motiviert uns, auch künftig wieder diese Aktionstage anzubieten“, berichtet Bürgermeisterin Sabine Noll.

„Insgesamt kamen bei der Aktion ganze 2,3 Tonnen Abfall zusammen – ein absoluter Spitzenwert“, erklärt Fachbereichsleitung Susanne Görner. Im Vergleich dazu waren es im letzten Jahr 1,11 Tonnen.

Überwiegend handelte es sich bei dem eingesammelten Abfall um große Mengen an Kunststoffen, Corona-Masken und Ähnlichem, was bei geringem Gewichtsanteil ein großes Volumen (große Menge) bedeutet. Aber auch Glasflaschen, Kronkorken und vieles andere gehörte zu den regelmäßigen Funden.

Irmhild Schäfer: Ausstellung im Bauverein Sprockhövel

Bis zum 14. Juli sind Wasserbilder zu sehen

Nach dreijähriger Pause eröffnet der Bauverein Sprockhövel wieder eine Ausstellung. Geplant im Jahr 2020 mußte damals die jetzige Ausstellung wegen Corona entfallen. „Zu Wasser und zu Lande“ - unter diesem Titel stellt Irmhild Schaefer ihre Malerei im Bauverein Sprockhövel aus.

Wasserbilder, Menschen im und am Wasser auf der einen Seite, daneben Landschaften, bei denen die Natur und Pflanzen das Thema bestimmen, werden in der Ausstellung gezeigt. Etwa zwanzig Gemälde zeigt die in Hattingen geborene Künstlerin in ihrer Soloausstellung. Nach einem Studium an der Ruhr-Universität Bochum lehrte sie von 1974 bis 2010 an Schulen. Ihre Werke sind farbenfroh und lebendig und machen Lust auf Wasser und Natur.

Die Ausstellung wird bis zum 14.07.2023 zu den Öffnungszeiten des Bauvereins zu sehen sein: Eickersiepen 8A, 45549 Sprockhövel. Infos unter www.bauverein-sprockhoevel.de.

Zukunft des Stadtfestes

Bürgermeisterin Noll lädt zum Austausch ein

Im letzten Jahr teilten die Organisatoren des Stadtfestes – die Wirtschaftliche Interessensgemeinschaft (WIS) Sprockhövel – mit, dass das Stadtfest 2022 aufgrund von gestiegenen Kosten und finanziellen Engpässen abgesagt werden müsse. Der Vorstand hatte bei einer Mitgliederbefragung keine Mehrheit für eine Risikolage im Hinblick auf die Sicherung der Kosten erhalten. Daraufhin übernahm die Stadtverwaltung kurzfristig die Organisation und stellte das Fest in abgewandelter Form unter dem Motto „Feiern unter Freunden“ (FuF) auf die Beine. Das Defizit von 6000 Euro übernahm die Stadtverwaltung. Zu Beginn dieses Jahres kam dann die Nachricht, dass sich die WIS auflöst. Allerdings gab sie hierbei in einer Pressemitteilung bekannt, dass der Verein noch über Bar- und Sachvermögen verfüge und die Mittel auch nach Auflösung des Vereins zum Wohle der Stadt verwendet werden sollen. So gab es unter anderem die Überlegung, einen Verein zu gründen, der sich für den Erhalt des Stadtfestes gründen wollte.

Kommt das Stadtfest doch noch?

Wie aus erster Hand zu erfahren war, gab es auch tatsächlich telefonische Kontakte zwischen Interessierten und der Wirtschaftsförderung, die Rücksprache mit Bürgermeisterin Sabine Noll nehmen wollte. Doch der Kommunikationsprozess geriet ins Stocken und schließlich erklärte der damalige Interessent, der federführend in der Organisation sein wollte, nicht mehr zur Verfügung zu stehen. Eine Vereinsgründung zum Zwecke des Stadtfestes kam bis auf den heutigen Tag nicht zustande.

Bürgermeisterin Sabine Noll betont jedoch: „Mir liegt ein Stadtfest für die Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger sehr am Herzen. Es ist ein Anziehungs- und Treffpunkt, um all die Menschen wiederzusehen, die man womöglich das ganze Jahr aus unterschiedlichsten Gründen nicht sehen konnte. Es ist ein buntes und freudiges Zusammenkommen der Sprockhövelerinnen und Sprockhöveler. Das Stadtfest darf nicht fehlen, denn es gehört zu Sprockhövel. Deshalb ist es wichtig, dass wir alle an einem Strang ziehen und möglichst viele Freiwillige finden, die bereit sind das Fest gemeinschaftlich zu organisieren.“

Aus diesem Grund haben Bürgermeisterin Sabine Noll und die Wirtschaftsförderung die an der Hauptstraße ansässigen Einzelhändler und Gastronome sowie beteiligte Vereine der letzten Jahre zu einem gemeinsamen Austausch jetzt im Mai eingeladen. Ziel ist es, zusammen zu überlegen, ob und wie ein Stadteifest in Niedersprockhövel möglicherweise organisiert, finanziert und durchgeführt werden kann.

Durchwachsene Stimmung an der Hauptstraße

Die Stimmung an der Hauptstraße ist gemischt. Während die einen unbedingt am Stadtfest festhalten wollen, ist für andere der Zug längst abgefahren. Auch sieht man in der mittlerweile fortgeschrittenen Zeit ein Problem - schließlich starteten die Planungen für das Fest im September in der Regel immer bereits zu Jahresbeginn. *anja*

Bitte einmal tief Luft holen!



Physiotherapie
Vanderborcht

Wussten Sie schon...

Dass wir unter anderem auch auf Atemtherapie bei Lungenerkrankungen spezialisiert sind?

- Asthma, chronische Bronchitis, Lungenfibrose
- Lungenemphysem, Mukoviszidose
- chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)
- Operation oder Traumata im Bereich des Brustkorbs
- Lungenentzündung (Pneumonie)
- Lähmungskrankungen (z.B. Querschnittslähmung, multiple Sklerose)

Wir helfen Ihnen dabei, Ihre Atmung zu verbessern...

0 23 24 – 74 35 1

vanderborcht.de

Rufen Sie uns an!

Alte Bergstraße 2
45549 Sprockhövel

Hockergymnastik 60plus fördert die Gesundheit

Sitzhockergymnastik kann für Senioren mit (aber auch ohne) Einschränkungen ein sanfter Weg sein, um Muskeln aufzubauen, die Beweglichkeit zu erhalten oder zu steigern und sich fit zu halten. Chronische Schmerzsymptome können verringert werden und die Übungen eignen sich auch dafür, das Risiko von Stürzen zu verringern. Ziel ist es, im Allgemeinen die Gesundheit zu fördern, lernen sich zu entspannen und das Ganze mit einer Portion Spaß anzuleiten und zu begleiten. Ein neuer Kurs der Ev. Erwachsenenbildung Ennepe-Ruhr startet am Mittwoch, 24. Mai, 11.15 Uhr bis 12.15 Uhr, in den Räumen der Evangelischen Kirchengemeinde Bredenscheid-Sprockhövel am Pethesring 18 in Sprockhövel. Die Kursleitung übernimmt Kirsten Forster aus Gevelsberg.

Informationen bzw. Anmeldung sind möglich bei der Ev. Erwachsenenbildung, Petra Syring unter Telefon-Nr. 02336-4003-44 oder unter E-Mail: syring@kirche-hawi.de.



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

Pflegedienst Dahlhaus
Die kompetente Hilfe!

Über 25 Jahre
Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!

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

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

Rund um das Besucherbergwerk: Die Trittfurt am Pleßbach

Sprockhövel ist um eine Attraktion reicher und die Besucher kommen gut zum Stollen



So sieht sie aus, die neue Trittfurt. Das Besucherbergwerk erfreut sich großer Beliebtheit und sowohl Erwachsene als auch Schülergruppen gehen auf die Spur der Kohle.
Foto: Besucherbergwerk/Mayer

Zur Gestaltung des Geländes rund um das Besucherbergwerks Stock und Scherenberger Erbstollens an der Helsbergstraße 25 wurde als Auflage erteilt, eine sogenannte Trittfurt zu errichten. „Was unscheinbar aussieht, war wochenlange Arbeit. Es wurde gebaggert, gestaltet und angepasst. Wir finden, dass es das wert war“, ergänzt Ronald Mayer, Denkmalschutzbeauftragter des Erbstollens Stock und Scherenberger. „Die Idee kam von den Behörden. Und diese Idee kann sich sehen lassen. Wer hat schon eine Trittfurt? Nunmehr haben wir eine kleine Attraktion. Ein weiterer Erfolg der Zusammenarbeit aller Behörden.“ Da es sich um einen Wasserlösungsstollen handelt, entwässert der Stollen in einen Bach. Um den Stollen zu begehen, muss der Pleßbach überquert werden. Dies erfolgt über die neue Trittfurt.

Bürgerwerkstatt: Ideen zur Mobilität der Zukunft

Die Stadt Sprockhövel plant, die Mobilität in Zukunft nachhaltiger, barrierefreier und sicherer zu gestalten. Im Mobilitätskonzept sollen Alternativen zur täglichen Nutzung des Autos entwickelt werden. Der Anteil des Fuß- und Radverkehrs soll vergrößert und die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel gestärkt werden. Das Ziel: mehr Mobilität durch weniger motorisierten Verkehr, um die Verkehrssicherheit für alle Verkehrsteilnehmenden zu erhöhen, die Luft weniger zu belasten, sodass sich die Lebensqualität aller Sprockhöveler Bürgerinnen und Bürger nachhaltig verbessert. Dies trägt auch zum Klimaschutz bei.

Mitmachen und mitplanen am 9. Mai

Damit ein passendes Mobilitätsangebot für alle erstellt werden kann, richtet sich das Konzept an Jung und Alt, an Radbegeisterte, an Autofahrerinnen und Autofahrer, an ÖPNV-Nutzerinnen und Nutzer sowie an alle Menschen, die den öffentlichen Raum nutzen. In einer ersten digitalen Beteiligung über den Wegedetektiv sind über 313 auswertbare Beiträge und insgesamt 820 Reaktionen eingegangen. Aufbauend auf diesen Anregungen, Vor-Ort-Begehungen und Auswertungen bestehender Konzepte wurde durch die beauftragten Gutachterbüros, Planungsbüro VIA eG und ISAPLAN INGENIEUR GMBH, eine erste Stärken-Schwächen-Analyse zur derzeitigen Mobilität in Sprockhövel erstellt. In einer nächsten Stufe der Beteiligung sollen die Bürgerinnen und Bürger im direkt im Dialog mit einbezogen werden. Hierzu ist eine Bürgerwerkstatt geplant, in der ganz konkrete Fragestellungen diskutiert werden sollen. Gemeinsam soll es darum gehen, eine ganzheitliche Strategie für die Zukunft der Mobilitätsgestaltung unter Einbezug aller Verkehrsmittel zu entwickeln. Hierzu wird an verschiedenen Thementischen informiert und diskutiert. Die Bürgerwerkstatt findet am Dienstag, den 9. Mai von 18 bis circa 20 Uhr in der Glückauf-Halle in Niedersprockhövel (Dresdener Straße 11) statt.

Ballettunterricht in der Musikschule ab vier Jahren

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 Schnupperrunde ist nach vorheriger telefonischer Absprache möglich. Außerdem kann ein Geschenkgutschein für eine 4-wöchige Teilnahme zum Kennenlernen des Ballettunterrichts für 15 Euro erworben werden. Neben Ballett gibt es natürlich noch ein breit gefächertes Angebot über verschiedene Musikinstrumente und unterschiedliche Stilrichtungen von Klassik über Rock, Pop, Jazz bis hin zur Folklore. Anmeldungen zu Ballett und anderen Kursen 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.



Neunzig Jahre Gartenfreunde Sprockhövel - und die 100 Jahre sollen es auch noch werden.

Foto: panthermedia

Gartenfreunde Sprockhövel: Verein feiert 90. Geburtstag

Die Liebe zur Natur, zu Blumen, Obst und Gemüse vereint die fast 400 Mitglieder

Am 9. April 1933 wurde der Verein als „Obst- und Gartenbauverein Sprockhövel“ gegründet. Erst nach dem Krieg wurde er in „Gartenfreunde Sprockhövel e.V.“ umbenannt. Bei der Vereinsgründung standen die Beschaffung von Saatgut und Pflanzmaterial sowie die Beratung von Anbau und Pflanzenschutz im Mittelpunkt der Arbeit. „Wegen der damaligen Ernährungsprobleme versuchte man, durch Anbau von Gemüse und Obst im Garten den Küchentisch zu erweitern“, berichtet Vereinsmitglied Hans-Walter Sante. Später wurde aus der harten Gartenarbeit ein beliebtes Feierabendhobby. Die vielen Mitglieder, die keinen großen Garten mehr haben, stattdessen aber über Balkon oder Terrasse verfügen, züchten Kräuter und haben eine Vorliebe für Blumen und Pflanzen. Die Liebe zur Natur und zu schönen Gärten verbindet alle. „Mit Stolz kann der Verein auf die ehrenamtlich geleistete Arbeit - auch innerhalb der Vorstände - zurückblicken. Mit fast 400 Mitgliedern sind die Gartenfreunde Sprockhövel einer der größten Vereine der Stadt.

Besonders erwähnenswert sind die vielen Helferinnen und Helfer, die mit ihrem Einsatz wesentlich zum Gelingen unserer Veranstaltungen beitragen“, so Sante. Das Ehrenamt hat auch bei zahlreichen Stadtfeiern immer einen bedeutenden Platz eingenommen. Viele Jahre war der Platz an der Evangelischen Kirche beim Stadtfest in fester Hand des Gartenbauvereins. Dabei versucht der Verein auch, dem Wandel Rechnung zu tragen. „Im Laufe der letzten Jahrzehnte musste auf die Mitglieder, die keinen Garten mehr haben, eingegangen werden. So traten Fachvorträge, Tages- und Mehrtagesfahrten in den Vordergrund, die sich großer Beliebtheit erfreuen. Vor allem der Geselligkeit wird große Bedeutung eingeräumt, den Zusammenhalt im Vereinsleben zu erhalten.“ Ein Wermutstropfen ist allerdings das hohe Durchschnittsalter im Verein, verbunden mit dem fehlenden Nachwuchs junger Menschen. Trotzdem: Der 90. Geburtstag ist auf keinen Fall ein „Diner for one“ und der 100. Vereinsgeburtstag wird angestrebt.



Erste Hilfe für Kinder ist immer ein wichtiges Thema. Jetzt gibt es einen neuen Kurs für Kinder.

Foto: Da Capo

Erste Hilfe für Kinder

Wie können Kinder Erste Hilfe leisten? Da capo bietet einen Kurs für 6- bis 12-jährige an, die mit qualifizierten Ausbildern dieser Frage mit praktischen Übungen nachgehen. Der Kurs kostet für Nicht-Mitglieder 35 Euro, Mitglieder des Vereines zahlen 15 Euro. Es sind zweitägige Workshops. Als Termin stehen der 13. und 14. Mai sowie der 3. und 4. Juni zur Auswahl. Der Kurs findet jeweils von 10 bis 13 Uhr im Foyer der Glückauf Halle in Sprockhövel statt. Anmeldung unter info@da-capos.de oder 0160 8723214.



Wieder Schminktreffen

An jedem ersten Sonntag im Monat werden beim Schminktreff der Flüchtlingshilfe in Sprockhövel-Haßlinghausen die Pinsel geschwungen und die Farbpaletten gezückt sowie alte und neue Make-up-Trends ausprobiert. Gegenseitige Hilfe in lockerer Atmosphäre steht im Mittelpunkt. Haare, Nägel, Henna und Smokey Eyes - alles ist möglich - und beim gemeinsamen Blick ins Internet finden sich neue Anregungen. Unter den Frauen sind auch echte Kosmetik-Kennerinnen, die ihr Wissen gern weitergeben. Eine tolle Möglichkeit zum gegenseitigen Kennenlernen und Quatschen. Infos bei der Flüchtlingshilfe. Kontakt gibt es unter Telefon 02339 9249756.

Im Dienst für andere: Lions spenden Defibrillator

Jedes Jahr versucht der „Lions Club Herbede-Sprockhövel“ fünf bis zehn Vereine und Organisationen zu unterstützen. Genutzt wird dafür unter anderem der Erlös aus den jährlichen Kalenderverkäufen zur Weihnachtszeit, Spenden der Mitglieder und Stände bei Stadtfesten wie beispielsweise dem „Nachtschlag“ in Sprockhövel-Haßlinghausen.

Dieses ehrenamtliche Engagement gibt es bereits seit über 50 Jahren und reicht von materiellen bis finanziellen Einsätzen aus den verschiedensten Bereichen, um soziale und kulturelle Projekte und Anliegen im Kreis, national sowie international umzusetzen. Profitieren konnte davon jetzt auch der TV Hasslinghausen. Der Sportverein erhielt zur Stärkung der Sicherheit im Sport einen Defibrillator.

TV Hasslinghausen: Sorge um die Nutzung der Sporthalle

Bei der Jahreshauptversammlung vom Turnverein Hasslinghausen wurde über die erfolgreiche Vereinsarbeit gesprochen. Nach einem Rückblick auf das vergangene Jahr, darunter der 160. Vereinsgeburtstag, die Hallenschließung aufgrund von Ukraine-Flüchtlings und Berichte aus den einzelnen Sportabteilungen, folgten der Kassenbericht sowie die einwandlose Entlastung des Vorstandes. Bei den Neuwahlen bewiesen die Gäste dem Vorstand erneut das entgegengebrachte Vertrauen. Fast alle Positionen des Vorstandes wurden wie gehabt wiedergewählt, nur für die laut Satzung neu zu besetzenden „Kassen“-Ämter war vorab ein Wechsel bekannt: Heike Michel übernahm den Posten der Kassiererin sowie Annelie Witjes den der Kassenprüferin. Eingeläutet wurde der letzte Punkt „Verschiedenes“ mit dem neu zu entwickelnden „Sportleitplan“, dessen „Kick-off-Veranstaltung“ Ende März stattgefunden hat. Ziel dieses Leitplans ist es, Zukunftsideen für

die Vereinsentwicklung zu sammeln und umzusetzen. Zudem sind die traditionelle Mai-Wanderung sowie ein 6-Stundenlauf für September in Planung. Auch Ehrungen der Mitglieder standen auf der Tagesordnung. Besonders ein Punkt sorgte für regen Informationsbedarf, denn allem Anschein nach ist es keine Frage, ob die große Sporthalle und der Vorräum erneut zur Unterbringung von Flüchtlingen des Russland-Ukraine-Krieges benötigt werden, sondern wann. Und dieses Wann könnte sich noch vor den Sommerferien 2023 abspielen, weshalb der Sportbetrieb in dieser Halle spätestens nach den Sommerferien ruhiggestellt werde. Daher möchte sich nun der Vorstand erneut mit Vertretern der Politik zusammensetzen und über Alternativen diskutieren. Das bisherige Argument der Politik zugunsten unserer Halle lautete in den letzten Monaten, sie liege zentral, was die kürzesten Anfahrtswege für neue Kriegsbedroffene bedeute.



REWE

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

Lenk

Besser einkaufen. Seit 1962. Einzulösen bis zum 13. Mai 2023

eine Flasche* 0,33 l Veltins Helles Pülleken



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

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel

Qualität ist unser Prinzip

Nistkästen-AG an Grundschule

Der Hegering Haßlinghausen e.V. hat gemeinsam mit der Grundschule in Haßlinghausen eine Nistkästen AG durchgeführt. Die vierte Klasse der Grundschule hat unter Anleitung der örtlichen Jäger nicht nur die Nistkästen zusammengebaut, sondern wurde auch über die heimische Natur unterrichtet.

„Mit dem einfachen Zusammenbau eines Nistkastens ist es nicht getan“, so Tobias Teubner, Naturschutzbeauftragter des Hegerings Haßlinghausen. „Es kommt auch später auf das richtige Aufhängen und die weitere Pflege an. Wir wollen so spielerisch das Verständnis zur Natur verstärken.“

Das Nistkästenzusammenbauen an der Grundschule Haßlinghausen ist schon fast Tradition. Bereits in den letzten Jahren hat der Hegering Haßlinghausen diese Aktion durchgeführt.

„Wir erzählen auch viel über die Natur und bringen so auch die heimische Vogelwelt näher. Dass eine Taube nicht in den Nistkasten für die Meisen passt, ist für die Grundschüler selbstverständlich. Und wenn man selbst aktiv mitgeholfen hat, kann man die Verantwortung zur Natur auch besser verstehen“, so Ronald Mayer abschließend, der als Hegeringleiter von Haßlinghausen bereits bei jeder Nistkastenaktion dabei war. Und wer die Natur versteht, der kann sie nicht nur lieben, sondern vor allem auch besser schützen. Je früher das gelingt, umso besser ist das. Daher macht es Sinn, Kinder im Kindergarten- und Schulalltag an die Natur heranzuführen.

„Unserer besonderer Dank geht an die Sparkassenstiftung Sprockhövel, die wie jedes Mal die Nistkästen gesponsert hat. Die Kinder mussten daher keinen eigenen finanziellen Beitrag leisten. Die wenigen übrigen Nistkästen wurden beim Schulfest zusammengebaut.“



Alles Liebe zum Muttertag...

...mit Caudalie Vinosource – Hydra Weintraubenwasser – Gel!

Das Vinosource-Hydra Weintraubenwasser-Gel ist ein wahres natürliches Feuchtigkeitspflaster, das die Haut intensiv mit Feuchtigkeit versorgt und die Hautbarriere kräftigt. Seine silikonfreie Gel-Textur ist besonders erfrischend und zieht in die Haut ein, ohne einen Fettfilm zu hinterlassen. Die Haut ist sofort geschmeidiger, wie mit Wasser gefüllt, und der Teint wirkt frischer.



Hauttyp : Normale bis Mischhaut
 Brauche : Feuchtigkeitsversorgung & Empfindliche Haut
 Hauptinhaltsstoffe : Extrakt aus Aloe Vera, Biologisches Traubenwasser
 Morgens und abends allein oder nach Ihrem Serum auf Gesicht und Hals auftragen.

Die Tipps der Vinotherapeuten:

Dieses Gel, das keinen Fettfilm auf der Haut hinterlässt, verwöhnt alle Hauttypen und ist für Frauen wie für Männer geeignet. Ein Produkt, das im Badezimmer immer und stets zur Hand sein muss!

GLÜCKAUF APOTHEKE

Jetzt bei uns:

Caudalie Vinosource – Hydra Weintraubenwasser – Gel!

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich bei uns beraten!

Malte Kehrman

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



Müll sammeln, Schätze finden

Seltener Pilzfund in Hasslinghausen



Seltener Fund in Hasslinghausen: der *Sarcoscypha coccinea*.

Foto: Roos

Ein großer Dank und ein dickes Lob gilt allen Freiwilligen, die sich an der jüngsten Müllsammelaktion in Hasslinghausen beteiligten. Ebenso wie viele andere Freiwillige waren auch Mitglieder der Naturschutzgruppe Sprockhövel des NABU bei der Aktion „Sprockhövel putz(t)munter“ am Start. Auf einem Teilstück der Fahrradtrasse in Hasslinghausen konnten beträchtliche Mengen an achtlos oder mutwillig Weggeworfenem gesammelt werden, darunter auch „passend“ zum Gebiet sogar große Teile eines Fahrradgestells. Aber abgesehen vom Müll stießen die Naturschützerinnen und Naturschützer auch auf einen ganz besonderen Schatz aus der Natur. Sie entdeckten einen leuchtend roten Pilz, der in unserer Gegend selten und in NRW als stark gefährdet eingestuft wird mit dem Namen *Sarcoscypha coccinea* oder „Österreichischer Kelchbecherling“. In NRW ist diese Art erstmals vor ca. 20 Jahren gefunden worden und kommt hier nur ganz vereinzelt vor. Der Pilz wächst auf am Boden liegenden, verrottenden Ästen insbesondere von Erle, Ahorn und Weide. Für den Ennepe-Ruhr-Kreis sind bisher nur zwei Fundorte bekannt. Sollten weitere Schatzsucher in unserer Region auf diesen Pilz treffen, so würde sich der NABU Ennepe-Ruhr-Kreis e.V. über eine Meldung - am besten mit Foto - freuen. Auf der Internetseite des NABU Ennepe-Ruhr-Kreis (www.nabu-ennepe-ruhr.de) finden sich entsprechende Kontaktdaten.

Pumptrack-Anlage in Hasslinghausen wurde eröffnet

Die neue Pumptrack-Anlage wurde in Hasslinghausen eröffnet. Die optimale Sportanlage für alle Altersgruppen zur Bewegungsförderung ist ein niederschwelliges Angebot mit großer Reichweite für Kinder und Jugendliche sowie junge Erwachsene. Gleichzeitig bietet sie ein einmaliges zielgruppenspezifisches Freizeitangebot in unmittelbarer Nähe der Glückauf-Trasse.

BMX-Künstler und Urbanatix-Artist Alexander Brockmann durfte dann als Erster auf die neu erbaute Anlage und den Anwesenden eine kleine Vorführung geben. Das war ausdrücklicher Wunsch der Kinder- und Jugendlichen des Kinder- und Jugendparlaments (KiJuPa). Denn das Besondere an der Feier: Das KiJuPa hat die Eröffnungsfeier selbst mitbestimmt und gestaltet. So gab es vor Ort auch einen Eiswagen, einen kleinen Grillstand und eine Performance von DJ Sven Kadelka. Eigene T-Shirts mit einem Logo der Pumptrack-Anlage durften ebenfalls nicht fehlen. Das Deutsche Rote Kreuz und der TV Hasslinghausen haben die Feier vor Ort unterstützt.

Die Eröffnungsfeier der Pumptrack-Anlage wurde durch das Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit gefördert, einem Programm des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ). Es wird umgesetzt von der Gesellschaft für soziale Unternehmensberatung (gsb) und der Stiftung SPI. Der Programm-

teil „Kinder- und Jugendbeteiligung im Zukunftspaket“ wird verantwortet von der Deutschen Kinder- und Jugendstiftung (DKJS). Erbaut wurde die Anlage von der Firma Seestern aus Kempten/Allgäu. Finanziert wurde der Bau durch Mittel des Bundes und Landes im Rahmen der „Städtebauförderung“.

Was ist ein Pumptrack?

Ein Pumptrack ist eine spezielle Art von Fahrradstrecke oder Skatepark, die aus einer Serie von Hügeln, Kurven und Wellen besteht, die aufeinanderfolgend angeordnet sind. Der Name „Pumptrack“ leitet sich von der Technik des „Pumpens“ ab, die von Radfahrern und Skatern verwendet wird, um durch die Strecke zu fahren, ohne zu treten oder zu schieben. Das „Pumpen“ wird durch die Beugung und Streckung von Armen und Beinen bewirkt, um Schwung zu erzeugen. Pumptracks können von Menschen jeden Alters und Fahrradtyps genutzt werden und sind eine beliebte Möglichkeit, Fahrradfahren und Skaten zu trainieren, Fähigkeiten zu verbessern und eine gute Zeit zu haben.



Die Pumptrack-Anlage ist eröffnet.

Foto: Stadt Sprockhövel

Suche Haus od. Gewerbefläche zum Kauf

Mindestgröße 250m² Fläche für unsere Physiopraxis in Hasslinghausen (möglichst Mittelstraße), oder

Grundstück Mindestgröße 800m² bis zu 1.500m² (möglichst Mittelstraße)



Angebote bitte per Email oder Telefon
 ☎ 02339 1360712 • info@nikodeinphysio.de
 Glashüttenplatz 4 • 45549 Sprockhövel

Umgestaltung Mittelstraße: Wünschenswert, aber..

Das sagt Haus & Grund dazu

Die städtischen Ideen zur Umgestaltung von Mittelstraße und Rathausplatz mit dem Ziel einer Verbesserung der Qualität wird grundsätzlich begrüßt. „Initiativen und Ideen dürfen aber nicht dazu führen, dass man dann auch alles verwirklichen muss, was an Gedanken zusammengetragen wurde. Man muss auch in der Lage sein, etwas zu streichen oder zu reduzieren, wenn es sich als unrealistisch erweisen sollte“, heißt es in dem Schreiben, dass der IMAGE-Redaktion vorliegt. In dem Schreiben wird die Parkplatzsituation angesprochen. „Zurzeit reichen die jetzigen Parkplätze nicht aus, um den Bedarf abzudecken.“ Wenn jetzt, so der Verein, in Zukunft durch die Umgestaltung noch ein Drittel davon entfallen sollte und keine Ersatzmöglichkeiten geschaffen würden, sei dies schwierig. Nicht verwiesen werden dürfe dabei auf Parkmöglichkeiten auf Privatgelände, wie beim ständig überfüllten Rewe-Parkplatz oder auf dem Glashüttenparkplatz. Fehlende Parkplätze seien für die Geschäfte an der Mittelstraße existenzgefährdend und ohne Zulieferung und Abtransport seien die Geschäfte nicht lebensfähig. Auch die Überlegung, das Fahrrad als Alternative zum Auto anzusehen, ist aus Sicht des Vereines nicht konstruktiv. Die ländliche und hügelige sowie weitläufige Topografie des Ortes erschwere die Nutzung des Rades. Insbesondere als Transportmöglichkeit sei das kaum machbar. „In der Vergangenheit wurden geschätzt pro Tag vielleicht fünf Fahrräder auf der Mittelstraße gesehen. Das dürften in Zukunft aus den oben genannten Gründen nicht viel mehr werden.“ Bemängelt werden in diesem Zusammenhang auch fehlende Fahrradstreifen sowie Unterbringungs- bzw. Abschließmöglichkeiten für die Räder. Auch zur Nivellierung der Bürgersteige gibt es einen Hinweis. Die Fahrbahn der Mittelstraße soll zu hoch angelegt worden sein, so dass bei Regen das Wasser in die Keller der Häuser fließt. Das soll der Grund für die unterschiedlichen Höhen der Bürgersteige sein. Weiterer Gesprächsbedarf in „kleinem Kreis“ ist erwünscht.

Das sagt der AK Radverkehrsförderung dazu

Aus dem Papier, welches der Redaktion vorliegt, heißt es: „Der AK Radverkehr begrüßt im Ganzen die Planung zur Umgestaltung der Mittelstraße. Er sieht darin schon jetzt eine erste erkennbare Verbesserung für den Radverkehr gegenüber der heutigen Situation, indem die Möglichkeit geschaffen wird, in beide Richtungen ohne Autoverkehr zu fahren.“ Der Leiter des Arbeitskreises, Thomas Schwoerer-Böhning (Bündnis90/Die Grünen), ergänzt auf Anfrage: „Die Bürger haben sich in der Sitzung klar positiv zu dem Entwurf der Verwaltung geäußert. Verbesserungen, wie die Installation von Abstellanlagen für Fahrräder, sind hier deutlich sichtbar.“ Die Radabstellanlagen sollten, da wo möglich mit begrüntem Dach ausgeführt werden. Dies sollte insbesondere für den Rathausplatz umgesetzt werden. Auch die Aufenthaltsqualität werde entschieden gestärkt, was für den Standort Hasslinghausen ein deutlicher Gewinn sei. Dennoch gebe es aus seiner Sicht noch einiges zu tun: „Wir bitten in unserem Schreiben die Stadtverwaltung, zu prüfen, ob durch einen Zweirichtungsradweg auf einer Seite der Straße der Fuß- und Radverkehr besser getrennt werden könnte. Das würde bei allen Beteiligten für ein besseres Sicherheitsgefühl sorgen“, erläutert Schwoerer-Böhning. Auch solle die Warthalle an der Bushaltestelle „Poststraße“ näher an die Straße verlegt werden, um den Radverkehr hinter der Warthalle vorbeiführen zu können. Das habe den Grund, um Kollisionen zwischen ein- und aussteigenden ÖPNV-Nutzern und Radfahrern zu vermeiden. Das Resümee des Arbeitskreisleiters ist trotz aller kritischen Anmerkungen: „Wenn die Planungen so umgesetzt werden, gewinnt Hasslinghausen deutlich an Lebens- und Aufenthaltsqualität. Natürlich kann man nicht jeden Beteiligten hundertprozentig glücklich machen, insgesamt ist das aber ein guter Kompromiss für alle.“

Endlich wieder die Freiluftsaison genießen!

Ade EsS-Bahnhof Schee

Beliebtes Ausflugsziel an der Nordbahn-Trasse geschlossen



Fotos aus besseren Tagen: Der Imbiss und der moderne Biergarten lockten besonders bei Sonnenschein etliche Besucher an. Fotos: Schellenberg

Der EsS-Bahnhof Schee ist vielen als beliebtes Ausflugsziel an der Nordbahntrasse in Sprockhövel bekannt. Fünf Jahre lang bewirtete das Ehepaar Schellenberg mit ihren Angestellten an der Eisenbahnstraße Fahrradfahrer und Ausflügler. „In diesem Projekt steckt viel Herzblut“, erzählt Anke Schellenberg. „Mein Mann hat jeden Tag frisch für unsere Gäste gekocht.“ Doch die Erfolgsgeschichte des alten Bahnhofs Schee, der zum EsS-Bahnhof wurde, hat ein Ende gefunden.

Pforten bleiben geschlossen

Vielen Ausflüglern auf der Nordbahntrasse ist es bereits aufgefallen: Alle Aufbauten im Außenbereich, dem ehemaligen Biergarten, sind verschwunden. Auch vom Sandboden, der das Urlaubsfeeling der Gäste stets noch befeuerte, ist nichts mehr zu sehen. Sämtliche Schilder sind verschwunden. Nichts weist



Vom Biergarten und Imbiss des Ess-Bahnhofs Schee (Fotos oben) ist mittlerweile nichts mehr zu sehen. Foto: Sikora

mehr auf den Imbiss oder den Biergarten hin. Der EsS-Bahnhof Schee wird seine Pforten nie wieder öffnen. Der Grund für das Aus nach fünf erfolgreichen Jahren: Man wurde sich mit dem Vermieter über die Verlängerung des Mietvertrags

nicht mehr einig. Eine neue Wirtschaft wird es an dieser idealen Stelle für Radfahrer und Ausflügler augenscheinlich leider nicht mehr geben. Anwohner berichten, dass der Besitzer offenbar selbst das alte Bahngelände bewohnen wird.

Gäste wurden Freunde

Ehepaar Schellenberg, das bisher im Bahnhof lebte, ist mittlerweile ausgezogen. Was bleibt, sind viele schöne Erinnerungen und Freundschaften. „Wir machen bald eine Einweihungsfeier für unser neues Zuhause und dort kommen auch einige ehemalige Gäste. Im Laufe der Jahre sind mit vielen Radclubs und auch mit dem Kindergarten in der Nähe echte Beziehungen und Freundschaften entstanden. Wir waren auch regelmäßig Anlaufstelle für Firmenausflüge“, berichtet Anke Schellenberg.

Kein neuer EsS-Bahnhof

Auch wenn der Bahnhof Schee ein sehr erfolgreiches Herzensprojekt war, planen die Schellenbergs nicht an anderer Stelle eine neue Gastronomie zu eröffnen. „Die Kombination aus solch einem Objekt und dieser Lage gibt es leider kein zweites Mal. Das war einmalig.“ In den kommenden Wochen werden mit den häufiger werdenden Sonnentagen noch einige hungrige und durstige Menschen vor dem alten Bahnhof stehen und der gemütlichen Ecke an der Trasse nachtrauern.

Rikscha-Touren für Senioren

Fahrplan für Hattingen und Sprockhövel

Von der Initiative „Radeln ohne Alter“ in Dänemarks Hauptstadt Kopenhagen inspiriert, sind jetzt ehrenamtliche Teams mit der Hattinger Senioren-Rikscha am Start. Das Ziel: Senioren und Seniorinnen sowie anderen Hattingern und Sprockhövelern mit eingeschränkter Mobilität Ausflüge mit der Fahrrad-Rikscha ermöglichen. „Ganz nach dem Motto ‚Jeder hat das Recht auf Wind in den Haaren‘, wie es auch die Kopenhagener Initiative pflegt“, sagt Robert Dedden, Initiator und Sprecher der ADFC-Ortsgruppe Hattingen. Gemeinsam mit einem Team von Ehrenamtlichen und Sponsor-Unterstützung von der hwg, der Sparkasse Hattingen und der Volksbank Sprockhövel sind die fleißigen Pedaltreter unterwegs, um Freude zu schenken.

Mittlerweile gibt es auch einen verbindlichen Fahrplan:

Jeweils **montags 14.30 Uhr** ist der Start in Sprockhövel am Matthias Claudius Haus, Perthesring. Team: Alfons Eilers, Diethelm Krause, Marcel Beckers, Alfons Eilers.

Jeweils **donnerstags um 14 Uhr** startet die Fahrt am Emmy Kruppke Seniorenzentrum in Hattingen-Welper, Thingstraße. Team: Kai Sieverding, Manfred Kremer, Johannes Kock.

Jeweils **mittwochs, 15 Uhr** startet die Tour vom Altenheim St. Josef, Brandtstraße 9. Die erste Tour beginnt am Mittwoch, 17. Mai. Team: Gerd Isenberg, Peter Hupperich, Bernd Lauenroth.

Im Einsatz nach Bedarf sind die Ehrenamtler von der Station Ambulanter Hospizdienst Witten Hattingen, Talstraße 8. Team: Bernd Lauenroth.

Kontakt und Infos gibt es bei Bernd Lauenroth, Telefon: 0170 3333 453.

Weitere Stationen, die unter der Betreuung der Pfarrei St. Peter und Paul stattfinden, sind der Heidehof Niederwienigern (donnerstags um 10 Uhr), die Lebenshilfe in der Schulstraße (freitags nach 15 Uhr) und die Demenz-WG in der Südstadt.



Willkommen im  STEAKHOUSE
Rose

Erleben Sie den Genuss von verschiedenen argentinischen Steaks frisch vom Holzkohलगrill mit vielfältigen Beilagen. Nehmen Sie Platz in dem mit viel Liebe zum Detail gestalteten, mediterranen Ambiente des Steakhouse Rose und lassen Sie sich von unseren zahlreichen Spezialitäten verwöhnen. Bei uns erwartet Sie beste Qualität und herzliche Gastlichkeit verbunden mit dem Anspruch zum „perfekten Steak“! In der warmen Jahreszeit erwartet Sie ein großer und gemütlicher Biergarten, wo dem kulinarischen Genuss unter freiem Himmel an schönen Sommertagen nichts im Wege steht.

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: durchgehend 11.30 – 21.30 Uhr, Montag: Ruhetag

Genießen Sie unsere Speisen im Freien!

Eistrends 2023: Vegane Köstlichkeiten und Ungewöhnliches

Marshmallow-Candy, Strawberry-Cheesecake und dann noch gerollt oder mit Eis-Schnee



Wenn die Sonne vom Himmel lacht und die Temperaturen steigen, steigt auch die Lust auf Eis. Speiseeis ist eine Süßspeise bestehend aus Flüssigkeiten wie Wasser, Milch, Sahne und eventuell Eigelb, verrührt mit Zucker und verschiedenen geschmacksgebenden Zutaten, die meist unter Aufschlagen oder Rühren zu einer Creme gefroren wird. Die kalte Köstlichkeit am Stiel, als Bällchen oder in der Großpackung, hält immer mehr Geschmacksrichtungen bereit. Der Trend 2023: Veganes Eis und Ungewöhnliches.

Der Bundesverband der Deutschen Süßwarenindustrie e.V. sagt: veganes Schokoladeneis, Zitronensorbet oder Erdnuss-Banane in der Haushaltspackung, veganes Eis am Stiel in der Variante Raspberry Swirl (fruchtiges Eis mit Himbeergeschmack, durchzogen mit Himbeersauce und knackiger veganer Schokolade) sowie Vegane Mandel oder Vegan Sea Salt Caramel-Eis liegen im Trend. Im Gastronomiebereich können sich die veganen Eis-Genießer unter anderem auf das neue Cherry Cookie Vanille freuen, einem Mix aus Sauerkirschen-Sorbet, Cookies und vegane Vanilleeis. Als pflanzliche Quellen werden neben Soja und Mandeln auch Hafer oder Erbsenprotein genutzt. Damit wird den Kunden eine vegane Alternative geboten, ohne dass auf den Genuss verzichtet werden muss.

Wer mit vegan nichts am Hut hat, für den hält das Jahr ebenfalls viele Kühltruhen-Köstlichkeiten bereit: Neu sind Peanut Butter Eisriegel mit Schokolade, crunchy Erdnüssen, Karamell und einer cremigen Schicht leckerer Erdnussbutter, Haselnuss-Eiscreme mit gerösteten italienischen Haselnussstückchen in der Multipackung oder ein Marshmallow-Candy Eis mit Kirsche verstrudelt. Weiter finden die Verbraucher Kokosnusseeis am Stiel mit Mango-Passionsfruchteis, Eis am Stiel mit Popcorngeschmack verstrudelt mit Karamelleis, Mascarpone-Waldfrucht mit Pistazienstückchen, Strawberry-Cheesecake und Stieleis mit Butterkeks oder Caramel-Crunch.

Neue Eis-Sorten für die Gastronomie sind zum Beispiel Pfirsich-Johannisbeere, ein Sorbet mit schwarzen Johannisbeeren in Kombination mit Pfirsicheis und Pfirsichstückchen oder ein erfrischendes Zitronensorbet mit 25 Prozent Fruchtanteil.

Außerdem sehen Trendforscher für den Sommer 2023 diese Highlights: Gerolltes Eis, erfunden in Thailand und ein Hype in New York. Dabei werden Milch oder Sahne sowie alle anderen Zutaten auf eine minus 30 Grad kalte Platte gekippt und mit Spachteln zerhackt und gemixt. Dann wird die Masse dünn über die Platte verstrichen. Die Rollen sehen im Becher aus wie Blümchen. Hübsch.

Aus Asien kommt das bunte Schnee-Eis. Aus Eisblöcken werden feine Flocken abgesäbelt und mit Sirup über das Eis gegossen. Ausgefallenen Sirup-Kominationen sind keine Grenzen gesetzt.

Schließlich gibt es noch das seit Jahrzehnten beliebte Wassereis, diesmal mit einem Schuss Alkohol für die eisig-heiße Partyszene.

Das europäische Eis des Jahres kommt diesmal aus Österreich und stellt mit der Sorte Apfelstrudel die heimische Mehlspeistradition in die Eistruhe. Übrigens: Der Tag der kreativen Eissorten wird in diesem Jahr am 1. Juli gefeiert. An diesem Tag sollen neue Eissorten geschaffen und probiert werden. Mal sehen, was da noch auf die Leckermäuler zukommt. Chili, Senf, Curry, Bratapfel, Red Bull, Thymian, Ingwer, Kürbis, Bratwurst, Avocado, Tomate, Bier, Mozzarella, Lavendel, Champagner, Fenchel, Karotte, Mohn, Balsamico, Ei, Pfeffer, Salz, Paprika, Apfelstrudel, Rucola, Aloe Vera, Lakritz, Milchschnee oder Spinat gib's ja schon - obwohl sich nicht alles beim Verbraucher durchgesetzt hat.

Eis zählt grundsätzlich zu den beliebtesten Süßwaren. Laut Statista haben die deutschen Verbraucher 2021 durchschnittlich 7,9 Liter Speiseeis pro Kopf konsumiert. Das entspricht etwa 113 Kugeln Eis. Im Jahr 2021 wurde das umsatzmäßige Marktvolumen für Markeneis in Deutschland auf rund 2,31 Milliarden Euro geschätzt.

anja





Auf zur Burgentour! Im Ennepe-Ruhr-Kreis gibt es viel zu entdecken. V.l.: Burg Blankenstein, Schloss Steinhausen, Burgruine Isenburg. Fotos: Pielorz/Hattingen Marketing

Neun auf einen Streich - die Burgentour im EN-Kreis

Die Wirtschaftsförderungsagentur EN lädt ein zu einem interaktiven Mikroabenteuer vor der Haustür



Ob einzeln oder in der Gruppe: Die Wanderung macht Spaß – hier sind unterwegs an der Burgruine Hardenstein v.l. Thomas Alexander (Marketingleiter Volksbank Sprockhövel eG, Sponsor des Projekts), Sophie Jütte (Wirtschaftsförderungsagentur EN-Kreis), Johannes Einig (Geschäftsführung AHE GmbH, Sponsor des Projekts), Landrat EN-Kreis Olaf Schade, Peter Uphoff (Wirtschaftsförderung und Stadtmarketing der Stadt Wetter), die Bürgermeister Dirk Glaser aus Hattingen und Lars König aus Witten sowie Michael Vogelsang (Vorstand Volksbank Sprockhövel eG). Foto: Pielorz

Die Wirtschaftsförderungsagentur Ennepe-Ruhr bietet eine Mikroabenteuer-Burgentour an. Neun Burgen, Schlösser und Ruinen in Hattingen, Schwelm, Wetter und Witten gibt es auf eine ganz besondere Art und Weise zu entdecken. Sich ins „Mikroabenteuer“ zu stürzen bedeutet nach deren Begründer, dem britischen Abenteurer Alastair Humphreys, spontan zu starten und sich auf Natur, Kultur und Geschichte vor der eigenen Haustür einzulassen. Egal ob zu Fuß, auf

dem Rad oder sogar mit dem Kanu auf der Ruhr – der Ennepe-Ruhr-Kreis eignet sich prima für die Welt der Mikroabenteuer. Das fand auch Sophie Jütte von der Wirtschaftsförderungsagentur, die dieses Mikroabenteuer auf der Grundlage ihrer Bachelor-Arbeit weiterentwickelte. Neben analogen Erfahrungen zu Fuß oder per Drahtesel gehören auch die modernen Medien zur Ausstattung der Entdecker. Es warten interaktive Abenteuer auf jeden einzelnen, die mit Hilfe des Smartphones gelöst werden können. In vier von neun Kreisstädten kann man das Burgenabenteuer erleben. In Hattingen gibt es gleich drei Burgen und Schlösser zu entdecken: die Burgruine Isenburg, die hoch oben über dem Ruhrtal thront. Dann die Burg Blankenstein, die ebenfalls einen Blick in das Ruhrtal gewährt und schließlich die Wasserburg Kemnade am gleichnamigen Stausee. Auch in Witten gibt es drei historische Gemäuer zu bewundern: die Burgruine Hardenstein, Schloss Steinhausen und Haus Witten. In Wetter grüßen die beiden Burgen Volmarstein und Wetter und in Schwelm das Haus Martfeld. Eine besondere „Mikroabenteuer-Beschilderung“ an allen Standorten mit einem QR-Code bietet jede Menge spannende Informationen zur Burg oder zum Schloss, aber: „Die Schilder selbst sind minimalistisch, mit nur zwei bis drei Sätzen zum jeweiligen Gebäude. Zentral sind die QR-Codes, sie führen zu Hintergrundinformationen und den „Abentauern“, erklärt Sophie Jütte von der EN-Agentur. Wer den Code scannt, gelangt zunächst zu einem unterhaltsamen Informationstext zum Standort, in wenigen Klicks führt dieselbe Internetseite zur Buchung der Tour. Für einmalig 19,99 Euro lassen sich die Mikroabenteuer an allen neun Attraktionen erleben – 365 Tage im Jahr. Eine der Sehenswürdigkeiten ist das Schloss Steinhausen. Das Schild lädt zu einer Reise in die Vergangenheit ein, als der ehemalige



Frühjahrsputz?
Wir haben den passenden Container
24hr schnell, günstig, zuverlässig

www.ahe.de/anfrage
02330 / 8000 0

AHE
Entsorgung sichern. Werte schaffen.

Rittersitz als Höhenburg der Stadt Witten erbaut wurde. Auch die Burg Hardenstein hat ihre Geheimnisse. Entstanden um 1354 soll sie auch Heimat des Zwergenkönigs Goldemar gewesen sein. Doch weil der Küchenjunge unbedingt die Fußspuren des Zwergenkönigs mit Erbsen und Mehl sichtbar machen wollte, löste er den Zorn von Goldemar aus, der die Familie Hardenstein verfluchte. Ortswechsel: Wie wäre es mit der Burgruine Isenburg in Hattingen? Nach einem alten Buch von Gottfried Henßen „Berg und Mark“ soll sich sogar ein alter Goldschatz auf dem Grundstück verbergen. Durch Suche, Schätzung oder Rätsellösung kann man sich nach dem Scannen des QR-Codes voll und ganz auf ein Mikroabenteuer einlassen und in die Vergangenheit abtauchen. Man lege sich einen Account an und kann nach Eingabe des Passwortes auf den Schildern unterhalb des QR-Codes die Challenge erleben und sich nach allen neun Stationen einer Edelfrau oder eines Edelmannes würdig erweisen. Über eine digitale Urkunde dürfen sich dann diejenigen freuen, die ihre Mikroabenteuer an allen Standorten erfolgreich absolviert haben. Infos zu Abenteuern und Fotobuch unter www.en-agentur.de/shop/mikroabenteuer-burgentour. anja

Wandern steigert das Wohlbefinden

Der erste Schritt ist der Wichtigste

Bis ins Alter mobil und gesund zu bleiben, wünscht sich jeder. Doch manche vergessen, dass anhaltende körperliche und geistige Fitness nicht vom Zufall abhängig ist: Jeder Tag sollte genutzt werden, um das Leben aktiver zu gestalten. Dafür braucht es weder einen Trainingsplan noch kräftezehrende Workouts. Im Gegenteil: „Wer aktiv ist, muss keine sportlichen Höchstleistungen bringen“, erklärt Michaela Bahr, Gesundheitsexpertin bei Seni, einem Spezialisten für Inkontinenz- und Pflegeprodukte. „Es kommt vor allem darauf an, in Bewegung zu kommen und zu bleiben. Tägliche Spaziergänge und kleinere Wanderungen in der Natur sind ein guter Anfang. Das Herz-Kreislauf-System wird gefördert, Muskeln sanft gestärkt und die frische Luft tut gut und hebt die Laune.“ Was viele nicht wissen: Regelmäßige Bewegung beugt typischen Beschwerden des Alters wie Inkontinenz oder Bluthochdruck vor und kann sie sogar lindern. Betroffene von Blasenschwäche profitieren vom Wandern besonders: Die sanften Kontraktionen der Beckenbodenmuskulatur haben eine stärkende Wirkung auf die Blase und fördern das Wohlbefinden. Konkrete Tipps finden sich online unter www.seni.de/wandern. txn



Den ersten Schritt zu mehr Wohlbefinden machen: Wer sich mit Freunden zu regelmäßigen Aktivitäten verabredet, bleibt länger motiviert. Beim Wandern beispielsweise verbessert sich die körperliche Fitness, während gesundheitliche Beschwerden gelindert werden können. txn-Foto: stylephotographs/123rf/Seni



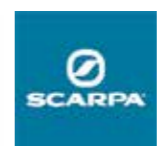
Top-Wanderschuhe

Größen von **27 bis 51** in riesiger Auswahl!

Atmungsaktiv, wasserdicht, winddicht, guter Grip u.v.m.



der führenden Marken, z.B.:
MEINDL
Shoes For Actives



©Image-Magazin

autohaus KOHLMANN
seit 1933
Autohaus Kohlmann GmbH & Co. KG

NISSAN

SUBARU

ISUZU

www.kohlmann.de

Koksstraße 1 Wittener Straße 216
58135 Hagen 45549 Sprockhövel
Tel: (02331) 9404-0 Tel: (02339) 12058-0

Das Fest der AutoParty
Sa. 13. und So. 14. Mai 2023

**Neue Location:
Rathausplatz
Hattingen**

AUTOPARTY HATTINGEN e.V.
...immer in Bewegung

Trends & aktuelle Angebote
Auto • Motorräder • Zubehör
sowie Aktionen der
Hattinger Geschäfte und Vereine

DAS FEST DER AUTOPARTY | 13. + 14. MAI 2023

HONDA

Der Honda
HR-V
e:HEV


Hybrid-Technologie in
ihrer schönsten Form.



Das erwartet Sie:


Xandra Hag

Millionen Sekunden - das sind gerade mal 11 Tage, und doch eine gefühlte Ewigkeit, wenn man verliebt ist und seinen Partner vermisst. Xandra Hag erzählt genau diese Geschichte in ihrer neuen Single Millionen Sekunden. Wir alle haben es schon einmal erlebt. Xandra Hag, die sympathische Sängerin aus dem Ruhrgebiet veröffentlicht damit ihre 3. Single auf dem noch jungen Label laut-leise. Ein tanzbarer Popschlager mit Ohrwurmgarantie. Xandra Hag besticht einmal mehr als ausdrucksstarke Sängerin und beweist erneut, warum sie zu einer festen Größe im deutschen Schlager gehört.




André Wörmann

1969 wurde André Wörmann in Hattingen-Niederwenigern geboren und früh erkannte er seine musikalische „Schlager-Ader“. Seit 2014 produziert André Wörmann auch seine eigenen Titel und neben den interessanten Ton- und Videoproduktionen, freut er sich natürlich ganz besonders, die eigenen Titel in seinem LIVE-Programm einzuarbeiten und dem Publikum zu präsentieren.




Speedos

Seit über 20 Jahren sind die Speedos unterwegs. Ob mobil-akustisch oder mit Bühnenshow... mit ca. 200 Auftritten im Jahr gehören sie zu den aktivsten Bands in Deutschland. Sie spielen überall, wo es Spaß macht... Firmenevents, Konzerte, Festivals, Privatpartys, Stadtfeste, Messen usw.



Mr. Mary Jane

Der Sänger, Texter und Komponist Jürgen Peter aus NRW wird in der Branche auch Mr. Mary Jane genannt. Aufgewachsen ist er im Saarland und war schon immer für Schlager begeistert, ganz besonders von Wolfgang Petry und dessen Musik, die ihn sehr geprägt hat. Im Jahr 1997 brachte Jürgen Peter seine erste Single „Asche und Rauch“ und „Sieh nicht nur die dunklen Wolken“ auf den Markt. Seinen Durchbruch hatte Jürgen Peter im Jahr 2009 mit seinem eigenen Song „Mary Jane“.



Andrea und Andy

2 Musiker aus Hattingen die viele verschiedene Genre abdecken... Die Musik ist mal romantisch, mal tanzbar, mal melancholisch, mal lustig, mal rockig und fast immer optimistisch. Ein Mix aus Italienisch, Deutsch, Englisch, spanischer Musik...

FULL POWER.

ŠKODA

iv

Wir sind auf der
Autoparty Hattingen



Der Neue ŠKODA ENYAQ RS iv.

Der ŠKODA ENYAQ RS iv ist nicht nur für Entdecker die richtige Wahl. Sondern auch für alle, die sich ein SUV mit echtem Sportwagenfeeling wünschen. Denn er bietet alle Vorteile unserer vollelektrischen iv-Modelle und begeistert dank Sportfahrwerk, Progressivlenkung und Allradantrieb mit präzisiertem Handling und einer optimalen Straßenlage. Spaß macht auch sein Design: Crystal Face, RS-typische Frontschürze, imposante 20"-Räder sowie Voll-LED-Matrix-Scheinwerfer und Voll-LED-Heckleuchten sorgen für einen rundum dynamischen Look. 3-Zonen-Climatronic und LED-Ambientebeleuchtung sind bereits serienmäßig an Bord, zusätzlich stehen zahlreiche optionale Highlights wie Head-up-Display mit Augmented Reality oder CANTON-Soundsystem zur Auswahl. Wir machen Ihnen gern ein Angebot. ŠKODA. Simply Clever.

ŠKODA ENYAQ RS iv (Elektro) 4x4 220 kW (299 PS Systemleistung)¹, Stromverbrauch in kWh/100 km, kombiniert: 17,8. CO₂-Emissionen in g/km, kombiniert: 0. Effizienzklasse A+++.² Reichweite: 512 km (WLTP-Werte).³

¹ Elektrische Maximalleistung 220/195 kW: Gemäß UN-GTR.21 ermittelte Maximalleistung, welche für maximal 30 Sekunden abgerufen werden kann. Die in der individuellen Fahrsituation zur Verfügung stehende Leistung ist abhängig von variablen Faktoren wie zum Beispiel Außentemperatur, Temperatur-, Lade- und Konditionierungszustand oder physikalische Alterung der Hochvoltbatterie. Die Verfügbarkeit der Maximalleistung erfordert insbesondere eine Temperatur der Hochvoltbatterie zwischen 23 und 50 °C und einen Batterieladestand > 88 %. Abweichungen insbesondere von vorgenannten Parametern können zu einer Reduzierung der Leistung bis hin zur Nichtverfügbarkeit der Maximalleistung führen. Die Batterietemperatur ist in gewissem Umfang über die Funktion Standklimatisierung mittelbar beeinflussbar und der Ladezustand unter anderem im Fahrzeug einstellbar. Die aktuell zur Verfügung stehende Leistung wird in der Fahrleistungsanzeige des Fahrzeugs angezeigt. Um die nutzbare Kapazität der Hochvoltbatterie bestmöglich zu erhalten, empfiehlt es sich, für die tägliche Nutzung ein Ladeziel von 80 % für die Batterie einzustellen (vor zum Beispiel Langstreckenfahrten auf 100 % umstellbar).

² Die angegebenen Verbrauchs- und Emissionswerte wurden nach dem gesetzlich vorgeschriebenen WLTP-Verfahren (Worldwide Harmonized Light Vehicles Test Procedure) ermittelt, das ab dem 1. September 2018 schrittweise das frühere NEFZ-Verfahren (neuer europäischer Fahrzyklus) ersetzt. Der Gesetzgeber arbeitet an einer Novellierung der Pkw-ENfzV und empfiehlt in der Zwischenzeit für Fahrzeuge, die nicht mehr auf Grundlage des NEFZ-Verfahrens homologiert werden können, die Angabe der WLTP-Werte, welche wegen der realistischen Prüfbedingungen in vielen Fällen höher sind als die nach dem früheren NEFZ-Verfahren. Informationen zu den Unterschieden zwischen WLTP und NEFZ finden Sie unter skoda.de/wltp

³ Tatsächliche Reichweite abhängig von Faktoren wie persönlicher Fahrweise, Streckenbeschaffenheit, Außentemperatur, Witterungsverhältnissen, Nutzung von Heizung und Klimaanlage, Vortemperatur, Anzahl der Mitfahrer.

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.

AUTOMOBILE FRIEDENSEICHE
Ihr Auto aus guten Händen

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

Wir sind euer Servicepartner in Hattingen für Toyota und SEAT. Auch mit Cupra Modellen sind wir bestens vertraut.

Es steht ein Service oder eine Reparatur an? Dann seid ihr herzlich willkommen!

TOYOTA **SEAT**

Hantke
Freude am Auto

WhatsApp: 01721831749
Mail: info@autohaus-hantke.de
Telefon: 02324/32830



Map showing locations of businesses in Hattingen: Kinderland, Kohlmann, Hermes, Lindemann, Wicke, W & H, Möller, Friedenseiche, Drössiger, Bonnermann und Hüls, Essen, Getränke, Bühne, Smolczyk, Feix, Meiss, Royal Mobility, Rotberg.

Unser HR-V Leasingangebot*

299 € mtl. Anzahlung **2.965,60 €**

* Ein unverbindliches Leasingangebot der Honda Bank GmbH, Hanauer Landstr. 222-226, 60314 Frankfurt am Main, auf Basis der unverbindlichen Preisempfehlung von Honda Deutschland für einen HR-V e:HEV Elegance. Fahrzeugpreis: 32.600,00 €. Leasingsonderzahlung: 2.965,60 €, Laufzeit: 48 Monate, Gesamtfahrleistung: 40.000 km, Effektiver Jahreszins: 4,99 %, Sollzins, p.a. gebunden für die gesamte Laufzeit: 4,88 %, Gesamtbetrag: 17.317,60 €, monatliche Leasingrate: 299,00 €. Angebot gültig bis 15.05.2023.

Kraftstoffverbrauch HR-V e:HEV in l/100 km (nach NEFZ): innerorts 3,1; außerorts 4,8; kombiniert 4,2. CO₂-Emission in g/km: 96. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

Autohaus Drössiger e.K.
Ihr Honda Vertragshändler in Bochum

Hattinger Straße 983 · 44879 Bochum-Linden
Telefon 02 34/94 20 60 · E-mail: info@honda-droessiger.de
Internet: www.honda-droessiger.de

Kreditvermittler der Honda Bank GmbH.

Reiseservice
Gabriela Bierwirth

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

WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Wir kaufen
Wohnmobile + Wohnwagen

03944-36160
www.wm-aw.de

JUWELIER LÜTTGEN
UHREN & SCHMUCK
SEIT 1980

Goldankauf

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

Lanwehr
MINERALÖL

HEIZÖL

WITTEN 91 42 50
02302-

Flyer & Prospekte

023 02/9 83 89 80

KATHAGEN
media+kommunikation

VEREHRT IN ALLE EWIGKEIT

Frank Sinatra Story - Ulli Wewelsiep & Friends

Wewelsiep hat ein Konzertprogramm mit den bekannten Sinatra-Klassikern als auch seinen innigen Balladen arrangiert, welches sowohl von biographischen als auch kleinen fiktiven Szenen umrahmt wird, die uns die Person des großen Sängers und Entertainers näherbringen. Es wird durch die erdachten Figuren Francis (Sänger Schauspieler/Entertainer), Bill (Freund und langjähriger musikalischer Begleiter am Piano) und Dino (kritischer Freund) getragen. Ein spannender, unterhaltsamer Abend über den begnadeten

Sänger und Entertainer Frank Sinatra, der am Ende seiner atemberaubenden Karriere „The Voice of Amerika“ genannt werden wird. Wewelsiep, Boden und Engelbertz sind schon seit vielen Jahren musikalische Freunde und haben eine Vielzahl von musikalischen Projekten „ausgeheckt“. Ulrich Wewelsiep war als Solist in vielen Hauptrollen an deutschsprachigen Theatern tätig. Unter anderem spielte er den Jesus in „Jesus Christ Superstar“, den Che in „Evita“. Aktuell spielt er den „Grüffelo“, eine Produk-



Jazz in der Hütte mit der WDR Big Band

Auf dem Programm stehen Stücke von Filmkomponist Michael Legrand

Am Freitag, 12. Mai, 20 Uhr, ist die WDR Big Band zu Gast im LWL-Museum Henrichshütte in Hattingen. Auf dem Programm stehen Stücke von Michel Legrand. Michel Legrand ist dem breiten Publikum namentlich nicht unbedingt bekannt, dafür aber seine Kompositionen: Der Jazzmusiker und Filmkomponist hat die Soundtracks zu über 200 Film- und Fernsehproduktionen beigegeben - darunter den Soundtrack zu „Les Parapluies de Cherbourg“ mit Catherine Deneuve und „Yentl“. Und ganz nebenbei hat er der Jazzwelt mit Songs wie „Windmills of your mind“ einige unsterbliche Standards hinterlassen. Mit prominenter Unterstützung aus den Niederlanden

durch Trijntje Oosterhuis (Gesang) und Tineke Postma (Saxofon) verneigt sich die WDR Big Band unter Leitung von Vince Mendoza vor dem Meister. Das Konzert wird vom Landschaftsverband-Westfalen-Lippe (LWL) in Kooperation mit dem Fachbereich Weiterbildung und Kultur der Stadt Hattingen präsentiert. „Nach dem fulminanten Start der Kooperation mit dem Konzert von Chris Hopkins mit den Jazz Kangaroos freuen wir uns auf einen fantastischen Abend“, erklärt Museumsleiter Robert Laube. Tickets kosten 30 Euro, Schüler*innen und Studierende zahlen 20 Euro, jeweils plus Gebühren. Sie sind online unter <https://shop.ticketpay.de/organizer/1ULBKXIP>

So. 14.5., 17 Uhr
Ev. Kirche Herzkamp

tion des Jungen Theaters Bonn. Auch als Bigband Sänger machte er sich einen Namen. Mit dem „King of Swing Orchestra“ tourte er europaweit, aktuell mit der Show „Babylon Swing“. Robert Boden im frühen Alter von 20 Jahren tourt er bereits europaweit mit der amerikanischen Gospel- und Soul-Sängerin Jean Shy. Zahlreiche Engagements als Pianist, Keyboarder, Studiomusiker, Arrangeur und Leiter unterschiedlichster Ensembles folgen. Neben seinem Studium in Köln beginnt er 1984 die Lehrtätigkeit im Fache Jazz-Piano an der Bergischen Musikschule in Wuppertal und ist Mitbegründer der Abteilung „Populärmusik“. 1990 wird er als Dozent u.a. für Jazz-Piano und Tonsatz an der Hochschule für Musik Köln, Abteilung Wuppertal berufen. Wolfgang Engelbertz hat über die Musik von Django Reinhardt und Stephane Grappelli den Zugang zum traditionellen Jazz gefunden. Von den vielfältigen stilistischen Möglichkeiten des Kontrabasses machte er nicht nur mit Jazzmusikern wie Benny Bailey, Gregory Gayner sowie Charlie Mariano, Barbara Dennerlein und Klaus Doldinger, sondern auch im klassischen Bereich wie z.B. dem Gürzenich Orchester Gebrauch.

So. 6.7., ab 19 Uhr
Haus Kemnade



Raumfahrtabend

Nur 13 Deutsche waren im All

Zum Bochumer Raumfahrtabend 2023 wird mit Hans Schlegel einer dieser Raumfahrer im Ruhrgebiet zu Gast sein. Am Donnerstag, den 6. Juli, wird Schlegel, der zweimal mit dem Space Shuttle ins All flog, im Haus Kemnade einen Vortrag über seine Missionen und Erlebnisse halten und den Zuschauern bildgewaltig die Perspektive „von oben“ verdeutlichen. Tickets sind im VVK erhältlich unter: www.raumfahrtabend.de. Organisiert wird das Event von Raumfahrtfan Christopher Methler. Hans Schlegel, der in Houston, Texas, wohnt, war bereits im letzten Herbst privat in Bochum zu Gast: „Hans und ich waren beide begeistert von der Idee, eine solche Veranstaltung mitten im Ruhrgebiet aufzuziehen. Dafür reist er extra aus den USA an“, so Christopher Methler. „Ohne die Hilfe von Sponsoren wäre so etwas nicht finanzierbar. Dafür bin ich sehr dankbar. Das wird ein toller Abend für alle Raumfahrt-Verrückten, so wie mich.“ Anschließend an den Vortrag ist eine Talkrunde geplant, bei der auch das Publikum Fragen stellen kann. Die Moderation übernimmt Michael Wurst, der Stadionsprecher des VfL Bochum. Zum Abschluss der Veranstaltung wird es eine Autogrammstunde geben. Einlass ist ab 18 Uhr, Beginn um 19 Uhr. „Mit dem Haus Kemnade haben wir eine großartige Location gefunden.“ Im Vorfeld (ab 17 Uhr) gibt es auch die Möglichkeit, im Rahmen eines kostenpflichtigen Meet & Greet in gemütlicher Runde persönliche Gespräche mit Hans Schlegel zu führen.

Termine Zeche Nachtigall
Nachtigallstraße 35, 58452 Witten, Tel. 02302/93664-22

Fr. 5.5. 21 Uhr
Nachtigall und Fledermaus
Nachtsafari im Industriemuseum. Abendliche Exkursion im Industriemuseum für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahre. Dauer: 1,5 Stunden.

Sa. 6.5. 15.30 Uhr
Große Bergwerkstour
Große Bergwerkstour für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

So. 7.5. 15 Uhr
Schachtelhalm und Wiesenknopf
Natürlich Nachtigall. Industrienatur auf Zeche Nachtigall. Wir suchen Wildkräuter im Industriemuseum. Dauer: 1,5 Stunden.

So. 7.5. 15 Uhr
Unter Dampf
Vorführung der historischen Fördermaschine von 1887.

Sa. 13.5. 15 Uhr
Der Weg in die Tiefe
Führung in Deutscher Gebärdensprache. Dauer: 1 Stunde.

Sa. 13.5. 11 Uhr
Hauerschicht
Bergbau intensiv erleben. Im Besucherbergwerk Nachtigall. Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren. Dauer: 5,5 Stunden. Kosten: 49 Euro inkl. Eintritt und Imbiss. Anmeldung erforderlich bis 11.05.

Sa. 13.5. 15 Uhr
Zechen-Safari
Naturforscher unterwegs im Industriemuseum. Schwerstarbeit „unter Tage“ – Das geheime Leben der Tiere im Boden. Dauer: 2 Stunden. Kosten: 3 Euro plus Eintritt.

So. 14.5. 14 Uhr
Die Geschichte des Ortes
Themenführung. Öffentliche Museumsführung durch die Dauerausstellung und über das Museumsgelände. Dauer: 1 Stunde.

So. 21.5. ganztags
Internationaler Museumstag
Eintritt frei.

So. 21.5. 15 Uhr
Ziegelei Dünkelberg
Themenführung. Öffentliche Führung zur Geschichte der Ziegelei. Dauer: 1 Stunde.

Sa. 27.5. 15 Uhr
Kohlezeit
Wurzeln, Wachstum und Wandel im Ruhr- und Muttental. Expedition durch den Nachtigallstollen ins Muttental und an die Ruhr. Für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren. Dauer: 2,5 Stunden.

So. 28.5. 15 Uhr
„Alles aus einem Berg“
Interaktive Themenführung zur Geologie rund um den Hettberg.

LWL-MUSEUM
Henrichshütte
HATTINGEN

17.05.
15.10.
2023

In einem unbekanntem Land

INDUSTRIE INSEKTEN

henrichshuette-hattingen.lwl.org
gefördert von der König-Baudouin-Stiftung

Termine Henrichshütte Hattingen
Werksstraße 31-33, 45527 Hattingen, Tel. 02324/9247-140

10. März bis 25. Juni 2023
Ausstellung „The Wall“
erinnert an ein Projekt, vielleicht das Symbol des Nationalsozialismus überhaupt. Die Fotografin Annet van der Voort hat die Reste des „Atlantikwalls“ aufgesucht und fotografiert - ein Bauwerksystem, entstanden in den Jahren 1942 bis 1944 auf einer Länge von 6000 Kilometern. Errichtet von zur Arbeit gezwungenen Menschen aus ganz Europa, gigantisch in den Dimensionen, unvollendet und militärisch sinnlos. In einem Exkurs zeigt die Ausstellung Luftschutzbunker aus dem Ruhrgebiet.

Fr. 5.5. 15 Uhr
Eisenkraut und Feuerblume Wildkräuterspaziergang
Rund um den Hochofen findet man viele unterschiedliche Wildkräuter. Wie man sie erkennt und wofür sie nutzbar sind, das erfahren Besucher/innen auf einem Spaziergang. Dauer: 90 Min. Kosten: 2 Euro plus Eintritt.

So. 7.5. 11 bis 13 Uhr
Hütten-Safari: „Vom Schachtelhalm zum Götterbaum“
Natur entdecken im Industriemuseum.

Fr. 12.5. 20 Uhr
WDR Big Band Konzert!
Mit Musik von Michel Legrand. Als Solistinnen wirken zwei Holländerinnen mit: Trijntje Oosterhuis, Vocals, und Tineke Postma, Altsaxofon. Die musikalische Leitung hat Vince Mendoza. Tickets unter shop.ticketpay.de und im Foyer der Henrichshütte.

Mi. 17.5. bis 15.10. 2023
IndustrieInsekten - Sonderausstellung -
Eröffnung am. 17.5 um 18 Uhr. Offene Führungen sonntags 13.30 Uhr...

So. 21.5. 10 Uhr
Intern. Museumstag
Live-Online-Führungen „The Wall“. Anmeldung und Infos unter Tel. 02324 9247-111. Teilnahme und Eintritt frei.

Fr. 26.5. 15 bis 16.30 Uhr
Natur am Werk
Erleben Sie das grüne Netzwerk der Industrienatur und erfahren dabei Wissenswertes über Natur und Technik.

Sa. 27.5. 21.30 Uhr
Nachts im Museum
Führung durch Natur und Technik bei Nacht. Dauer: 90 Min.



Tag der Organspende

Viele warten auf ein lebenswichtiges Organ

Am 3. Juni wird am Tag der Organspende auf ein lebenswichtiges Thema aufmerksam gemacht. Eine Organspende ist die Entnahme eines Organs zum Zwecke der Transplantation. Unterschieden wird dabei zwischen einer Lebendspende und einer Organentnahme post mortem, also nach dem Tod des Spenders. Die Lebendspende ist auf Organe begrenzt, deren Abgabe für den Spender gesundheitlich vertretbar ist. Es ist außerdem gesetzlich vorgeschrieben, dass der Spender im ersten oder zweiten Grad mit dem Empfänger verwandt ist, Ehepartner ist oder aber eine tiefe Bindung zwischen beiden Parteien nachweislich vorhanden ist. Die Spende ist freiwillig. Oft bezieht sie sich auf Niere oder einen Teil der Leber oder auf Knochenmark. Die entnommenen Organe werden an schwer kranke Patienten gegeben. Der Patient muss offiziell bei Eurotransplant gelistet sein. Um auf eine solche Warteliste zu kommen, sind eine Reihe von Voruntersuchungen notwendig. Die Stiftung Eurotransplant mit Sitz im holländischen Leiden koordiniert das Zusammenspiel zwischen Organspender und Organempfänger. Mit dem Organspendeausweis kann man seine Entscheidung zur Organspende dokumentieren - unabhängig davon, ob man sich dafür oder dagegen entscheidet. Laut Transplantationsgesetz darf man ab dem vollendeten 16. Lebensjahr seine Bereitschaft zur Organspende erklären. Auf der Website der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) oder der Deutschen Stiftung Organtransplantation kann er heruntergeladen werden. Ebenso ist er bei Krankenkassen, in Apotheken, Krankenhäusern und Arztpraxen erhältlich und kann als Plastikkarte im Scheckkartenformat bestellt werden.

Sportkarussell 2023

Bewegungsangebote schon für die Kleinen

Das Sportkarussell ist ein von Schulen, Familien und Sportvereinen gern angenommenes Konzept, um Dritt- und Viertklässlern eine Vielfalt an Sportangeboten zu ermöglichen, auf denen der reguläre Schulsport weniger Aufmerksamkeit legen kann. Bereits seit 2013 sieht das Projekt vor, einmal wöchentlich bis zu 16 Kindern während der Nachmittagsbetreuung an neue Sportarten heranzuführen. Ein lokaler Sportverein aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis stellt für sechs Wochen infolge ein Bewegungsangebot vor, das die Freiwilligen für sich ausprobieren können. Nach diesem Zeitraum wechselt der Sportverein und die Kinder lernen eine neue Sportart kennen.

Bildlich gesehen rotieren die Angebote wie ein Kinderkarussell auf dem Jahrmarkt, worauf die Namensgebung „Sportkarussell“ zurückführt. Somit ist es möglich, bis zu sechs verschiedene Bewegungsformen in einem Schuljahr vorzustellen. Die Wechselwirkung zwischen Schulen und Sportvereinen macht beide Parteien zu Bildungspartnern, die die Gesundheitsförderung der jungen Generation unterstützen. Francesco Kothe (Franco) und Angela Hackert (Angi) vom TV Hasslinghausen kümmerten sich um das Thema Badminton.



Vertreter der GGS Hobeuken in Sprockhövel, Sportjugend NRW, KreisSportBund Ennepe-Ruhr und Politik machten sich persönlich vor Ort Eindrücke vom „Sportkarussell“.

Ich versuche, ein Beziehungs-Fänger zu sein

„Bei Mobbing oder Demütigung liegt der Schlüssel immer bei den Eltern und in der Familie.“



Streetworker Peter Wiersch und Schatzmeisterin Katja Dreves. „Ohne sie wäre der Verein nicht denkbar.“ Foto: privat

Peter Wiersch (53) ist alles - aber kein klassischer Pädagoge. Der Hattinger gründete den gemeinnützigen und mildtätigen Verein Kinder- und Jugendhilfe Ruhrgebiet e.V. und seine Arbeit fängt dort an, wo viele Erwachsene aufgegeben haben. Motorradstuntfahrer, Rennmechaniker, Netzwerker mit Polizei, Jugendamt, Lehrern und Psychologen, Streetworker - der Wiersch versucht, die harten Kids zu packen. Mit Erfolg.

IMAGE: Du arbeitest mit den harten Typen. Jungs und Mädchen?

WIERSCH: Ja, mittlerweile schon. Am Anfang habe ich nur mit Jungs gearbeitet, seit unserer Vereinsgründung im Februar 2022 nun auch mit Mädchen. Die meisten haben ordentlich was auf dem Kerbholz. Dazu gehören Drogendelikte, versuchter Mord oder andere Gewaltformen, auch in Clanstrukturen. Ich arbeite sehr häufig mit traumatisierten Kindern und in der Mobbing-Prävention, sowie mit Kindern und Eltern, die mit alltäglichen Problemen erzieherisch in einer Sackgasse feststecken. Diese Arbeit bindet in der Regel nicht nur das Kind oder den Jugendlichen ein, sondern die Familie und das relevante Umfeld.

IMAGE: Die Kinder oder Jugendlichen kommen freiwillig zu Dir?

WIERSCH: In der Regel nicht. Da ist im Vorfeld eine Menge passiert, bevor über Jugendamt, Polizei oder andere Einrichtungen der Kontakt zu mir entsteht. Über Werkstatt-, Sport- oder Erlebnispädagogik-Projekte entsteht der Zugang zu den Kindern und Jugendlichen. Es gibt aber auch welche, die sich z.B. wegen Mobbing von selbst an mich wenden. Auch Eltern die z.B. Probleme mit Erziehung, Straftaten oder Schulverweigerung haben, kontaktieren mich sehr häufig.

IMAGE: Wie schaffst Du Bindung ohne Blockade des Teilnehmers?

WIERSCH: Ich sehe mich als eine Art Beziehungs-Fänger. Ohne Bewertung und ohne Druck. Nur Zuhören und Verstehen. Ansonsten würden die Kinder und Jugendlichen sofort dicht machen. Über Motorräder, Boote, Quads, einen kleinen Bagger oder über meine Hunde nimmt der Kontakt Fahrt auf. Zwischen mir und dem Teilnehmer muss eine Bindung und eine Beziehung entstehen, die beiderseits auf echtem Interesse beruht. Das braucht Zeit. Vertrauen muss sich aufbauen. Das tut es nur, wenn ich Ereignisse oder Straftaten nicht bewerte. Soziale Werte und Zusammenhalt werden heute seltener in der Familie gelebt. Das ist aber wichtig. Viele Kinder oder Jugendliche sind deshalb auf der Suche nach Menschen, die für sie „ihre“ Familie sein können. Finden sie diese nicht, fehlt ihnen der Halt. Ohne Bindung sind in ihrer Entwicklung Brüche bis hin zu Straftaten vorprogrammiert. Etwa die Hälfte dieser Jugendlichen bekommt durch meine Hilfsmaßnahmen im Laufe der Zeit einen Zugang zu sich selbst, zur Tat, zum Leid der Opfer. Dann hat die Empathiearbeit mit ihnen funktioniert. Bei der anderen Hälfte kann man davon ausgehen, dass ein Teil von ihnen in Zukunft nur noch minderschwere Straftaten begehen wird. Einen kleineren Teil der Jugendlichen erreiche ich trotz allergrößter Bemühungen nicht.

Hier weiß ich leider oft selbst nicht genau, warum das so ist. Deshalb liegt mein Fokus nicht nur auf den Kindern, Jugendlichen und deren Familien, bei denen meine Hilfe und Unterstützung Positives bewirkt, sondern eben genau auf denen, die ich durch meine Arbeit (noch) nicht erreichen konnte. Es ist mein stärkster Antrieb, noch besser zu werden, noch genauer zuzuhören, was mir die Kinder über ihre Biographie versuchen zu vermitteln. Deshalb werden diese Kinder und Jugendlichen nie endgültig aus meiner Maßnahme als „nicht erreichbar“ entlassen. Stattdessen erhalten sie immer eine Möglichkeit, die Maßnahme zu einem späteren Zeitpunkt fortsetzen zu können, um ihnen selbst zum Abschied noch Halt, Sicherheit und Zugehörigkeit als wertvolle, positive korrigierende Beziehungserfahrung mit auf den Weg zu geben. Bei mir kann man „niemals aus einer Maßnahme rausfliegen“. Meine Türen sind und bleiben für sie immer geöffnet.

IMAGE: Wir haben die furchtbaren Taten aus Freudenberg und Heide erlebt - der Tod von Luise und per Video gezeigte Mobbing-Erlebnisse einer Jugendlichen. Was macht das mit Dir?

WIERSCH: Mich machen solche Taten sehr traurig. Mobbing oder Demütigung sind oft Auslöser für Taten, Straftaten oder grausame Verbrechen, weil die Hemmschwelle im Vorfeld mit jeder noch so kleinen Tat schwindet und irgendwann ganz wegfällt. Taten wie die in Freudenberg und Heide erinnern mich jedesmal an meine Kindheit und Schulzeit. Das Wort Mobbing war noch nicht erfunden, aber die Inhalte waren damals leider mein eigener Schulalltag. Meine persönlichen Erlebnisse mit Mobbing sind unter anderem der Grund dafür, dass ich vom Profi-Handwerker zum Spezialisten für Kinder und Jugendliche aus schwierigsten Verhältnissen wurde, einen Jugendhilfeverein gründete und mich so gut in betroffene Kinder, Jugendliche und Familien hineinversetzen kann. Das gilt für Opfer und Täter, denn in jedem Täter steckt auch ein Opfer. Bei der grausamen Tat im Fall Luise stellt sich für mich die Frage nach der Verantwortung von Eltern, Familie und Umfeld. Eine radikale Bindungs- und Beziehungsarbeit muss folgen, um die Täterinnen davon abzuhalten, weitere Straftaten zu begehen und eines Tages die begangene Tat in ihrer Grausamkeit und Tragweite verstehen zu können. Ich halte nichts davon, das Alter der Strafmündigkeit herabzusetzen. Es braucht keinen Straf- sondern einen Familienrichter und intensive, traumasensible pädagogische Arbeit. Die Strafe - wenn wir diesen Begriff jetzt nutzen - ist das lebenslange Leben mit der Tat und die vollkommen andere Lebensrichtung für Täterinnen und beteiligte Familien. Wissenschaftlich gesehen entwickelt sich Gewalt - auch an Schulen - rückläufig. Aber je schwerwiegender sie ist, desto mehr fällt sie auf.

IMAGE: In Deiner Arbeit erlebst Du Niederlagen, Provokationen?

WIERSCH: Natürlich. Sie sind das Benzin für meinen inneren Motor, um durch meine Arbeit vorbeugen, helfen und informieren zu können. Zur Arbeit mit den sogenannten Systemsprengern gehört untrennbar die pure Provokation. Ein Jugendlicher, mit dem ich arbeitete, schickte mir ein Foto seiner eigenen Exkrememente. Er wollte die Verbindung zu mir überprüfen, mich beeindrucken, provozieren. Ich habe einen Daumen hoch gesetzt und geschrieben „Respekt, Donnerwetter!“. Durch meine Haltung, mich nicht provozieren zu lassen, stattdessen Respekt zu zollen und ohne Umwege zu loben, hat er weitere Beziehungsangebote an sich herangelassen. Unsere Beziehung wurde gestärkt. Meine Teilnehmer haben alle kollektive Ablehnungs- und Ausgrenzungserfahrungen erlebt. Nur über Lob, Respekt und Verständnis kann noch eine Verbindung entstehen. Strafen erzeugen neue Probleme.

IMAGE: Gibt es beruflich jemanden, von dem Du begeistert bist?

WIERSCH: Menno Baumann, Professor für Intensivpädagogik. Für ihn und mich ist ein Systemsprenger keine Diagnose oder Persönlichkeitseigenschaft. Es ist ein Interaktionsprozess. Die Vermittlung von Selbstwahrnehmung, Einsicht und Werten braucht Zeit und eine Tat sehen wir immer rückwärts. Wenn man nie richtig schwimmen gelernt hat und untergeht, ist niemals die Badehose schuld. anja

Wie schaffe ich es, in Bewegung zu kommen?

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. Auch in diesem Jahr greift IMAGE gemeinsam mit verschiedenen Experten in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen auf und stellt verblüffende Antworten aus der Wissenschaft vor.



mit Andrea Lau
Trainierbar Witten

„Wer sich bewegt, tut Körper und Geist etwas Gutes. Nur mit ausreichender Aktivität bleibt der Bewegungsapparat möglichst lange funktionsfähig, Geist und Gehirn gesund und der Mensch fühlt sich wohl. Bewegungsmangel trägt zur Entwicklung eines hohen Cholesterinspiegels, von Übergewicht, Fettleibigkeit (Adipositas), Atherosklerose, Muskel-Skelett-Erkrankungen, Gelenkentzündungen, chronischen Rückenschmerzen, Angststörungen, Depressionen und Demenz (z. B. Alzheimer) bei. Wenn ältere Menschen sich wenig bewegen, stürzen sie öfter und ziehen sich häufiger Knochenbrüche zu. Doch es ist nicht immer einfach, seinen ‚inneren Schweinehund‘ zu überwinden, der gerne auf

Denn der Mensch ist, was er isst

Neben regelmäßiger Bewegung ist die Ernährung ein zweiter großer Baustein für ein möglichst gesundes Leben. Andrea Lau, die schon viele Vorträge zum Thema Ernährung gehalten hat, sagt: „Natürlich macht eine Scheibe Weißbrot nicht krank, aber ein Apfel macht auch nicht gesund. Es muss eine dauerhafte Umstellung der Ernährung sein. Unser Körper braucht 47 essentielle Bausteine, das sind Eiweiße, Fette und Mikronährstoffe. Diese müssen wir über die Nahrung aufnehmen - aber über die richtige Nahrung. Für uns bedeutet das: Wir müssen gesunde Ernährung - viel (rohes) Gemüse, etwas Obst, dunkles Brot, mageres Fleisch, Fisch - alltagstauglich machen.“

dem Sofa liegt und sich nicht regelmäßig bewegen möchte“, weiß Andrea Lau von der Trainierbar. Sie weiß aber auch, wie man der fehlenden Motivation ein Schnippchen schlagen kann. „Ein Ziel sollte smart sein. Dahinter verbirgt sich eine klare Definition: die fünf Anfangsbuchstaben stehen für fünf Kriterien.

- s = spezifisch, also konkret
- m = messbar
- a = akzeptiert, also identifiziert
- r = realistisch
- t = terminiert, also Zeitangabe

Mit Hilfe dieser Kriterien kann ich mein Ziel formulieren und überschaubar machen, um es zu erreichen. Die Motivation kommt entweder aus meinem eigenen Antrieb (weil ich etwas gerne mache) oder weil ich von außen zu etwas motiviert werde. Idealerweise gibt es eine fließende Verbindung zwischen beidem. Ich möchte mein Ziel erreichen. Ich teile es in kleinere Zieleinheiten, ich kommuniziere mit anderen Menschen darüber, die mir dann helfen, mein Ziel zu erreichen. Dazu können Familie und Freunde gehören, aber auch Trainer, oder ein Ernährungscoach - je nach persönlichem Ziel.

Oft haben Menschen Angst vor Veränderungen. Auf der anderen Seite haben sie aber Wünsche, wie sie sein wollen oder was sie gerne erreichen würden. Das lässt sich in der Regel aber nur durch eine Veränderung realisieren. Dabei ist der erste Schritt immer schwer. Habe ich jedoch den Anfang einmal gemacht, bin ich eingebunden in eine Struktur, ein Ritual, einen Kurs und treffe ich dabei auf Menschen, die mir helfen, den Kurs - im Sinn des Wortes - zu halten oder auch, falls nötig, ein anderes Angebot zu wählen, dann gelingt es mir auch, mein persönliches Ziel zu erreichen.“

anja

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

Frühlingserwachen - leider auch bei Pollen und Zecken

Tränende Augen und triefende Nase sind neben kleinen Blutsaugern die Schattenseiten

Für die einen ist der Frühling die schönste Jahreszeit. Für andere ist sie der blanke Horror, denn tränende Augen, triefende Nase und das Taschentuch sind unentbehrliche Begleiter. Die erwachende Natur macht ihnen durch Pollen das Leben schwer. Und das ist nur ein Frühlingsproblem. Das andere heißt: Zecken. Denn die kleinen Blutsauger können ziemlich viel anrichten.

Was kann man gegen Pollen tun? Zuerst einmal sich informieren, was wann überhaupt unterwegs ist. Hier hilft die aktuelle Pollenflugvorhersage. Wen es schlimm erwischt hat, sollte täglich Haare und Gesicht waschen sowie Nasenduschen und den Kleidungswechsel nicht in Schlafräumen vornehmen.

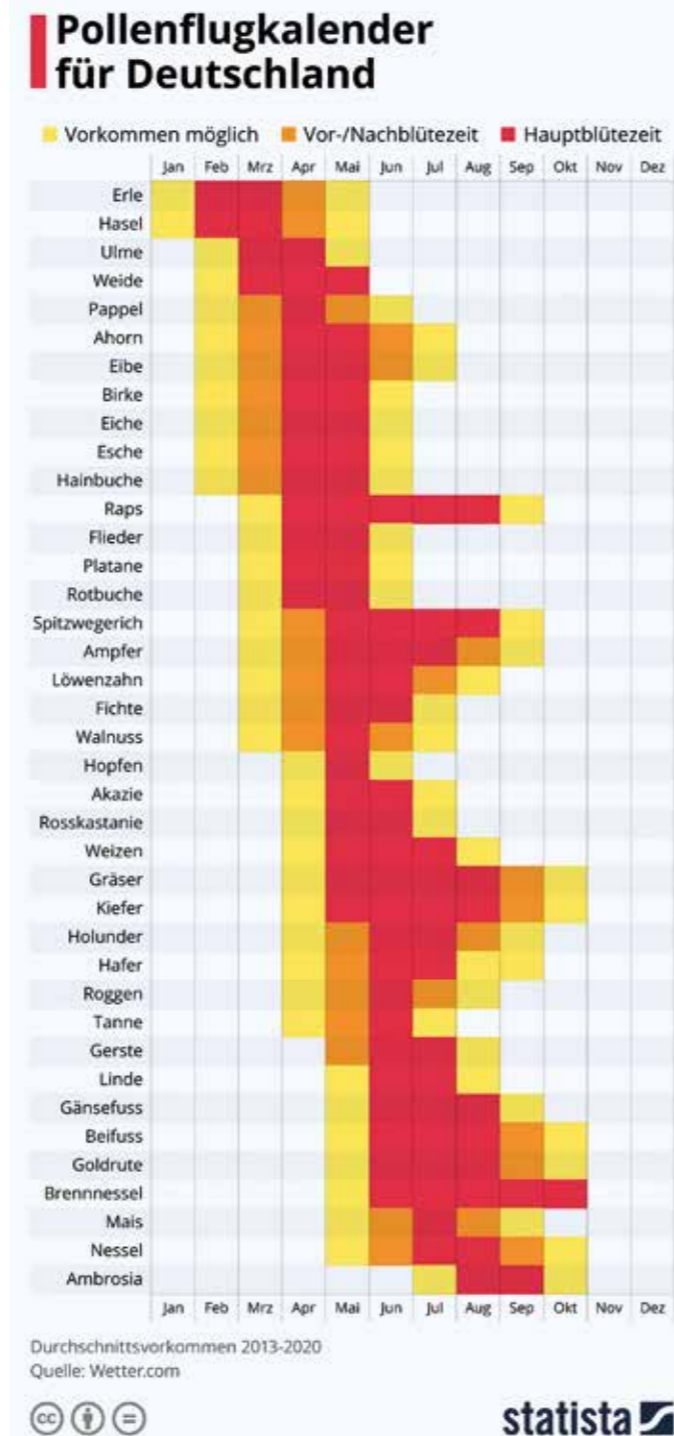
Bei der Wohnungseinrichtung gibt es auch kleine Abhilfemöglichkeiten: So sollte der Teppich durch Laminat oder Parkett getauscht werden. Nasse Handtücher in der Wohnung fangen Pollen ebenfalls ab. Wenn man unterwegs ist, sollten die Autofenster geschlossen bleiben. Außerdem kann man einen Pollenfilter in die Lüftungsanlage des Autos einbauen lassen. Die Wahl des Urlaubsortes sollte schließlich auch vom Pollenkalender abhängig gemacht werden. Meer oder Gebirge gelten hier als bevorzugte Reisegebiete. Was nützt das schönste Reiseziel, wenn man es nur schnupfend erleben kann!

Medikamente können zum Lindern der Symptome ebenfalls zum Einsatz kommen, bekämpfen aber nicht die eigentlichen Ursachen. Ein Weg ist auch die Hyposensibilisierung. Dies bedeutet, dass die Sensibilisierung des Körpers auf die betreffenden Allergene verringert werden soll. Dazu wird dem Allergiker über einen längeren Zeitraum das zuvor festgestellte Allergen in steigender Dosierung verabreicht, damit das Immunsystem „lernt“, nicht mehr oder in schwächerer Form zu reagieren. Therapiert werden mittels Spritzen oder Tropfen grundsätzlich sowohl Kinder als auch Erwachsene, die Kosten übernimmt in der Regel die Krankenkasse. Seit 2006 gibt es diese Immuntherapie auch als Tablettenform, vor allem für Allergiker gegen Gräser- und Roggenpollen sowie Hausstaubmilben. Nicht infrage kommt die Hyposensibilisierung in der Regel bei Patienten mit Asthma, Herz-Kreislauf-Problemen oder Tumorerkrankungen. Ein regelmäßiger Gang zum Arzt, viel Geduld (oft über drei bis fünf Jahre) sind allerdings für den Erfolg unerlässlich.

Besonders vielversprechend ist die spezifische Immuntherapie auch bei Allergien gegen Insektengifte: 75 bis 100 Prozent der Betroffenen sind die Überempfindlichkeit nach der drei bis fünf Jahre andauernden Behandlung los. Bei Menschen mit besonders schweren Stichreaktionen kann es dennoch sinnvoll sein, die Immuntherapie ein Leben lang beizubehalten, damit das Abwehrsystem die angemessene Reaktion auf das Gift nicht unbemerkt wieder verlernt. Bei einer Nahrungsmittelallergie hilft die Therapie bislang nicht, bei der Neurodermitis wird der Erfolg untersucht.

Die zweite Plage - Zecken - kommen (noch) nicht überall vor, verbreiten sich aber immer mehr. Vor allem auf Wiesen und in Büschen sind sie vorhanden. Zecken können in einigen Gebieten die Hirnhautentzündung FSME übertragen. FSME steht für Frühsommer-Meningoenzephalitis. Überwiegend verlaufen die Infektionen mit den Viren ohne Symptome. Das Risiko einer schweren Erkrankung ist bei Menschen über 60 Jahren deutlich erhöht. Menschen, die in FSME-Risikogebieten wohnen, arbeiten oder sich dort aus anderen Gründen aufhalten und dabei ein Risiko für Zeckenstiche haben, empfiehlt die Ständige Impfkommission (Stiko) eine FSME-Impfung. NRW gehört bis auf Solingen derzeit nicht zum Risikogebiet. Fast der komplette Süden Deutschlands sowie das Emsland, Marburg-Biedenkopf und ein Teil des Ostens sind Risikogebiet.

Zecken können auch die Erreger der Lyme-Borreliose übertragen, was oft erst Stunden nach Beginn des Saugakts erfolgt. Sie ist laut RKI wesentlich häufiger und komme deutschlandweit vor. Erstes Symptom ist oft eine größer werdende Rötung um die Einstichstelle herum, später können auch Nerven, Gelenke und Herz von den Bakterien befall-



len werden. Zeckenstiche können zum Teil durch Schutzmaßnahmen wie das Tragen geschlossener Kleidung, das Vermeiden von Unterholz und hohen Gräsern und das Verbleiben auf festen Wegen verhindert werden, so das Robert-Koch-Institut (RKI). Die Experten befürchten, dass durch den Klimawandel Zecken ganzjährig aktiv werden können - bisher sind sie im Winter eher selten. Zecken werden aktiv, sobald es an mehreren aufeinanderfolgenden Tagen 7 Grad Celsius warm oder wärmer ist. In Deutschland reicht die Zeckensaison deshalb in der Regel von Februar bis Oktober.

Grundsätzlich können auch Haustiere die Zecken in die Wohnung tragen. Ihre Körper regelmäßig absuchen und bei Entdecken eines Blutsaugers diesen mit Pinzette oder Zeckenzange entfernen. Auch ein Arztbesuch ist durchaus anzuraten. *anja*



Der Knick-Senkfuß

Der Knick-Senkfuß ist eine Fußfehlstellung, bei der das Fersenbein nach außen wegnickt, während das Fußlängsgewölbe dauerhaft nach innen absinkt. Schäden an der Sehne des hinteren Schienbeinmuskels (Tibialis-posterior-Sehne) können einen erworbenen Knick-Senkfuß bei Erwachsenen begünstigen, da eine intakte Sehne für die Aufrechterhaltung des Fußlängsgewölbes wichtig ist. Das Laufen fällt den Betroffenen zunehmend schwerer. Man behandelt den Knick-Senkfuß zunächst konservativ mit orthopädischen Einlagen, spezieller Physiotherapie oder Kälteanwendungen. In einigen Fällen empfiehlt der Fuß- und Sprunggelenkspezialist einen operativen Eingriff, z. B. eine Knochenumstellung (Osteotomie) des Fersenbeins oder eine Transplantation der Tibialis-posterior-Sehne.

Was ist ein Knick-Senkfuß?

Der gesunde Fuß ermöglicht uns das Stehen und Gehen. Ein Längs- und Quergewölbe bilden die normale Fußform. Die Bezeichnung Knick-Senkfuß oder auch Knick-Plattfuß leitet sich von der äußeren Form dieser Fehlstellung ab:

Der Knickfuß bezeichnet die Fehlstellung der Ferse, die nach innen wegnickt, anstatt senkrecht vom Boden nach oben zu verlaufen. Deutlich sichtbar bei Betroffenen ist auch der hervortretende Innenknöchel, der von einer Änderung der Beinachse herrührt.

Der Senkfuß beschreibt die Abflachung des Fußlängsgewölbes. Die Fußsohle liegt flach auf dem Boden auf. In extremen Fällen des Senkfußes spricht man auch vom Plattfuß. Unterschiedlich ist hierbei lediglich das Ausmaß der Fehlstellung.

Da Knickfuß und Senkfuß meistens zusammen auftreten, spricht man vom Knick-Senkfuß (Pes planovalgus). Eine weitere nicht im Namen der Fehlstellung vorkommende Abweichung ist eine von oben gesehene Verdrehung des Mittel- und Vorfußes zum Fußrand.

Wer bekommt einen Knick-Senkfuß?

Der Knick-Senkfuß tritt manchmal als Störung oder Verzögerung der Fußreifung bei Kleinkindern auf. Der kindliche Knick-Senkfuß wächst sich meist ohne ärztliche Behandlung von allein wieder aus. Bei Erwachsenen gibt es einmal die Gruppe der Patienten, die einen Knick-Senkfuß aus der Kindheit zurückbehalten haben, der sich nicht von allein zurückgebildet hat. Dieser kann im mittleren Lebensalter Beschwerden verursachen. Zum anderen kann eine andere Ursache dem Knick-Senkfuß bei Erwachsenen zugrunde liegen: eine erworbene Schädigung der Tibialis-posterior-Sehne. Diese lange Sehne zieht vom Unterschenkel bis in den Fuß und hält mit ihrer Spannung das Fußlängsgewölbe im gesunden Fuß aufrecht. Bei Erwachsenen sind Frauen zwischen 40 und 50 Jahren überdurchschnittlich häufig vom Knick-Senkfuß betroffen. Der Grund für das dreifach häufigere Auftreten dieser Fußfehlstellung bei Frauen ist nicht bekannt. Auch Patienten mit Diabetes und Bluthochdruck besitzen häufiger Knick-Senkfüße. Eine weitere Häufung findet man unter Patienten, die über längere Zeit Steroide oder Kortison eingenommen haben. Mehr als die Hälfte der Knick-Senkfuß-Patienten sind stark übergewichtig.

Praxis für Naturheilkunde & Physiotherapie
Osteopathie Homöopathie Biodiagnostik

Christina Schwoerer-Böhning
Heilpraktikerin mit
Schwerpunkt Osteopathie



Hattinger Str. 36
45549 Sprockhövel

02324/591897

physiohandundfuss.de

Ursachen: Wie entsteht ein Knick-Senkfuß?

Der erworbene Knick-Senkfuß entwickelt sich meist als Folge einer Schädigung der Sehnen und Muskeln, die das Fußgewölbe ausbilden und im Gleichgewicht halten. Sehnenscheidenentzündungen, Rheuma, Arthritis oder Außenbandverletzungen können die Sehnenschnitzverhältnisse am Fuß entscheidend ändern und das Fußgewölbe zum Knick-Senkfuß einsinken lassen. Häufig verschleißt die Tibialis-posterior-Sehne zwischen ihrem Ansatzpunkt am Kahnbein (Os naviculare) und dem Innenknöchel. Dadurch verschiebt sich die Sehnenschlinge, die das Fußgewölbe stützt, nach unten. Der außen ansetzende Wadenbeinmuskel wirkt weiterhin auf den Fuß ein, wodurch das Fußlängsgewölbe absinkt und Mittel- und Vorfuß nach außen gleiten. Eine chronische Entzündung der Sehnenscheide im Rahmen einer rheumatischen Erkrankung kann eine Funktionsstörung der Tibialis-posterior-Sehne auslösen. Weiterhin scheint die ungünstige Lage der Sehne hinter dem Innenknöchel die Störung zu begünstigen. Zudem können Verletzungen durch Unfälle zum Knick-Senkfuß führen. Neben der Sehnenscheide kann sich auch die Sehne selbst entzünden oder teilweise bzw. vollständig reißen. Eine Verlängerung oder ein kompletter Funktionsverlust mit gravierenden Folgen für das Fußlängsgewölbe sind dann unvermeidbar.

Übungen zur Stabilisierung des Fußlängsgewölbes

Betroffene können das Fußgewölbe durch Muskeltraining und sensorische Übungen gezielt wieder aufbauen. Wenn die Tibialis-posterior-Sehne intakt ist, therapiert regelmäßiges Training mit den nachfolgenden Übungen die Sehnenschwäche und stabilisiert das Längsgewölbe. Gesunde Patienten mit leichten Beschwerden können durch diese Übungen dem Knick-Senkfuß vorbeugen. Wenn Sie bereits deutliche Beschwerden oder eine akute schmerzhafte Reizung des Fußes haben, sollten Sie die Übungen nicht ohne gründliche ärztliche Untersuchung und Beratung durchführen.

Übung 1: Kräftigung der kurzen Fußmuskulatur zur Verbesserung des Längsgewölbes. **Ausgangsstellung:** Sitz. Der Fuß ist unbelastet, flächig auf dem Boden platziert. **Ausführung:** Ziehen Sie die Zehengrundgelenke kräftig zurück in Richtung Ferse. Sie können beobachten, wie sich das Fußlängsgewölbe hebt. Achten Sie darauf, dass Sie nicht mit den Zehen krallen und dass Groß- und Kleinzehenballen Kontakt zum Boden haben. Führen Sie 1-2 Minuten eine rhythmische, federnde Bewegung durch.

Übung 2: Kräftigung des Längsgewölbes. **Ausgangsstellung:** Stand. Das eine Ende des Gymnastikbandes ist unter dem äußeren Drittel der Ferse platziert, das andere Ende unter dem Großzehengrundgelenk. Bringen Sie nun das Gymnastikband auf Spannung. **Ausführung:** Achten Sie darauf, dass Sie besonders an den Punkten des Gymnastikbandes fest verwurzelt sind. Auch Kleinzehenballen und die Zehen sollten einen satten Kontakt zum Boden haben. Richten Sie Ihr Längsgewölbe auf, ohne die Enden des Gymnastikbandes zu verlieren.

© 2000-2023 MVZ Gelenk-Klinik Dres. Schneider, Ostermeier und Partner, Ärztepartnerschaft

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

Verkauf
 Vermietung
 Verwaltung

Rund um die Immobilie sind wir für Sie da!

BRÜCKNER
IMMOBILIEN

VERWALTUNG · VERMITTLUNG · VERKAUF

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

HKüchen

Bei uns bekommen Sie eine fachkundige Beratung, Aufmaß, Lieferung und eine 1A-Montage aus einer Hand.

WIR SIND FÜR SIE DA!
Vereinbaren Sie gerne einen Beratungstermin telefonisch oder per E-Mail.

Ihr Küchenteam mit Leidenschaft

PLANUNG
 VERKAUF
 MONTAGE & MODERNISIERUNG
 KÜCHENZÜGE

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73 + 75!

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

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

Die eigenen vier Wände urlaubssicher machen

Der Urlaub steht vor der Tür. Und damit gleichzeitig die Angst, dass während der Abwesenheit Ungutes über das geliebte Zuhause hereinbricht. Oder eben einbricht.

Die Sicher-verreisen-Experten von www.holidayextras.de zeigen, wie Sie Langfingern die Arbeit schwer machen. Dazu gibt es Tipps, wie Sie andere Urlaubsrisiken für Ihr Zuhause gleich auch noch minimieren können.

Safety-Tipp 1: Abwesenheit online nicht zur Schau stellen

Wird der Traumurlaub endlich zu mehr als einer Gedankenspinnerei, teilt man das Travel-Glück gerne auch digital mit den Liebsten. Doch Vorsicht: Regelmäßige Postings und Statusmitteilungen aus dem Urlaubsparadies sind wie ein Liveticker für Langfinger. Um die frisch geknipsten Fotos trotzdem nicht in der Bildergalerie versauern lassen zu müssen, gibt es bei vielen Apps spezielle Privatsphäre-Einstellungen.

Safety-Tipp 2: Überquellenden Briefkasten vermeiden

Ein vollgestopfter Briefkasten an einer Wohnung oder an einem Haus schreit regelrecht: „Hier ist niemand Zuhause!“ Das ist beinahe schon eine Einladung für Diebe.

Deshalb wichtig: Freunde oder Nachbarn darum bitten, regelmäßig den Briefkasten zu leeren. Damit das nicht täglich passieren muss, bietet es sich an, Tageszeitungen-Abos zu pausieren. Diesen Service bieten die meisten Medienhäuser kostenlos an. Alternativ gibt es oft die Möglichkeit, die Sendungen für einen bestimmten Zeitraum an jemand anderes zu adressieren.

Safety-Tipp 3: Anwesenheit geschickt vorgaukeln

Die altbekannte Auffassung ist: Brennt Licht, ist jemand zuhause. Doch Einbruchswillige durchblicken spätestens dann die Scharade, wenn täglich pünktlich um 21 Uhr beispielsweise nur im Flur das Licht angeht.

Die Alternativen zu normalen Zeitschaltuhren: Smarte Timer und Mehrfachsteckdosen. Diese können sich mit dem WLAN verbinden und lassen sich so per App flexibel auch vom Urlaubsort aus steuern.

Safety-Tipp 4: Anrufe auf das Handy weiterleiten

Gehört man zur „alten Schule“, steht die eigene Adresse samt Telefonnummer im Telefonbuch. Diebe benutzen diese Info fast noch lieber als eine Brechstange. Besonders gerne um mittels Anrufen abzuchecken, ob das Zielobjekt ihrer Wahl aktuell unbewohnt ist. Das kann man unterbinden, indem man Anrufe auf das Heimtelefon einfach auf das Handy umleitet.

Safety-Tipp 5: Vertretung für Mieter-Pflichten

Was kann noch schlimmer als ein Dieb in der Wohnung sein? Richtig, ein wutentbrannter Vermieter im Hausflur! Damit das nicht zur bösen Realität nach dem Urlaub wird, sollte man vor lauter Holiday-Heiterkeit nicht die eigenen Alltagsverpflichtungen vergessen. Denn auch während eines Urlaubsaufenthaltes hat man als Mieter Pflichten wie Laub rechnen oder das Treppenhaus kehren. Oder man sorgt für Ersatz. Wie wäre es denn, den freundlichen Nachbarn darum zu bitten? Im Gegenzug könnte dieser die Zeitungslieferungen während Ihrer Abwesenheit erhalten. Zwei Fliegen mit einer Klappe!

Safety-Tipp 6: Spül- und Waschmaschine offen stehen lassen

Schimmelflecken in der Spül- und Waschmaschine – der Albtraum nach dem Urlaub. Damit Sie nicht vom Traumurlaub ins unbezwingbare Geschirr- und Wäschegebirge reisen, gibt es einen einfachen Trick: Lassen Sie die Klappen der Geräte während Ihrer Abwesenheit geöffnet. So kann die Feuchtigkeit entweichen und dem Schimmel wird der Nährboden entzogen.

Safety-Tipp 7: Stecker abziehen

Der Klassiker kurz vor Abflug Richtung Urlaub: allen elektrischen Geräten den Stecker ziehen. Doch wussten Sie, dass diese Vorkehrung längst nicht nur Strom spart? Elektrizität ist das Brandrisiko Nummer eins in deutschen Haushalten. Vor allem überlastete Mehrfachsteckdosen oder veraltete Geräte haben häufig Kurzschlüsse.

Energie sparen...?

Sanierungsplan: So gehen Sie am besten vor

Pläne für Klimaneutralität, Gesetzesentwürfe für das Heizen mit erneuerbaren Energien, Energieeffizienz für Altbauten – vielen Hauseigentümern schwirrt aktuell der Kopf. Dabei ist gerade jetzt der kühle Kopf besonders wichtig.

Schritt 1: Bestandsaufnahme

Wie ist es eigentlich um die Energieeffizienz meines Hauses bestellt? Sind meine Heizkosten im Rahmen oder heize ich das Geld sprichwörtlich zum Fenster raus? Ist mein Altbau eine Energieschleuder oder auf ganz gutem Stand? Antworten auf alle diese Fragen hat ein individueller Sanierungsfahrplan (iSFP). Erstellt wird er im Rahmen einer Energieberatung, für diese gibt es 80 Prozent Zuschuss. Energieberater können hier weiterhelfen.

Schritt 2: Energieeffizienz verbessern

Ein Haus mit schlechter Energieeffizienz ist immer teuer zu beheizen – ganz egal ob mit einer Ölheizung, Gasheizung oder Wärmepumpe! Wer erneuerbare Energien effizient einsetzen und seine Heizkosten senken möchte, kann das Haus mit Sanierungsmaßnahmen dafür fit machen. Wenn also klar ist, dass Handlungsbedarf besteht, dann muss man sich Schritt für Schritt der Aufgabe stellen.

Wie viel im Einzelfall gedämmt werden muss, hängt vom Zustand des Hauses ab. Nur selten müssen Dach, Fassade und Keller auf einmal saniert werden. Und in der Regel hat man nach den gesetzlichen Vorgaben dafür auch Jahre Zeit. Wichtig zu wissen: Anders als oft behauptet ist eine Wärmedämmung nicht Voraussetzung für den Betrieb einer Wärmepumpe im Altbau. Eine Dämmung kann sich aber in diesem Fall gleich doppelt lohnen – zum einen durch einen geringeren Energiebedarf, zum anderen durch einen effizienteren Betrieb der Wärmepumpe! Auch eine teure Komplettsanierung muss nicht sein. Vielmehr kann das Eigenheim schrittweise gedämmt werden, sodass es im entscheidenden Moment für den Umstieg auf eine Wärmepumpe vorbereitet ist – EE-ready also.

Schritt 3: Bedarf durch erneuerbare Energien decken

Das Dach ist gut in Schuss oder frisch saniert? Dann kann eine Solaranlage – Solarthermie- oder Photovoltaik-Anlage – darauf für viele Jahre ihren Dienst tun! Die Bedingungen für eine eigene Photovoltaik-Anlage sind 2023 besser denn je, sie ist darüber hinaus perfekt mit einer Wärmepumpe zu kombinieren. Wer bereits oder künftig mit Biomasse heizt (z.B. Pelletheizung), kann diese mit Solarthermie oder Photovoltaik ergänzen.

Übrigens: Viele Gas- und Ölheizung werden in den kommenden Jahren noch ihren Dienst tun. Auch sie lassen sich gut mit einer Solaranlage kombinieren! Das senkt die Heizkosten deutlich und ist ein erster guter Schritt in Richtung erneuerbare Energien. Wird der Heizkessel später erneuert, kann die Solaranlage zusammen mit der neuen Heizung weiterarbeiten.

Und wer soll das bezahlen? Alle diese Maßnahmen – Dämmung und Nutzung erneuerbarer Energien für die Heizung – werden im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) gefördert, das gilt oft auch für Eigenleistungen. Zuschüsse, Förderkredite und Steuerbonus erleichtern die Finanzierung und Umsetzung. Deshalb sollten sich Eigentümer immer erst informieren, bevor sie eine Sanierungsmaßnahme umsetzen!

Quelle: energie-fachberater.de

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 1.6.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 17.5.2023

An Eurer Seite!



Energie für jeden Tag.



avu.de

AVU...

Toffee: Der tierische Internetstar aus Hattingen

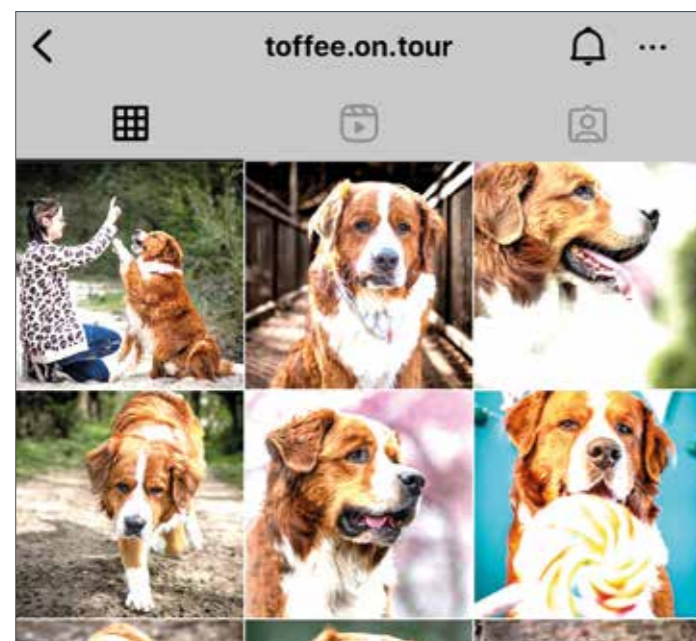
Melissa Kugel-Atanaz machte ihren Hund aus Versehen auf Instagram berühmt

Wenn Melissa Kugel-Atanaz mit ihrem Mischlingshund durch Hattingen spaziert, bleiben die Blicke der Passanten öfter mal an ihrem Haustier hängen. Das liegt nicht nur daran, wie hübsch und imposant der etwa 40 Kilogramm schwere Rüde ist, sondern auch daran, dass Toffee – so der Name des Vierbeiners – eine kleine Berühmtheit ist. Toffee ist ein sogenannter Petfluencer – ein berühmtes Tier im Internet. Auf der Sozialmedia Plattform Instagram hat er etwa 13 000 Follower (Fans die Toffee und seiner Seite folgen).

Das perfekte Fotomotiv

„Es passiert immer mal wieder, dass uns Leute ansprechen und fragen: Ist das nicht Toffee?“, erzählt sein Frauchen Melissa Kugel-Atanaz, die an dem kleinen Hype um ihren Hund nicht ganz unschuldig ist. Angefangen hat Toffees Internetstar-Karriere damit, dass sein eigenes Frauchen nicht aufhören konnte, Bilder von ihrem süßen Toffee zu schießen. Als Hundefotografin hatte sie sich nun mal 2017 mit dem Bernhardiner- und Berner-Sennenhund-Mischling das perfekte Fotomotiv ins Haus geholt. „Ich habe damals meine eigene Fotografinnen-seite mit Welpen-Bildern von Toffee so geflutet, dass sich die Leute schon beschwert haben. Da habe ich dann einfach eine eigene Seite für Toffee aufgemacht.“

Was dann passiert ist, kann sich die Hundemama auch nicht so wirklich erklären, aber mit jedem Tag kamen mehr und mehr Follower hinzu und Firmen fingen an sie zu fragen, ob sie Kooperationen eingehen, also mit ihrem Hund Werbung für deren Produkte machen möchte.



Auf Instagram zeigen Toffee und sein Frauchen viele tolle Fotos: Screenshot: Instagram toffee.on.tour

Und so steigerte sich der Bekanntheitsgrad ihres Fellknäuels immer weiter. Sogar im Fernsehen war er zwei Mal zu sehen, unter anderem in einem informativen Beitrag bei „Tiere suchen ein Zuhause“ im WDR.

Seit sechs Jahren auf Instagram

Auf Toffees Seite bei Instagram (@toffee.on.tour) teilt sie mittlerweile seit sechs Jahren herrliche Fotos unter anderem von ihren Streifzügen beziehungsweise Gassi-Gängen durch Hattingen und Umgebung. In kurzen Texten nimmt sie die Follower mit auf ihre Ausflüge und auch in ihren Alltag. Dabei sind die Texte mal aus Toffees und mal aus ihrer Sicht geschrieben. Anders als bei andern Petfluencern hat Melissa Kugel-Atanaz das Ganze nie zu ernst genommen. „Für mich ist und war



Melissa Kugel-Atanaz und ihr Hund Toffee sind seit sechs Jahren ein starkes Team - nicht nur auf Instagram. Fotos: Sikora

das immer ein Hobby. Ich habe nie geplant, dass daraus etwas Großes wird“, erklärt sie. Seit etwa zwei Jahren ist es auf der Instagram-Seite von Toffee deshalb deutlich ruhiger geworden. „Ich habe den Job gewechselt, arbeite jetzt im Schichtdienst und wenn ich mit Toffee unterwegs bin, möchte ich auch nicht immer die Kamera mitnehmen und Fotos machen, sondern auch die Spaziergänge einfach genießen.“ Fotos von ihrem zotteligen Lieblingsmotiv macht Sie natürlich immer noch gerne und so sieht sie die Toffee.on.tour-Seite mittlerweile eher als eine Art „Bildersammelseite“ mit den schönsten Schnappschüssen von Toffee.

Streicheleinheiten und Leckerchen

Toffee selbst lässt seine Berühmtheit völlig unbeeindruckt. Er ist einfach Hund, liebt Streicheleinheiten und Leckerchen und das Einzige, was ihn von anderen Hunden seiner Art unterscheidet ist, dass er für einen Bernhardiner sehr gelehrig ist. „Er ist ein echtes Model und kann ein paar Tricks, vor allem fototechnisch.“ Und so zeigt Toffee bei Bedarf, was er kann: Sitz, Platz, High Five, Winken, Pfötchen geben und sogar einen Knix und einen Selfie-Trick kann der sanfte Riese. Der eigentlich für einen Bernhardiner ziemlich klein ist, wie sein Frauchen verrät.

Und wenn man ihm so beim Posieren zuschaut, versteht man schon, dass er so viele Herzen – nicht nur im Internet – erobern kann, denn Toffee ist ein wirklich hübscher Kerl mit toller Ausstrahlung und fast scheint es, als ob er das weiß und sich besonders in Pose wirft, sobald eine Kamera auf ihn gerichtet ist.



Mein erster Rosengarten

Die Königin der Blumen im eigenen Garten

Die Rose gilt als die Königin der Blumen. Doch sie gibt sich keineswegs immer als anspruchsvolle Diva. Mit der richtigen Vorbereitung und Pflege ist sie auch für Rosenanfänger eine Gartenzierde, die viel Freude macht.

1. Der Standort: Rosen haben ein sonniges Gemüt

Rosen benötigen täglich mindestens 5 bis 6 Stunden Sonne, um in voller Pracht aufzublühen, auch bei sehr blattgesunden Sorten sollten es nicht unter 4 bis 5 Stunden sein. Bei der Standortwahl sind Bäume oder nahestehende Häuser zu berücksichtigen, welche die Sonnenstunden verkürzen könnten. Ein luftiger Standort sorgt dafür, dass die Blätter nach einem Regen oder dem morgendlichen Tau schneller abtrocknen. Das schützt vor Blatterkrankungen.

2. Der Boden: Rosen nehmen es locker

Der Boden sollte tiefgründig und locker sein, gegebenenfalls kann man ihn mit Rosenerde oder gut abgelagertem Kompost verbessern. Achtung: Wenn am gewählten Standort bereits vorher Rosen standen, sollte das Erdreich bis zu einer Tiefe von etwa 50 bis 70 Zentimetern komplett ausgetauscht und mit Gartenerde oder Rosenerde aufgefüllt werden.

3. Die Sortenauswahl: Robust mit „Rosen-TÜV“

Das ADR-Gütesiegel gilt vielen Gartenfreunden als „Rosen-TÜV“ und wird nur blühwilligen Pflanzen mit ausgezeichnetem Blattgesundheit und erst nach mehrjährigen Prüfungen verliehen. Es gibt jedoch auch zahlreiche Rosensorten ohne dieses Gütezeichen, denn nicht jede Rose wird zur ADR-Prüfung angemeldet. Orientierung geben Informationen zur Blattgesundheit und Sortenporträts, die zum Beispiel unter www.rosen-tantau.com zu finden sind.

4. Containerrosen: Blüten der Garten von Anfang an

Containerrosen werden mit festem Wurzelballen und bereits knospig bis blühend ausgeliefert. Sie sind gerade für Gartenanfänger leichter einzupflanzen - und sie blühen schon in der ersten Saison, sodass sich schneller ein motivierendes Erfolgserlebnis einstellt.

Bommerholzer Baumschulen

Blütenmeer – Blütenzauber!

Wir bieten Ihnen u. a. ein breites Sortiment an Beet- und Balkonpflanzen sowie Ampel- und Kübelpflanzen.

Beste Qualität und fachliche Beratung sind in unserer Baumschule selbstverständlich!

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



Containerrosen sind ideal für Rosenneulinge, denn sie kommen bereits blühend und mit festem Wurzelballen an und lassen sich leicht einpflanzen. Foto: djd/www.rosen-tantau.com/Stefan Schulze

5. Guter Schnitt: Von Anfang an richtig einkürzen

Während der Sommerperiode werden nur verblühte Dolden bis zum nächsten Fünferblatt abgeschnitten, um den Austrieb neuer Knospen zu fördern. Im Herbst entfernt man Verblühtes und kürzt Langtriebe etwas ein. Der eigentliche Rückschnitt erfolgt erst im Frühjahr, wenn die Forsythien bereits in Blüte stehen.

6. Überwintern: Schutz vor kalten Füßen

Gerade nach einer Neuanpflanzung ist ein guter Winterschutz wichtig. Dafür häufelt man Mitte bis Ende November Gartenerde, abgelagerten Kompost oder Pflanzerde 20 bis 25 Zentimeter hoch an. Erst im März oder April wird der Schutz wieder entfernt. DJD

...mehr als NUR Steine!



Natursteinbrüche Bergisch Land

...für Haus und Garten

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

www.natursteinbrueche.de

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

Komm, wir pflanzen einen Baum

Volksbank Sprockhövel eG: 5000 Euro für 500 Klimabäume im Wald



Ein Teil der Schülergruppe mit Thomas Alexander (2.v.l.) von der Volksbank Sprockhövel eG., neben ihm Revierförster Thomas Jansen, Bürgermeister Dirk Glaser und Solveig Holste, Fachbereichsleiterin Stadtbetriebe und Tiefbau der Stadt Hattingen. Foto: Pielorz

Ein Dutzend Schüler und Schülerinnen im 7. Jahrgang, Wahlpflichtfach Biologie, Realschule Grünstraße, machten sich in Begleitung von Schulleiter Jürgen Ernst und einer Biologie-Fachlehrerin auf den Weg zur Großen Schutzhütte in den Schulenberg Wald. Dort trafen sie auf Revierförster Thomas Jansen, Bürgermeister Dirk Glaser, Fachbereichsleiterin Solveig Holste, Stadtbetriebe und Tiefbau der Stadt Hattingen, sowie auf den Volksbank Sprockhövel Marketingchef Thomas Alexander und Mitarbeiterin Dina Heimeshoff. Gemeinsam ging es zu einer mit einem Hordengatter aus Holz umfriedeten Fläche am Wanderweg. Hier entsteht ein besonderes Nachhaltigkeitsprojekt mit tatkräftiger Unterstützung der jungen Generation: 500 Bäume werden gepflanzt. Ideen- und Geldgeber mit 5000 Euro ist die Volksbank Sprockhövel eG. Die Stadt Hattingen sorgte im Schulenberg Wald mit weiteren Mitarbeitern für die Umsetzung. Beim Anblick der jungen Bäumchen lag Skepsis im Blick der jungen Baumpflanzer, denn mehr als einen gut fingerdicken Ast mit Wurzeln am Ende hielten die Schüler nicht in der Hand. Revierförster Thomas Jansen erklärte: „Es dauert Jahrzehnte, bis daraus ein richtig großer Baum wird. Aber in ein paar Jahren kann man schon gut erkennen, wie er einmal aussehen wird. Damit aus seinen Anfängen wirklich ein

stattlicher Baum wird, haben wir die etwa 0,1 Hektar große Pflanzfläche mit einem Hordengatter eingezäunt, um den Baumnachwuchs vor Wildtieren, insbesondere Rehen, zu schützen. Das Gatter wird sicherlich zwei bis drei Jahre gebraucht. Außerdem werden wir bei der Pflanzung in jedes Pflanzloch eine Wasserkapsel hinzufügen. Sie hat eine Langzeitwirkung und soll dabei den Wurzeln helfen, Wasser besser zu speichern.“ Interessiert hören die Schüler und Schülerinnen zu, bevor es dann selbst an die Schippe geht. Die Fläche war ausgesucht worden, weil durch Windbruch und andere Ursachen hier große Buchen gefällt werden mussten. Jetzt soll der Nachwuchs Hand in Hand mit den Fachkräften der Stadtbetriebe die Baumsprösslinge in die Erde bringen. Welche Bäume es sind, erklärt der Förster. „Insbesondere die Buche hat in unseren heimischen Wäldern große Probleme mit den Klimaveränderungen. Zu lange Trockenperioden, aber auch die Hitze im Sommer sowie Schädlinge begünstigen Krankheiten. Deshalb ist es wichtig, Bäume zu finden, die besser an die Klimaveränderungen angepasst sind und unsere heimischen Buchenwälder zu widerstandsfähigeren Mischwäldern machen. Bei der Frage, welche Bäume dafür geeignet sind, ist etwas Experimentierfreude dabei. Natürlich haben wir erste Erfahrungen sammeln

können, aber ganz genau wissen wir noch nicht, welche Arten sich langfristig am besten eignen. Deshalb haben wir verschiedene Bäume ausgesucht. Gepflanzt werden hier die Baumhasel, die ursprünglich aus Osteuropa kommt. Dazu die Esskastanie, die Traubeneiche, die Atlas- und die Libanonzeder sowie der Mammutbaum.“



Solveig Holste zeigt, was gepflanzt werden soll. Foto: Pielorz

Beim Pflanzen ist es wichtig, die zarten Wurzeln der Bäumchen so in das ausgehobene Pflanzloch zu geben, dass sie nicht zerstört werden und der Sprössling nach dem Zuschippen des Loches bei einem vorsichtigen Zug standfest bleibt. Die Wasserkapsel darf nicht vergessen werden und der Abstand zum Baumnachbarn ist auch wichtig. Schließlich will man nicht zu eng aufeinander hocken! Nur so ist der Pflanzschock für den Nachwuchs gut zu überstehen.

Den Erklärungen des Försters folgen auch Thomas Alexander und Dina Heimeshoff von der Volksbank Sprockhövel eG. Dem Sponsor ist es zu verdanken, dass der Realschul-Nachwuchs die Baumsprösslinge überhaupt pflanzen kann. „Wir haben bei der Volksbank Sprockhövel eG ein Nachhaltigkeitsteam. Das beschäftigt sich mit verschiedensten Themen – unter anderem auch mit Baumpflanzungen und Klimabäumen. Ein erstes Projekt – eine Baumallee – haben wir auf dem Gelände von Haus Friede schon vor drei Jahren realisiert. Im letzten Jahr hatten wir die Idee, auf einer Fläche nachhaltige Baumpflanzungen vorzunehmen, deren Wachstum unter den veränderten klimatischen Bedingungen beobachtet werden soll. Dazu haben wir Kontakt mit dem Förster und der Stadt Hattingen aufgenommen. Um die nachhaltige Idee auch bei den nachfolgenden Generationen noch besser in den Fokus zu bringen, kam es dann zur Kooperation mit der Realschule Grünstraße und der Pflanzaktion mit den Schülern und Schülerinnen“, erzählt Marketingchef Thomas Alexander. Dabei soll es nicht bei einer einmaligen Aktion bleiben. „Zum einen wollen wir natürlich die Aufzucht und Pflege begleiten und es soll auch nicht die letzte Pflanzaktion gewesen sein.“ Die Spende der Bank über 5000 Euro für das Projekt ist daher keine einmalige finanzielle Hilfe. „Der Klimawandel geht uns alle an. Da müssen wir auch alle gemeinsam einen Beitrag leisten. Denn was einer alleine nicht schaffen kann, das schaffen viele“, zeigt sich Thomas Alexander auch heute noch von der Aktualität des Leitspruchs der Genossenschaftsbank überzeugt.



Will noch ein Baum werden... Foto: Pielorz

Sprockhövels Wahrzeichen hat wieder geöffnet

Ein halbes Jahr war die Zwiebelturmkirche, das Wahrzeichen Nieder-sprockhövels, wegen der Sanierungsarbeiten geschlossen, nur die Gottesdienste rund um Heiligabend und die Friedensandacht am Jahrestag des Kriegsbeginns in der Ukraine konnten dort trotz Großbaustelle gefeiert und begangen werden. Die Maßnahmen des zweiten Bauabschnitts sind nun aber beendet. Neben Gottesdiensten und Konzerten findet auch wieder die offene Kirche statt, um Besucher in diesen Ort der Stille und der Einkehr einzuladen. Nach den Sommerferien beginnt mit der Sanierung der Außenfassade der dritte Bauabschnitt an der Kirche. Das gottesdienstliche Leben ist davon nicht betroffen. Die Sanierungsarbeiten waren notwendig geworden, weil Sprockhövels Wahrzeichen zunehmend bröckelte. Innen wie außen müssen und mussten umfangreiche Arbeiten erledigt werden, die hohe Summen verschlingen. Die Kirchengemeinde ruft daher immer noch zu Spenden auf.



Sprockhövels Wahrzeichen wird wieder schön gemacht. Foto: Karl Sandmann

Streik: Stadt begrüßt Ende

Die Stadt Sprockhövel begrüßt die erzielte Einigung der Tarifparteien. Durch den Verhandlungskompromiss bleiben den Bürgerinnen und Bürgern weitere Streiks und damit verbundene Einschränkungen erspart. Allerdings wird diese Belastung den finanziellen Spielraum der Kommune weiter einengen. Die Einigung auf Basis der Schlichtungsempfehlung stellt eine erhebliche finanzielle Herausforderung auch für die Stadt Sprockhövel dar. Im laufenden Jahr ergibt sich ein zusätzliches Kostenvolumen von rund 500.000 Euro. Für das Jahr 2024 plant die Stadtverwaltung nachzeitigem Stand mit einer tarifbedingten Erhöhung des Personalkostenansatzes um etwa eine Million Euro, unter Berücksichtigung der zwischenzeitlich zusätzlich beschlossenen Planstellen um etwa 1,3 Millionen Euro.

Fünf neue Farbgorde für TSG

Für fünf junge Judoka stand die erste Judoprüfung auf dem Plan. Natürlich wurde sich auch vor der Prüfung ordentlich aufgewärmt und noch ein wenig geübt. Dann ging es auch endlich los. Aufgeregt brauchte keiner zu sein, hatten sich doch alle gut vorbereitet. Die Fallübungen, Würfe und Haltetechniken wurden gekonnt präsentiert. Alle Prüflinge legten eine gute bis sehr gute Prüfung ab. Julian war mit seinen sechs Jahren der jüngste Teilnehmer. Als einziges Mädchen nahm Maite teil. Marlon unterstützte die größeren Jungs als Partner. Zufrieden konnten die fünf Judoka nach bestandener Prüfung ihre Urkunden in Empfang nehmen. Wer sich für Judo interessiert, kann jederzeit an einem Probetraining teilnehmen. Weiß-gelb haben bestanden: Julian Poth, Luca Roloff, Lion Roloff, Maite Rottschy und Leon Stenitzer.



Foto: Haarmann

Gute Ergebnisse bei der E1



Die E1 vom SC Obersprockhövel. Foto: Marny

Die E1 vom SC Obersprockhövel hat das Halbfinale gewonnen und steht im Finale des Kreispokals Hagen. Sie spielte gegen die E1 der SpVg. SW Breckerfeld um den Einzug ins Finale des Kreispokals. Am Ende war die Freude riesengroß. Die Mannschaft von Christian Rudolf und Daniel Benninghoven kam sehr gut ins Spiel und erspielte sich schnell Torchancen und so stand es nach 15 Minuten bereits 2:0 für die Schwarz-Grünen. Bis zur Halbzeit hatten die Jungs das Spiel im Griff und was aufs Tor kam, hatte mal wieder ein starker Torwart gehalten. Nach der Halbzeit kam Breckerfeld besser ins Spiel, die Zweikämpfe wurden nicht mehr gewonnen und so kam es, wie es kommen musste. Nach dem Anschlusstreffer in der 30. Minuten drehten die Jungs von Breckerfeld noch mehr auf. Das 2:2 fiel in der 35. Minute. Ein offenes Spiel entwickelte sich, mit Chancen auf beiden Seiten. Nach 50 Minuten stand es 2:2 und so musste das 8m-Schießen die Entscheidung bringen. Den 2. Schuss konnte Lion mit einem Sprung ins rechte Eck halten. Als dann auch der dritte Schütze auf Seiten des SCO traf, konnte der Jubel bei den Jungs keine Grenzen mehr. Ein toller Erfolg für die Mannschaft, die am 1. Mai jetzt das Finale gegen Hagen 11 bestritten hat. Den kämpferischen Jungs ist hier natürlich auch ein Erfolg zu wünschen. Das Ergebnis lag bei Redaktionsschluss der IMAGE leider noch nicht vor.

Förderschule Hiddinghausen: Abrissbagger starten

Schon viel passiert, aber auch noch einiges zu machen – so stellt sich die Lage an der Schule Hiddinghausen - Förderschule dar. Zwei Jahre lang war das Gebäudeteil B saniert und modernisiert worden. Jetzt rücken eine energetische Fassadensanierung des F-Gebäudes, ein komplett neuer Erweiterungsbau und Arbeiten am Außengelände und dem Schulhof in den Fokus. Der Startschuss hierfür fällt mit dem Einsatz der Abrissbagger. Im April steuerten sie das Haus des Hausmeisters an, im Winter das Schwimmbad. Wegen diverser Mängel ist dies bereits seit mehr als sechs Jahren nicht mehr in Betrieb, der Schwimmunterricht findet auswärts statt. Während das Gelände des Hausmeisterhauses vorerst frei bleibt und der Platz möglicherweise als Auslagerungsstandort im Zeitraum der Sanierung des BTF genutzt wird, entsteht am Schwimmbadstandort ab 2024 ein neues Gebäude. Bieten wird es Räume für gartenbautechnische und produktionstechnische Aktivitäten sowie für Beratungs- und Lehrräume.

Vor-Ort-Möglichkeiten bieten Chancen



Praktische Erfahrungen können die Schülerinnen und Schüler in verschiedenen Kursen sammeln, beispielsweise in der Kaminholz-AG, in der sie Bäume sägen, spalten und zu Kaminholz verarbeiten. Weitere Kursangebote umfassen die Themen Wäschepflege, Textildruck und das

Plotten von Schriftsätzen. Mit Spannung wird auch das Arbeiten im Werkstatt-Simulations-Raum erwartet. Hier sollen die Schülerinnen und Schüler Erfahrungen im Handlungsspektrum zwischen einfachen, stark strukturierten Arbeitsaufgaben bis hin zu komplexer Montage im Fließverfahren sammeln können. „Diese neuen Vor-Ort-Möglichkeiten rund um eigene Lehrangebote für die Berufsvorbereitung sind auch eine Reaktion darauf, dass es in den letzten Jahren für unsere Schülerinnen und Schüler immer weniger Angebote für Praktika gegeben

hat“, erläutert Schulleiterin Verena Muhs. „Klimaschonend“ lautet in Zeiten wie diesen ein wichtiges Kennzeichen des Neubaus. Dabei setzen die Verantwortlichen im Schwelmer Kreishaus unter anderem auf das Heizen mit erneuerbaren Energien, eine PV-Anlage und ein Gründach. Er wird einer nachhaltigen und energieeffizienten Bauweise entsprechen und geschätzt rund 4,5 Millionen Euro kosten. Mehr Nachhaltigkeit ist auch das Ziel der Sanierung des Gebäudes F. Hier werden die Jugendlichen der Abschlussklasse auf ein möglichst eigenständiges Leben in einer eigenen Wohnung vorbereitet. 1,85 Millionen Euro fließen hier in die Erneuerung der Fassade, eine PV Anlage und ein Gründach. Lobenswert sei, wie intensiv die Schule in die Planungen einbezogen werde und mit welcher Leidenschaft alle Beteiligten an dem Projekt arbeiten. Stand heute wird es frühestens im Schuljahr 2025/2026 abgeschlossen sein. pen



Gräber sind individuell

Neben den klassischen Erd- und Feuerbestattungen gibt es die Urnenbestattungen. Die Urne kann entweder in einem Urnengrab beigesetzt oder in einem Kolumbarium aufbewahrt werden. Kolumbarien sind Wand- oder Säulenhäuser in verschiedenen Ausführungen, von der schlichten Betonwand bis zum aufwändigen Glasbau.

Rasengräber sind eine Form der Bestattung, bei der auf Grabsteine, Einfassungen und andere Grabdekorationen verzichtet wird. Stattdessen werden die Grabstellen mit Rasen bedeckt und in regelmäßigen Abständen gepflegt und gemäht. Rasengräber gibt es sowohl für Urnen als auch für Särge. Rasengräber sind eine kostengünstige und pflegeleichte Alternative zu herkömmlichen Grabstätten. Auch auf Friedwäldern und Naturfriedhöfen kommen Rasengräber zum Einsatz. Bei der anonymen Bestattungen wird der Verstorbene ohne Namen und individuelle Kennzeichnung beigesetzt. Es gibt hierfür eigene Grabfelder auf Friedhöfen.

Die Möglichkeiten zur Grabgestaltung können je nach den Vorschriften der einzelnen Kirchengemeinden und örtlichen Bestimmungen variieren. Es ist wichtig, sich an die Vorschriften und Regeln des Friedhofs zu halten, um sicherzustellen, dass die Grabgestaltung und der Grabschmuck die Würde und den Respekt des Ortes wahrt und andere Gräber nicht beeinträchtigt. Es empfiehlt sich, im Voraus Kontakt mit der Friedhofsverwaltung aufzunehmen, um sich über die genauen Regeln und Vorschriften zu informieren.

Der Friedhofsgärtner kann bei der Gestaltung helfen

Ein wichtiger Partner bei der Grabgestaltung und Trauerarbeit ist der Friedhofsgärtner. Er kann bei der Planung und Gestaltung der Grabanlage, Pflanzenpflege und -erhaltung, Grabpflege, Beratung und Betreuung von Angehörigen und beim Winterdienst helfen. Friedhofsgärtner sind wichtige Fachleute, die dafür sorgen, dass Friedhöfe gepflegt und schön aussehen, damit Angehörige in Ruhe ihrer Trauerarbeit nachgehen können.

Bei Einzel-, Doppel- oder Familiengräber wählen Sie Pflanzen, die den örtlichen Bedingungen entsprechen. Wählen Sie Pflanzen, die das ganze Jahr über blühen oder interessante Blätter haben. Stauden wie Stiefmütterchen, Nelken, Margeriten oder Sonnenhut sind beispielsweise gute Optionen. Eine Kombination aus Blumen, Sträuchern und Bodendeckern kann dazu beitragen, das Grab interessanter zu gestalten und die Bepflanzung langlebiger zu machen. Sträucher wie Buchsbaum, Eibe oder Kirschlorbeer können das Grab umrahmen und gleichzeitig als Sichtschutz dienen. Bodendecker wie Thymian, Immergrün oder Efeu können den Boden bedecken und dabei helfen, das Unkrautwachstum zu reduzieren. Je nach Jahreszeit und Anlass können saisonale Dekorationen wie Osterlilien, Weihnachtssterne oder Herbstblätter dazu beitragen, das Grab zu verschönern und eine persönliche Note zu verleihen. Es ist wichtig zu beachten, dass die Gestaltung und Pflege eines Grabes mit persönlichen Vorlieben und kulturellen Traditionen zusammenhängt. Es ist daher ratsam, sich gegebenenfalls von einem professionellen Gärtner beraten zu lassen.

Bei Urnengräbern ist der Platz zwangsläufig gering. Aufgrund der begrenzten Fläche eines Urnengrabes sollte der Blumenschmuck nicht zu groß sein. Kleine Blumenarrangements wie ein einzelner Strauß oder eine kleine Vase mit ein paar Blumen können eine gute Wahl sein. In der Regel sind anonyme Gräber auf Friedhöfen so angelegt, dass sie keine persönlichen Gegenstände oder Verzierung enthalten. Das bedeutet, dass Blumen oder andere Schmuckgegenstände normalerweise nicht auf anonymen Gräbern platziert werden sollten. In einigen Fällen gibt es jedoch

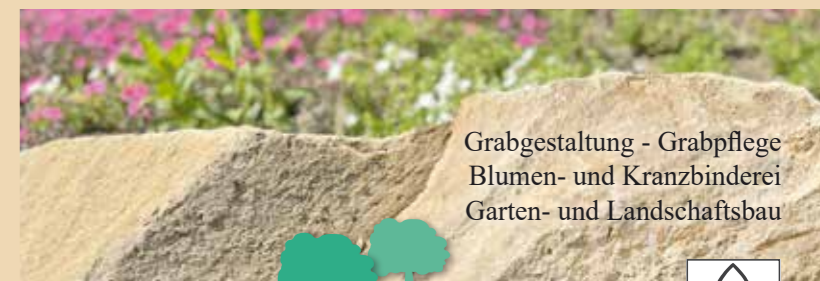
IHRE BEGLEITER VOR ORT

möglicherweise lokale Vorschriften oder Richtlinien, die es erlauben, Blumenschmuck auf anonymen Gräbern zu platzieren. Bei den meisten Grabarten sind auch Grabbeigaben oft gestattet wie z.B. Kerzen, Grablichter, Schmuck, Bilder oder andere Erinnerungstücker. Die Gestaltung von Kolumbarien hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie zum Beispiel von der Größe der Anlage, der Anzahl der Nischen und der Art der Urnen, die aufbewahrt werden sollen. In der Regel ist es auch möglich, Kolumbarien zu schmücken, indem man Blumen, Kränze oder andere dekorative Elemente auf oder in der Nähe der Nischen anbringt.



Grabsteine, Steine der Erinnerung

Die individuelle Gestaltung eines Grabsteins ist eine Möglichkeit, das Grab eines geliebten Menschen zu personalisieren und ihm eine besondere Note zu geben. Dies kann geschehen durch die Verwendung von speziellen Formen, Materialien, Farben, Schriften oder Symbolen. So kann z.B. eine besondere Schriftart den Grabstein einzigartig machen. Es gibt viele Schriftarten zur Auswahl, von traditionellen bis zu modernen und künstlerischen Stilen. Symbole können verwendet werden, um die Persönlichkeit oder Interessen des Verstorbenen widerzuspiegeln. Ein Musiksymbol für einen Musiker oder ein Herzsymbolum für einen liebenden Partner sind weitere Beispiele. Eine Fotogravur kann auf dem Grabstein angebracht werden, um das Aussehen des Verstorbenen darzustellen oder ein besonderes Ereignis oder eine Erinnerung zu verewigen. Es können auch Verzierung wie Engel, Kreuze oder andere religiöse Symbole verwendet werden, um die spirituelle Überzeugung des Verstorbenen zu zeigen. Es gibt eine Vielzahl von Formen und Materialien zur Auswahl, wie Granit, Marmor, Sandstein oder Bronze. Der Steinmetz ist, wenn er nicht den persönlichen Entwurf des Verstorbenen oder der Angehörigen umsetzt, derjenige, der nach eingehender Beratung den Grabstein entwirft, herstellt und auf dem Friedhof aufstellt. Die Arbeit des Steinmetzes erfordert handwerkliches Geschick, künstlerisches Talent und Einfühlungsvermögen. Durch die Zusammenarbeit mit den Angehörigen des Verstorbenen entsteht ein individuell gestalteter Grabstein, der die Persönlichkeit und das Leben des Verstorbenen widerspiegelt.



Grabgestaltung - Grabpflege
Blumen- und Kranzbinderei
Garten- und Landschaftsbau



GÄRTNEREI
WIEGAND GmbH

Telefon 0 23 39 / 44 04
e-Mail kontakt@gaertnerei-wiegand.de
Internet www.gaertnerei-wiegand.de

STARK SEIN, WENN SIE ES NICHT KÖNNEN.

Wir tun alles für Sie.
Verlassen Sie sich darauf.



Auf dem Haidchen 42
45527 Hattingen-Welper

BESTATTUNGEN

Triestram

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

Tel. 0 23 24 - 64 95

www.triestram-bestattungen.de

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 1.6.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 17.5.2023

BESTATTUNGEN

ROMPF e.K.
Inhaberin: Anke Schellenberg

Einfühlsam begleiten

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

Deilbachweg 1B • 45549 Sprockhövel
Tel.: 0202 - 76 96 87 90 • Mobil: 0170 - 44 77 905

Impressum

Titelbild:
Eröffnung Pumptrack-Anlage, Foto: Stadt Sprockhövel

Herausgeber: ☎ 02302/9838980

Monika Kathagen
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, Nina
Sikora (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

Druck:
BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

Erscheinungsweise und Auflage:
Monatlich, kostenlos, Auflage 16.500 Exemplare.
Haushaltsverteilung unter anderem in Nieder-
sprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel,
Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und
Elfringhausen.

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

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 1.6.2023
Anzeigenschluss: Mittwoch, 17.5.2023

Mehr Kunden. Mehr Umsatz. Mehr Gewinn.

Preise & Informationen auf
www.image-witten.de

