

ImageHattungen

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



Liebe Leser,
neues Jahr, neues Glück? So heißt es doch immer...
Wir sind mit Ihnen zusammen gespannt, was das neue Jahr so bringen mag. Eine kleine Auswahl präsentieren wir Ihnen in dieser Ausgabe. Zum Beispiel wird die Straße am Wasserwerk saniert, das Hallenbad öffnet und die Berufskollegs erwarten Anmeldungen. Die Kirche St. Engelbert wird zu Wohnraum umgebaut und menschliche Organe werden an der Uni Witten Herdecke nun im 3D-Drucker gedruckt.
Außerdem steht der Rosenmontagsumzug am 12. Februar vor der Tür. Mehr zur diesjährigen Karnevalssaison lesen Sie auf Seite 10. Viele sind zum Anfang des Jahres voll motiviert und möchten mit guten Vorsätzen durchstarten. Dabei steht nicht nur der allseits bekannte Vorsatz mehr Sport zu treiben im Vordergrund. Auch das Thema Sparen taucht nicht selten auf. Einen spannenden Bericht mit hilfreichen Tipps und Tricks finden Sie auf Seite 9. Das Thema „gesünder leben“ ist ebenfalls ein wichtiges Thema zum Start in das Jahr. Wir geben dieses Mal Einblicke ins Thema Hören und wie man es verbessern kann, außerdem verschaffen wir einen Überblick, was das Thema Krebs alles für Facetten haben kann und wir geben einen Ausblick, wie es in der Pflege weitergeht.
Doch was wäre ein neues Jahr ohne das leidige Thema Frühjahrsputz. Wo das Ganze herkommt und wie wichtig das Thema Nachhaltigkeit beim Putzen ist, erfahren Sie auf Seite 22 und 23.
Außerdem: Mindestlohn, Rente, Heizungsgesetz. Was sich generell im Jahr 2024 ändert, lesen Sie auf Seite 21.

Wir hoffen auch, Sie starten motiviert mit dem Lesen dieser Ausgabe in das neue Jahr!
Ihre Image-Redaktion

Frau Holle packt ein Stadtbetriebe verstauen Adventskalender

Das letzte Türchen wurde längst geöffnet und die Kissen sind ausgeschüttelt. Heute wurde der Weihnachtszauber in der Altstadt eingepackt. Am Untermarkt haben Mitarbeitende der Stadtbetriebe den Adventskalender von Frau Holle sorgsam vom Alten Rathaus abmontiert und für das kommende Weihnachtsfest im Stadtarchiv verstaut. Mit dem Steiger ging es in die Altstadt und innerhalb von zwei Stunden wurde das Rathaus Türchen für Türchen von der bunten Dekoration befreit. Ein Schnelldurchlauf, wenn man bedenkt, dass das Anbringen einen ganzen Tag in Anspruch nimmt. „Die Türchen werden natürlich extrem gut gesichert, damit sie auch bei Wind und Wetter hängen bleiben“, erklärt Christoph Herzmann, Mitarbeiter bei den Stadtbetrieben. Im Stadtarchiv gesellen sich Holztüren nun für die nächsten 11 Monate zu einem weiteren „Set“. Für eine abwechslungsreiche Weihnachtsdekoration ist somit gesorgt.



Umfangreiche Kanalerneuerung Umleitungen werden eingerichtet

Der Ruhrverband erneuert ab Montag, 15. Januar, die Abwasserkanäle im Bereich der Haltestelle „Ruhrbrücke“, Bochumer Straße 52 bis 54. Die Maßnahme wird voraussichtlich am Freitag, 2. Februar, abgeschlossen sein.
Die Stadt Hattingen und der Ruhrverband weisen darauf hin, dass es zu Einschränkungen im Straßenverkehr kommen kann. Die Bochumer Straße kann in diesem Zeitraum aus Richtung Königsteiner Straße und Dahlhauser Straße nicht befahren werden. Eine entsprechende Umleitung über die Haydnstraße und die Straße Oberwinzerfeld wird eingerichtet. Die Stadt wird die Verkehrsteilnehmer etwa eine Woche vorher mit entsprechenden Hinweisschildern auf die Maßnahme aufmerksam machen. „Da die Straßenbahn wegen des Tagesbruchs auf der Hattinger Straße seit November durch einen Schienenersatzverkehr ersetzt wird, ist der Zeitpunkt für die Kanalbaumaßnahme günstig“, sagt Gerald Tarrach von der Abteilung Stadtverkehr. Außerdem soll der Linienverkehr der 359 durch eine geänderte Streckenführung aufrechterhalten werden. Die Fahrgäste werden entsprechend informiert.
Im Zuge der Bauarbeiten wird ein rund 16 Meter langes marodes Kanalrohr aus Beton mit einem Durchmesser von 40 Zentimetern durch ein Kanalrohr aus duktilem Gusseisen mit einem Durchmesser von 50 Zentimetern ersetzt. Zusätzlich wird der alte Kanalschacht abgebrochen und neu errichtet. Für den Kanalaustausch müssen die Straßenbahnschienen in der Bochumer Straße entfernt und nach dem Einbau wieder neu verlegt werden.
Der Ruhrverband bittet die Anwohner um Verständnis für die notwendigen Arbeiten und die damit verbundenen Einschränkungen.

Straße Am Wasserwerk saniert

Viele Schlaglöcher machten das Befahren der Straße Am Wasserwerk zu einer holprigen Angelegenheit. Damit ist jetzt Schluss. Die Stadt hat Ende letzten Jahres 100.000 Euro in die Hand genommen und die Fahrbahnfläche auf rund 370 Metern saniert. „Das Ergebnis kann sich sehen lassen. Nach witterungsbedingten Verzögerungen Ende November konnte es dann aber endlich losgehen. Die Arbeiten und die Abstimmung mit den Anliegern verliefen dann reibungslos“, so Diplom-Ingenieurin Baida Alkhedher vom städtischen Fachbereich Stadtbetriebe und Tiefbau.
Dabei ist der Name der Straße auch Programm. Mehrere Betriebe, die mit öffentlicher Wasserversorgung und Entsorgung zu tun haben, wie die Stadtwerke Hattingen, die Gelsenwasser AG oder der Ruhrverband, haben dort ihren Sitz. „Wir mussten natürlich gewährleisten, dass die Betriebe jederzeit ihr Gelände und die Straße durchqueren konnten. Das war eine Herausforderung, da der frisch verlegte Asphalt nicht überfahren werden durfte und die Straße nur über eine Richtung verlassen werden kann. Aber es hat alles funktioniert“, sagt Baida Alkhedher. Daher fanden die Arbeiten auch an einem Wochenende statt.



Waffeln für den guten Zweck Sparkasse verdoppelt Spendensumme

Seit 2004 backt der Schalke-Fan-Club „Blue-White-Dragons“ Waffeln im Rewe-Markt in Niederwenigern – so auch am 2. Dezember 2023. Es ist eine lieb gewordene Tradition, bei der die fußballbegeisterten Wennischen etwas an das Ellen-Buchner-Haus in Ihrem „Dorf“ zurückgeben möchten.
Seit vielen Jahren ist auch die Sparkasse Hattingen Partnerin der Waffel-Aktion. Sie hat den gesammelten Betrag wie in den Vorjahren wieder verdoppelt. „Eine derartige Verbundenheit innerhalb des Stadtteils ist sehr lobenswert. Dieses Engagement für Menschen mit Handicap haben wir sehr gerne unterstützt“, betont Torsten Grabinski (Foto, rechter Bildrand).
Die Waffeln hatten am Aktions-Samstag weder einen Verkaufspreis noch eine feste Spendenverpflichtung: Jeder Kunde konnte einen Betrag nach Wahl zugunsten der Lebenshilfe in der Ketteltasche spenden. Insgesamt gehen 1.710,- Euro an Menschen mit geistiger Behinderung in Hattingen. „Im nächsten Jahr werden wir wieder hier vor Ort sein und hoffen, dass wir dieses Ergebnis noch einmal toppen können“, berichtet Daniel Kern (Foto, 4. v. l.) vom Schalke Fan-Club.
Das Geld möchte Eva-Maria Peters von der Lebenshilfe Ennepe-Ruhr/Hagen (Foto, hinten mittig) gerne für den Besuch eines mobilen Zoos mit Therapietieren sowie für ein weiteres Erwachsenen-Kettcar einsetzen – Stefan, Miriam, Ina, Regina und Christiane freuen sich schon.



Öffentliche Stadtführungen:

„Hattingen nach Feierabend“, Treffpunkt: Stadtmodell/Untermarkt, Tickets: www.hattingenzufuss.de, Freitag, 2. Februar, 17 Uhr.
„Hattingen zur Kaffeezeit“, Treffpunkt: Stadtmodell/Untermarkt, Tickets: www.hattingenzufuss.de, Sonntag, 25. Februar, 14 Uhr.
„Unterwegs mit dem Hattinger Stadtwächter“, Treffpunkt: Stadtmodell/Untermarkt, Tickets: www.hattingenzufuss.de, Freitag, 9. Februar, 19 Uhr.

Altes, Vertrautes und doch Neues - Yokischaya

Nach langjähriger Pause hat Jyoti Sonja Michaely im September 2023 ihr neues Zentrum für Entspannung und inneren Frieden „Yokischaya“ in Hattingen-Welper eröffnet.
Es ist ein Ort, an dem die Seele zur Ruhe kommen und der Körper neue Kraft schöpfen kann. Aus dem umfassenden Angebot wie ayurvedische Massagen, Yoga, Reiki, schamanische Sitzungen und Edelsteinen hat jeder die Möglichkeit, das für sich passende zu finden.
In der letzten Zeit gab es leider ein technisches Problem mit dem Kontaktbutton auf der Internetseite, sodass einige Anfragen auf diesem Weg nicht ankamen. Dieses ist nun behoben. Jeder, der sich vielleicht wundert, warum er keine Antwort bekommen hat, kann nun gerne noch einmal erneut Kontakt aufnehmen. Jyoti Sonja Michaely freut sich auf Sie!
Image wünscht viel Erfolg!

Wir kalkulieren,
konstruieren
und investieren!
Für unsere Kunden. Für Sie.
Für Hattingen.



ENERGIE VOM PROFI

Mit vorausschauender Strategie zum langfristigen Ziel!
Wir haben bei unseren Planungen stets das Wohl der Stadt und unserer Kunden im Blick. Wir investieren sinnvoll und nachhaltig in den Erhalt der Netze und den Ausbau der erneuerbaren Energien. So geht Versorgungssicherheit – auch in Krisenzeiten!

Stadtwerke Hattingen
Kundenzentrum
Mo-Mi: 8-16 Uhr
Do: 8-18 Uhr
Fr: 8-13 Uhr

Kundenservice
unter 02324 5001-55
Mo-Fr: 8-18 Uhr
www.stadtwerke-hattingen.de
@stadtwerkehattingen



Hallenbad fertig geschrubbt Schwimmen ab sofort mit angepassten Öffnungszeiten

Nachdem zu Jahresbeginn im Hallenbad die alljährliche Grundreinigung samt notwendiger Reparaturarbeiten im Becken anstand, kann es ab sofort mit dem Badespaß losgehen. Außerdem können die Besuchenden ihre Bahnen bei verlängerten Öffnungszeiten ziehen:
Die Öffnungszeiten:
Montags und freitags: 6.30 bis 16 Uhr
Dienstags und donnerstags: 6.30 bis 7.30 Uhr
Mittwochs: 9 bis 11 Uhr
Samstags: 6.30 bis 20 Uhr (kein Warmbadetag)
Sonntags: 6.30 bis 20 Uhr
Letzter Einlass ist jeweils eine Stunde vor Schließung.

**Entspannung und Kraftschöpfen im Alltag?
Yokischaya macht es möglich.**
Ayurvedische Massagen, Reiki, Yoga in all seinen Facetten

Jyoti Sonja Michaely • 02324/346840 • kontakt@yokischaya.de
Marxstr. 77-79 • 45527 Hattingen • www.yokischaya.de

Nicht immer gibt's eine gute Nachbarschaft

Soziale Einrichtung wünscht sich ein besseres Miteinander an der August-Bebel-Straße



Jürgen Sotzek (Geschäftsführer der Hattinger Tafel), Dr. Bernd Weinbrenner (er vermietet der Tafel die Räumlichkeiten seiner ehemaligen Arztpraxis in der August-Bebel-Straße 21), Tafel-Mitarbeiterin Janine und Tafel-Mitarbeiter Georg Fink vor den Räumen der Einrichtung. Die Firma comvio hat für die Tafel eine neue Homepage erstellt: www.hattingertafel.de. Foto: Pielorz

Seit 2003 versorgt das „soziale Gewissen“ Hattinger Tafel die Hattinger Bürgerschaft und zahlreiche Geflüchtete mit Lebensmitteln. Mittlerweile gibt es sogar eine Ausgabe in Sprockhövel in der Grundschule Haßlinghausen. In der Hauptstelle in der August-Bebel-Straße 21 werden in der Regel täglich zwischen 11.30 und 12.30 Uhr Lebensmittel ausgegeben. „Es ist alles viel teurer geworden. Auch die Lebensmittelhändler spüren den Kostendruck. Lebensmittel, die früher an die Tafel gegangen sind, verkaufen die Läden jetzt selbst zu vergünstigten Preisen. Diese Erfahrung macht aber nicht nur die Hattinger Tafel. Fast alle Einrichtungen haben Probleme“, sagt der Geschäftsführer Jürgen Sotzek.

Gleichzeitig kommen immer mehr Menschen zur Tafel. Das hängt zum einen mit den steigenden Lebenshaltungskosten zusammen, zum anderen aber auch mit der steigenden Zahl der Menschen, die nach Deutschland kommen. „Unsere Arbeit ist deutlich schwieriger geworden. Das liegt aber nur zum Teil an fehlenden Lebensmitteln und Verständigungsschwierigkeiten mit der Kundenklientel.“ In der August-Bebel-Straße 21, seit Oktober 2022 die neue Heimat der Tafel, deren langjährige Räumlichkeiten in der Nordstraße gekündigt wurden, können sich offenbar nicht alle Nachbarn mit der gemeinnützigen Einrichtung anfreunden. Kein Problem gibt es mit den vier Mietparteien im gleichen Haus. Doch mit der Nachbarschaft gibt es Ärger. „Unsere Klienten seien zu laut, würden Zigarettenkippen überall hinwerfen und Autos stünden auf privaten Parkplätzen. Außerdem stört die Menschenschlange, die sich maximal eine Stunde pro Tag rund um die Ausgabezeit der Lebensmittel bildet“, berichtet Jürgen Sotzek. Die Situation eskalierte und mittlerweile beschäftigt sich auch ein Rechtsanwalt mit dem Thema.

Dabei versuchen Jürgen Sotzek und Georg Fink zu deeskalieren. „Am Anfang mussten wir vor allem mit den Menschen klarkommen, die die deutsche Sprache nicht sprechen. Das war nicht so einfach. Mittlerweile kennt man sich aber und ich denke, wir haben das im Griff. Außerdem konnten wir dank der Initiative eines Mieters einen anderen Zugang zur Lebensmittelausgabe wählen. Die Menschen kommen jetzt durch eine Tür in der am Haus angrenzenden Garage und gelangen so auf den Hinterhof. Der Rückweg ist gleich und damit das so bleibt,

haben wir den Weg zur Straße ‚Im Mühlenwinkel‘ abgesperrt. Da sind die Menschen früher durchgegangen.“ Und das sorgte für Ärger.

Mit ihrem Vermieter Dr. Bernd Weinbrenner hat die Hattinger Tafel einen unbefristeten Mietvertrag geschlossen. Er kann den Ärger nicht verstehen und hat sich mehrfach die Situation angesehen. Auch die Tafel-Mitarbeiter sehen keine Versäumnisse, haben sich aber aufgrund der guten Nachbarschaft für eben jene andere Lösung stark gemacht und schließlich auch umgesetzt. „Wir hoffen sehr, dass jetzt Ruhe und Frieden einkehrt. Natürlich ist es etwas anderes, wenn hier vorher eine Arztpraxis war, danach eine Versicherung, dann ein lägerer Leerstand und nun die Hattinger Tafel die Räume gemietet hat. Aber wir sind immer Gesprächsbereit und versuchen, für alle Beteiligten ansprechende

Lösungen zu finden. Schließlich ist doch auch klar, dass wir gut erreichbare und zentral gelegene Räume brauchen, damit die Menschen den Weg zu uns finden.“ Das tun zwischen dreißig und sechzig Personen pro Tag. Es gibt einen Aufnahmestopp, denn das Verhältnis zwischen Lebensmittelspenden und Bedürftigen klappt weit auseinander. So gibt es viel mehr Menschen, die Hilfe brauchen.

Das hat schon etwas von Mobbing

Von den Geldspenden fehlende Lebensmittel einfach dazukaufen, sei nicht der Sinn. „Das entspricht nicht dem Tafel-Gedanken. Hier geht es darum, noch gute Lebensmittel, die im Geschäft nicht mehr verkauft werden können, an Menschen abzugeben, die nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen. Es geht nicht darum, uns Geld - aus welchen Fördertöpfen oder Stärkungspakten auch immer - in die Hand zu drücken, mit dem wir einkaufen gehen sollen, um diese eingekauften und normal bezahlten Produkte für einen symbolischen Euro an unsere Klientel abzugeben,“ so Sotzek. Was Menschen nicht wissen: Die Hattinger Tafel zahlt viel Geld - bis zu einer vierstelligen Summe - pro Monat für die Entsorgung der Bio-Tonnen. Denn einige Lebensmittel sind einfach nur noch zum Entsorgen geeignet.

Für den Vermieter Dr. Bernd Weinbrenner ist auf jeden Fall klar: Er will das Mietverhältnis in jedem Fall aufrecht erhalten. Schließlich brauche man diese Einrichtung und er fände es großartig, was in den Räumen seiner ehemaligen Praxis geschehe. Was sich die Tafel-Beteiligten wünschen: „Wenn es ein Problem gibt, dann kann man mit uns direkt reden. Sonst bekommt man das Gefühl, es gehe nicht um einzelne Probleme, sondern darum, dass wir wieder verschwinden sollen. Da fühlen wir uns dann doch irgendwie gemobbt.“ *anja*

Hattinger Tafel - Telefon 02324/707792

Spendenkonto: Sparkasse Hattingen
IBAN: DE14 4305 1040 0000 0751 27 BIC: WELADED1HTG
Volksbank Hattingen
IBAN: DE64 4526 1547 0140 7611 00 BIC: GENODEM1SPO
Digitale Spenden sind möglich unter www.betterplace.org.



Sparkasse zur Ranzenparty ein

Präsentiert von der Sparkasse Hattingen findet am Samstag, 17. Februar, die Ranzenparty im Gaskraftwerk (ehem. Gebläsehalle) des LWL-Museums Henrichshütte

an der Werksstraße 31-33 statt. Einlass ist ab 10 Uhr. Der Eintritt ist frei. Die Firma Storchmann steht dabei große Auswahl an Schulranzen vor. Ob der Wunschränzen passt, wird durch den Ranzen-TÜV von OrthoMobile geprüft. Ein kleiner Hindernis-Parcours zeigt schnell, ob die Form und die Größe zum Körper des Kindes passen. Die Kreis-Verkehrswacht Ennepe-Ruhr e.V. bietet neben Informationen zum Thema „sicherer Schulweg“ weitere Informationen zum Thema Verkehr, sowie einen Seh- und Reaktionstest an. Auch die DLRG Hattingen-Blankenstein ist mit im Boot. Hier werden die Kinder geschminkt und können eigene Armbänder und Ketten basteln. Die Stadtbibliothek Hattingen stellt an diesem Tag ihr „Erstleseangebot“ vor. Zudem können Eltern und Kinder mehr über die neuesten digitalen Möglichkeiten erfahren, die den Spaß am Lernen fördern. Die Polizei stellt ihr Dunkelzelt unter dem Motto „Sicherheit durch Sichtbarkeit“ auf. Sorgfältig abgeschirmt vom Sonnenlicht ist die Signal-Wirkung von Reflektoren deutlich zu sehen. Warnwesten und Reflektoren leuchten im Schein einer Taschenlampe und geben einen Eindruck davon, wie ein großes Plus an Sicherheit erreicht werden kann. Das LWL-Museum Henrichshütte erstellt gemeinsam mit den Kindern individuelle Buttons. Am Sparkassen-Stand gibt es Action: Nachdem die Kinder sich beim Dosenwerfen austoben konnten, werden die zukünftigen ABC-Schützen mit einem Geschenk zum Schulstart belohnt. Außerdem gibt's Infomaterialien zum 1. Schuljahr, einen Beratungsgutschein und ein Comic-Heft. Für das leibliche Wohl sorgt das „Henrichs“.

Für jedes Talent das richtige Angebot

Berufskolleg erwartet Anmeldungen

Wer im kommenden Schuljahr eines der drei Berufskollegs des Ennepe-Ruhr-Kreises in Ennepetal, Hattingen oder Witten besuchen möchte, kann sich dafür in Kürze anmelden. Die Frist ist für alle drei Schulen identisch (26. Januar bis 16. Februar) und muss unbedingt eingehalten werden. Die Anmeldung sollte online unter www.schueleranmeldung.de erfolgen. Auf dieser Internetseite lässt sich der gewünschte Bildungsabschluss auswählen. Das System führt automatisch zu den passenden Berufskollegs und zeigt an, welche Dokumente im Einzelfall benötigt werden. Das Anmeldeformular wird ausgedruckt, unterschrieben und mit den erforderlichen Unterlagen beim jeweiligen Berufskolleg eingereicht.

Zur weiteren Informationen haben Informations- und Beratungstage an den Berufskollegs stattgefunden. Informationen liefern aber auch die Internetseiten der Berufskollegs.

Die Adressen lauten www.berufskolleg-en.de für Ennepetal, www.bk-h.info für Hattingen und www.bkwitten.de für Witten.

Stichwort Berufskollegs des Ennepe-Ruhr-Kreises

Die Schulen des Ennepe-Ruhr-Kreises in Ennepetal, Hattingen und Witten unterstreichen mit ihren Angeboten: Berufskollegs sind mehr als eine Schule. Vielmehr liefern sie unter einem Dach dutzende von Bildungsangeboten. Dazu zählen natürlich die Bildungsgänge der Berufsschule im Rahmen des dualen Systems. Beispiele sind Anlagenmechaniker, Friseur und Betriebswirtin, Kfz-Mechatronikerin, Erzieher und medizinischer Fachangestellter.

Möglich sind aber auch Schulabschlüsse von Hauptschule über Fachoberschulreife bis hin zum Abitur. Oft sind diese mit einer beruflichen Grundbildung verbunden. Die Angebote umfassen unter anderem das Sozial- und Gesundheitswesen, technische Bereiche sowie Wirtschaft

Kirche: Chorprojekt

Start: 28. Januar



Der Evangelische Kirchenkreis Hattingen-Witten hat ein neues Chorprojekt. Für drei Konzerte im September - am 15. September in St. Georg Hattingen, am 22. September im Gemeindehaus Perthes-Ring und am 29. September in der Erlöserkirche Witten - wird „Die Schöpfung“ von Joseph Haydn einstudiert. Für dieses Projekt werden Sängerinnen und Sänger gesucht. Interessierte sollten etwas musikalische Grundkenntnisse besitzen und regelmäßig an den acht Proben teilnehmen können. Diese finden immer von 14.30 bis 17.30 Uhr im Gemeindehaus am Perthes-Ring in Niedersprockhövel statt (Termine Sonntag, 28. Januar, Samstag, 23. März, Samstag, 25. Mai, Sonntag, 30. Juni, Samstag, 6. Juli sowie Sonntag, 25. August) oder in der Wichern-Kirche in Bredenscheid (Sonntag, 25. Februar und Samstag, 13. April). An mindestens sechs Proben sollten Interessierte teilnehmen können. Außerdem ist das Üben zuhause erwünscht - Übungsmaterial wird gestellt. Die Teilnahmegebühr beträgt 25 Euro.

Kontakt und Anmeldung per Mail über chorprojekt@kirche-hawi.de oder über die Website des Kirchenkreises: www.kirche-hawi.de/aktuelles/kirchenmusik/chor2024. Das Foto zeigt Projektleiterin Marianne Funda und Kreiskantor Ropudani Simanjuntak (Foto: privat).

und Verwaltung. Unter dem Strich sind sich die Berufskollegs sicher: „Wir haben für jedes Talent das richtige Lernangebot.“ Davon profitieren in Ennepetal aktuell 1.335 Schülerinnen und Schüler, in Hattingen 1.253 und in Witten 2.405. Insgesamt besuchen damit 4.993 junge Menschen die drei Berufskollegs, für die der Ennepe-Ruhr-Kreis verantwortlich ist. *pen*

Kontakt

Für persönliche Rückfragen oder Hinweise zu den Anmeldebedingungen stehen die Beschäftigten in den Sekretariaten zur Verfügung. Diese sind wie folgt erreichbar:

Berufskolleg Ennepetal des Ennepe-Ruhr-Kreises

Wilhelmshöher Str. 12-22, Tel.: 02333/9878 0.
Öffnungszeiten: montags bis donnerstags von 7.15 bis 12 Uhr und 12.30 bis 15.30 Uhr sowie freitags von 7.15 bis 12 Uhr.

Berufskolleg Hattingen des Ennepe-Ruhr-Kreises

Raabestr. 15, Tel.: 02324/9237 0.
Öffnungszeiten: montags bis donnerstags von 7.30 bis 12 Uhr und von 12.45 bis 15 Uhr sowie freitags von 7.30 bis 12 Uhr.

Berufskolleg Witten des Ennepe-Ruhr-Kreises

Husemannstr. 51, Tel.: 02302/920 0.
Öffnungszeiten: montags bis donnerstags von 7.15 bis 15 Uhr und freitags von 7.15 bis 13.00 Uhr.

Gutes Hören für Kinder und Erwachsene ist wichtig

Das soziale Umfeld und die Betroffenen profitieren von der individuellen Hörgeräteversorgung

Die Hörakustik ist aus dem Alltag von immer mehr Hörgerätenutzern nicht mehr wegzudenken. In typischen Alltagssituationen wie Gesprächen in Gruppen und in der Familie liegt die Zufriedenheit mit Hörgeräten lt. EuroTrak-Hörstudie 2022 zwischen 77% und 85%. Die hohe Servicequalität (89% Zufriedenheit) und die individuelle Versorgung in der Hörakustik tragen maßgeblich dazu bei, dass Hörsysteme aktuell eine so wichtige Rolle im Leben hörgeminderter Menschen übernehmen und die soziale Teilhabe nachhaltig sichern.

Damit verbessert die Hörakustik nicht nur die zwischenmenschliche Kommunikation, sie stärkt auch die Beziehungen von Paaren und sich nahestehenden Personen. Viele Studien haben inzwischen bewiesen, dass unbehandelte Schwerhörigkeit unsere Kontakte in Familie und Freundeskreis negativ beeinflusst. Wie das amerikanische Internetportal „Healthy Hearing“ berichtet, „beklagen sowohl hörgeschädigte Studienteilnehmer als auch ihre engen Partner den Verlust an Spontanität und die Schwierigkeiten, kleine unerwartete Situationen, Beobachtungen und Smalltalks im täglichen Zusammenleben zu teilen.“ Wie also mit Hörminderungen umgehen? – Diese Frage dürften sich gerade bei größeren Familientreffen oder auch im Freundeskreis viele Menschen stellen. Denn wenn mehrere Generationen zusammenkommen, durcheinander geredet wird und Nebengeräusche hinzukommen, fällt Menschen mit Hörproblemen die Verständigung besonders schwer. Viele Betroffene fühlen sich in solchen Situationen alleingelassen oder mögen nicht darüber sprechen. Doch auch den Mitmenschen bleibt es nicht verborgen, wenn sie nicht wie gewohnt verstanden werden oder sich Familienmitglieder wegen ihrer Hörminderungen zurückziehen.

Während gelegentliche Kommunikationsstörungen meistens schnell geklärt und nicht weiter beachtet werden müssen, sieht es ganz anders aus, wenn sich die Missverständnisse häufen. Dann beginnen auch die guthörenden Mitmenschen ihr eigenes Verhalten und den Umgang mit den Betroffenen an die neue Situation anzupassen. Dazu zählt sehr lautes und deutliches Sprechen, um ständiges Nachfragen zu vermeiden. Vorsorglich wird auf Telefon- oder Türklingeln geachtet und hingewiesen. Radio, Fernsehen und Musik werden aus Solidarität viel lauter eingestellt als nötig.

Die nahestehenden Mitmenschen stellen sich darauf ein, für die schwerhörigen Angehörigen mitzuhören. Das ist gut gemeint, hilft allen Beteiligten aber nicht weiter. Denn die Hörprobleme werden dadurch nicht behoben. Stattdessen gerät das unterstützende Umfeld selbst in stressige Situationen, während für die Betroffenen die Kom-



munikationshindernisse abgefedert und verharmlost werden. Hierin liegt eine wesentliche Ursache dafür, dass immer noch viele Menschen länger als nötig mit einer Hörgeräteversorgung warten. Angehörige und Freunde sollten vielmehr das Problem sensibel ansprechen und mit Verständnis und Unterstützung zur Problemlösung beitragen. Dabei ist eine unvoreingenommene und offene Gesprächsführung wichtig, bei der Vorwürfe oder Polarisierungen fehl am Platze sind. Denn Hörminderungen sind natürliche Verschleißerscheinungen, die früher oder später jeden Menschen betreffen können. Der einzige Fehler besteht darin, nichts dagegen zu unternehmen. Es hat nur Vorteile, einen Hörtest bei einem Hörakustiker zu einer gemeinsamen Sache zu machen. Bei allen Gesprächen und Fragen, die sich beim Hörakustiker ergeben, können Angehörige, Partner und Freunde auch mit ihren eigenen Erfahrungen unterstützend zur Seite stehen und vielleicht sogar zusätzliche konstruktive Hinweise für die Anpassung an den Hörakustiker weitergeben. Auf diese Weise akzeptieren Betroffene ihre neuen Hörsysteme leichter, finden sich schneller damit zurecht und lernen, sie regelmäßig und effektiv zu nutzen. Denn beim guten Hören geht es immer auch um das harmonische Miteinander. Dafür bieten die Partnerakustiker der Fördergemeinschaft Gutes Hören bundesweit das gesamte Leistungsspektrum vom kostenlosen Hörtest über Auswahl, Anpassung und Programmierung geeigneter Hörgeräte bis hin zur mehrjährigen Nachbetreuung an. Die FGH-Höarakustiker sind zu erkennen am Ohrbogen mit dem roten Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de.



Viele Studien zeigen, dass Schwerhörigkeit unsere Kontakte in Familie und Freundeskreis negativ beeinflusst. Denn nicht nur Betroffene, auch die Mitmenschen leiden unter darunter, wenn die zwischenmenschliche Kommunikation nicht mehr funktioniert. Angehörige und Freunde sollten daher von Anfang an das Problem sensibel ansprechen und mit Verständnis und Unterstützung zur Problemlösung beitragen. Die Hörakustiker sind dafür die ersten Ansprechpartner. Fotos: panthermedia/fgh

Lärm macht krank

Soviel Dezibel schadet der Gesundheit

Das sagt das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz: Lärm ist jedes unerwünschte laute Geräusch. Das Ohr nimmt die Geräusche auf und verarbeitet die darin enthaltenen Informationen. Lärm wird sehr subjektiv wahrgenommen, das heißt, jeder Mensch empfindet Geräusche unterschiedlich; den einen stören sie nicht oder nur wenig, den anderen nerven sie. Laute Musik regt zum Beispiel manche Personen auf, andere finden sie schön und wieder andere lässt sie völlig kalt. Geräusche entstehen durch Schwingungen und breiten sich in der Luft als Schallwellen aus. Die Stärke des Schalls, also die Lautstärke, kann man messen. Die Messgröße heißt Schalldruck, der angezeigte Messwert ist der Schalldruckpegel und wird in Dezibel (dB) angegeben. Je stärker ein Geräusch ist, desto mehr Menschen empfinden es als unangenehmen Lärm. Als Lärm können auch alle Schallereignisse bezeichnet werden, die das menschliche Wohlbefinden beeinträchtigen. Aus repräsentativen Umfragen des Umweltbundesamtes ergibt sich, dass der Straßenverkehrslärm mit Abstand als der größte Störfaktor empfunden wird.

Klar, jeder hat sich schon einmal die Ohren zugehalten, weil es ihm zu laut war.

Doch ab wann wird es gefährlich?

Das sagen die Experten:

Ab 40 dB: Lern- und Konzentrationsstörungen möglich.

Ab 60 dB: Hörschäden nach längerer Einwirkung möglich.

Ab 65 dB: 20% erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei längerer Einwirkung.

Ab 85 dB: Beschädigungsbereich, vor allem an lauten Arbeitsplätzen.

Ab 120 dB: Hörschädigungen schon nach kurzer Einwirkung möglich.

Und was ist jetzt eigentlich wie laut?

Völlig im „grünen Bereich“ liegen ein normales Gespräch, leichter

Wind oder das Brummen von einem

Kühlschrank. Verkehrslärm, ein lauter Fernseher oder die

Geräusche von Maschinen sind allerdings bereits unangenehm.

Gewitterdonner, Presslufthammer, Kreissäge, Gewitterdonner

und ein Start von Flugzeugen liegen deutlich im Beschädigungsbereich. Dazu gehört

übrigens auch ein lauter Kopfhörer oder ein lautes Konzert.

Manchmal reicht auch ein kurzes Moment, um sofort einen körperlichen Schaden zu erleiden -

beispielsweise beim Knall einer Pistole oder eines Gewehrs in unmittelbarer Nähe.

Daher gilt immer:

- Gehör immer vor zu viel und zu lautem Lärm schützen.

- Lautstärke bei Kopfhörern auf ein Minimum reduzieren.

- Wenn möglich Abstand zur Geräuschquelle halten.

- Ohren zuzuhalten, wenn ein Geräusch als störend empfunden wird.

- Ohrstöpsel nutzen, wenn ein hoher Schalldruck herrscht.

UND: Regelmäßig einen Hörtest machen!

HÖRAKUSTIKWege

- ✓ Beratungsstelle rund um das gute Hören
- ✓ wir führen Hörsysteme aller Hersteller und Preisklassen
- ✓ Manufaktur für individuellen Gehörschutz
- ✓ Spezialist für Kleinst Im-Ohr Hörsysteme
- ✓ Rundum Sorglos-Pakete
- ✓ Versicherungsschutz
- ✓ Hausbesuche möglich

Seit 1996 Ihr Hattinger Meisterbetrieb für moderne Hörakustik



Andreas Wege
Inhaber
Hörakustiker-Meister
Betriebswirt d. H.

Im Rahmen Ihrer Gesundheitsvorsorge bieten wir Ihnen einen jährlichen, kostenlosen Hörtest mit Beratung.

Augustastraße 10 • neben AVU
☎ 02324 / 24 071 • hattingen@hoerakustik-wege.de



Gerade bei Konzerten ist die Musik oft sehr laut. Nicht selten muss man zusätzlich noch schreien, wenn man selbst etwas mitteilen möchte. Foto: panthermedia

Wir freuen uns auf Sie!
Ihre Senem und Selim Samanci
Höarakustikmeisterin und Höarakustikmeister

Ruhr Hörakustik
ruhr-hoerakustik.de | Ruhr Hörakustik GmbH | Tel. 0234 59877855

Wir sind für Sie da: 3 x in Bochum, 1 x Hattingen & 1 x in Herten!

Hangrutsch am Leinpfad: Teilspernung des Ruhrtalradwegs

Geröll blockiert Weg in Winz-Baak, Sicherung des Hangs dauert mehrere Wochen

Seit dem 4. Januar ist ein Teil des Ruhrtalradweges und somit auch des Leinpfades in Winz-Baak gesperrt. Grund dafür ist ein größerer Hangrutsch, der zwischen „Im Westenfeld“ und der Rauendahlstraße aufgetreten ist. Eine großräumige Umleitung wurde eingerichtet. Diese führt über die Straßen Rauendahlstraße, Munscheidstraße, In der Delle, Ruhrblick und Im Westenfeld, sowie umgekehrt. Ein Aushang für die Umleitung wird an den Sperrschranken befestigt. Die Stadt weist Fußgänger und Radfahrende ausdrücklich daraufhin die Warnhinweise und Umleitungen einzuhalten. Die Umleitungsstrecke ist allerdings mit mehr Steigungen versehen. Alternativ können Radfahrer auch die Radwege auf der gegenüberliegenden Ruhrseite nutzen.

Es ist nicht das erste mal, dass ein Hangrutsch für Sperrungen sorgt. Ähnliches passierte bereits 2015. Auch da sorgten die Regenmassen für den Hangrutsch - allerdings im Frühjahr. Damals dauerte die Sperrung und die Sicherung des Hangs mehrere Wochen.

Wochenlange Sperrung

Der neuerliche Hangrutsch hatte sich aufgrund der anhaltenden Regenfälle im Januar nochmal verschlimmert, nachdem die Stadt an der betroffenen Stelle bereits Baken aufgestellt hatte, da dort seit Tagen Geröll und Erde abgegangen war. Bei einem kurzfristig anberaumten Ortstermin mit einem Bodengutachter und dem Fachbereich Stadtbetriebe und Tiefbau hat daraufhin Carsten Schmalhaus, Ingenieur im Fachbereich Stadtbetriebe und Tiefbau, erklärt: „Der Bereich wird erst einmal auf Weiteres gesperrt bleiben. Im nächsten Schritt muss geklärt werden, welche Maßnahmen zur weiteren Hangsicherung notwendig sind. Dazu muss ein Sicherungskonzept erstellt werden. Zuvor muss der Bereich aber freigeräumt werden, Geröll abgetragen und Bodenproben entnommen werden. Das wird Zeit in Anspruch nehmen.“ Nach IMAGE-Informationen soll die Räumung der betreffenden Stelle voraussichtlich in der letzten Januarwoche stattfinden. Allerdings könnte die Witterung diesen Plan noch durchkreuzen. Insgesamt wird die Sperrung und die Sicherung wahrscheinlich mehrere Wochen bis Monate in Anspruch nehmen.



Über die Straßen Rauendahlstraße, Munscheidstraße, In der Delle, Ruhrblick und Im Westenfeld führt die Umleitung, welche von der Stadt ausgeschildert wurde.

Fotos: Stadt Hattingen



Deutlich ist der Hangrutsch zu sehen. Geröll und Vegetation blockieren den Weg und sorgen für die Sperrung des Ruhrtalradweges und des Leinpfades.

Neue Selbsthilfegruppe gegen Einsamkeit

Die Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfe Hattingen und Sprockhövel (KISS), eine Einrichtung der Diakonie Mark-Ruhr, möchte eine neue Selbsthilfegruppe gegen Einsamkeit gründen und sucht Kontakt zu interessierten Menschen. „Einsamkeit ist eine gesellschaftliche Erscheinung, die seit Jahren zunimmt. Nicht jeder, der über wenige soziale Kontakte verfügt, ist damit zufrieden. Die Gründe für Einsamkeit sind vielfältig“, erklärt Michael Klüter von der KISS. Unter dem Titel „gemEINSAM“ plant die KISS daher einen Begegnungsort anzubieten, für alle, die sich angesprochen fühlen. Auskunft und weitere Informationen erteilt Michael Klüter unter Tel. 02324/9025060. Die Selbsthilfe stellt eine wichtige Ergänzung des professionellen Hilfsangebotes dar und ist damit ein bedeutender Bestandteil des Sozial- und Gesundheitssystems. Die Kontaktstelle kooperiert eng und partnerschaftlich mit ehrenamtlich Tätigen und mit allen relevanten Beratungsstellen und Einrichtungen in ihrem Wirkungsbereich. Kontakt: Diakonie Mark-Ruhr gemeinnützige GmbH Kontakt- u. Informationsstelle f. Selbsthilfe Hattingen/Sprockhövel Kirchplatz 19 45525 Hattingen Telefon (0 23 24) 9025060 Telefax (0 23 24) 9025062 kiss.hattingen@diakonie-mark-ruhr.de www.diakonie-mark-ruhr.de

SG Holthausen: Qigong-Kurs

Die SG Holthausen bietet einen neuen Gesundheitskurs an. Der Kurs ist von der Krankenkasse zertifiziert und wird bezuschusst. Der Qigong – Kurs findet vom 25. Februar bis 18. April (nicht am 07.03., 28.03.2024 und 04.04.2024) jeweils donnerstags von 18.30 bis 19.30 Uhr oder 19.45 bis 20.45 Uhr im Ev. Gemeindezentrum Holthausen, Dorfstraße 9, in Hattingen unter der Leitung der zertifizierten Qigong-Lehrerin Monika Venker statt. Ziel des Kurses ist es, über langsame Bewegungen zur Ruhe zu kommen, Stress abzubauen und aktiv zu entspannen. Qigong Übungen unterstützen den Energiefluss im Körper, können Blockaden lösen und steigern so insgesamt das Wohlbefinden. Kursgebühr für 10 Einheiten beträgt 105,00 Euro.

Mein Buch wird lebendig

Wer kennt es nicht: Bücher, die ihre Schuld getan haben und zuhause im Bücherregal verweilen, nachdem sie verschlungen wurden. Ein Kunstkurs der Jahrgangsstufe sechs des Gymnasiums Holthausen hat aus antiquarischen Büchern neue Geschichten, in Form von Objekten, geschaffen. Durch Zerlegen, Aufschneiden und Kleben sind spannende Kunstwerke entstanden, die in der Stadtbibliothek Hattingen ausgestellt werden.

Alles wird teurer: Wie bekomme ich Ausgaben in den Griff?

Experten raten dazu, die Ausgaben genau aufzuschreiben - ein Haushaltsbuch kann helfen

Energie, Tanken, Lebensmittel, Inflation - die Horrorliste ist lang. Viel Monat und wenig Geld - das Problem haben viele. 2024 ist noch jung, aber zahlreiche Menschen merken, wie eng es in der Geldbörse geworden ist. Was kann man tun? Seine Einnahmen kann man mit dem Haushaltsbuch nicht vergrößern, aber einen Überblick darüber bekommen, wo das Geld eigentlich bleibt - das geht mit dem Buch sehr gut. Denn das Aufschreiben der Einnahmen und Ausgaben kann bares Geld sparen. Es sind oft die permanenten Ausgaben - jeden Tag der Kaffee zum Mitnehmen, hier ein Mittagssnack oder dort die Zeitung am Kiosk, die in der Summe ordentlich Geld kosten.

Das Haushaltsbuch

Was ist wichtig beim Aufschreiben? Zunächst sollte man bei den Einnahmen nichts vergessen. Das heißt: Urlaubs- und Weihnachtsgeld gehören genauso dazu wie Geldpräsenten zum Geburtstag oder zu Weihnachten. Dann kommen die festen Ausgaben. Das sind Miete, Strom, Heizung, Auto, Versicherungen, GEZ-Gebühren, Vereine und Taschengeld für Kinder - eben alles, was regelmäßig jeden Monat erneut bezahlt werden will. Aber es gibt auch veränderliche Ausgaben. Lebensmittel, Kleidung, Kosmetik, Geschenke gehören ebenso dazu wie der Restaurantbesuch. Oder haben Sie vielleicht ein Hobby, für das Sie Geld aufwenden müssen? Wenn alle Ausgaben feststehen, kommt das Ergebnis. Was bleibt unterm Strich übrig? Alle Ausgaben zusammenziehen und von den Einnahmen abziehen. Das ist die Stunde der Wahrheit: Haben Sie ein Plus, ist alles gut. Bei einem Minus müssen Sie überlegen, wo Einsparungen möglich sind. Auch dazu hat die Verbraucherzentrale einige Tipps:

Versicherungen und Gesundheit

Werfen Sie einen Blick auf Ihre Versicherungen! Nicht selten werden Sie feststellen, dass das ein oder andere doppelt oder gar überflüssig ist. Und etwa bei Privathaftpflicht- oder Hausratpolice der verschiedenen Versicherungsgesellschaften gibt es erhebliche Prämienunterschiede, sodass sich ein Preisvergleich lohnt. Auch bei den Ausgaben für die Gesundheit kann man sparen. Alle Belege über Zuzahlungen zu medizinischen Leistungen (Zuzahlungen zu Rezepten über verschreibungspflichtige Medikamente oder für den Krankenhausaufenthalt) aufheben! Denn wird die Belastungsgrenze in Höhe von zwei Prozent der jährlichen Bruttoeinnahmen (abzüglich von Freibeträgen für mit im Haushalt lebende Ehegatten) überschritten, kann mit diesen „Quittungen“ bei der Krankenkasse - für jedes Kalenderjahr neu - ein Antrag auf Befreiung von den gesetzlichen Zuzahlungen gestellt werden. Mit der entsprechenden Bescheinigung der Krankenkasse muss dann für den Rest des Jahres bei medizinischen Leistungen nichts mehr zugezahlt werden. Für chronisch Kranke hat der Gesetzgeber die Belastungsgrenze für Zuzahlungen auf ein Prozent des jährlichen Bruttoeinkommens festgelegt. Und: Nachahmerpräparate (so genannte Generika) sind in der Regel erheblich günstiger als die bekannten rezeptpflichtigen Originalarzneimittel.

Energiekosten

Hier kann man dem aufmerksamen Verbraucher schon fast nichts Neues mehr erzählen. Ob bei Strom oder fossilen Brennstoffen ein Wechsel in einen anderen Tarif oder zu einem anderen Anbieter noch Ersparnisse bringt, ist fraglich. Helfen können dabei Vergleichsportale. Umso wichtiger ist es, im Haushalt Strom zu sparen. An der Kostenschraube in Sachen Strom kann mit wenigen Handgriffen gedreht werden. So einige Euro im Jahr sind an Ersparnis drin, wenn bei heimlichen Stromfressern der Stecker gezogen wird. So fressen PC, Laptop, alte Musikanlagen, Fernsehgeräte und -Receiver und vor allem vernetzte Geräte im Standby-Betrieb unnötig Energie. Nutzen Sie eine abschaltbare Steckerleiste, damit kein unnötiger Strom mehr fließt. Auch beim Waschen, Trocknen, Kochen, Kühlen und Gefrieren kann durch schlaues Bedienen noch einiges an Strom eingespart werden. Nutzen Sie auch die Möglichkeiten, bei der Heizung nachts eine Temperaturabsenkung durchzuführen. Schlie-

ßen Sie Türen und Fenster und wenn es Rollläden gibt - runter damit. Schauen Sie genau hin, wie warm der einzelne Raum sein muss: zwischen Schlaf- und Wohnzimmer gibt es große Unterschiede.

Konsumverhalten

Auch hier gibt es Stellschrauben, an denen sich drehen lässt. Die Verbraucherzentrale NRW hat einige aufgelistet. Auch beim Einkauf für den täglichen Bedarf lohnt sich der Preisvergleich. Und auf dem Einkaufszettel sollte stehen, dass man nicht blind auf den Hinweis „Sonderangebot“ vertraut. Denn was in dem einen Geschäft als Angebot gilt, ist bei einem anderen vielleicht als „Dauertiefpreis“ noch günstiger zu haben. Auch sollte man nach den Waren schauen, die in den unteren Regalen oft preiswerter angeboten werden. Zudem sind Lebensmittel am Rande des Mindesthaltbarkeitsdatums häufig zu reduzierten Preisen im Angebot. Bei Frischwaren wie Gemüse, Obst oder Backwaren lassen Händler gegen Geschäftsschluss über einen Preisnachlass mit sich reden. Einen soliden Haushaltskurs steuert, wer die Mahlzeiten für eine Woche im Voraus plant und sich dann einen Einkaufszettel anfertigt. Damit vermeidet man nicht nur, dass überflüssiger Vorrat an teuren Lebensmitteln weggeworfen werden muss, sondern kann auch kreative und Kosten sparende „Resteverwertung“ einplanen. Und: Es muss nicht immer neu sein - bei Kinderbetten, Fahrrädern, Handys kann man secondhand viel Geld sparen. Für Handys gibt es beispielsweise spezielle Onlinehändler, die die Gebrachten aufbereiten. Secondhand-Bekleidung ist preisbewussten Verbrauchern bekannt, aber auch Bücher, Technik und Möbel gibt es gebraucht günstig zu erwerben. Dabei spart man nicht nur Geld, sondern tut auch etwas für die Nachhaltigkeit.

Verschuldet und überschuldet

Ein Mensch gilt als verschuldet, wenn er ausstehende Rechnungen noch nicht bezahlt hat, es aber finanziell könnte. Überschuldet ist man dagegen, wenn man so überfordert ist, dass Verbindlichkeiten nicht mehr beglichen werden können. Lassen Sie sich helfen! Die Diakonie Mark-Ruhr hält folgende Einrichtungen vor:
Für **Witten**: Röhrchenstraße 10, Telefon 02302/91484-47 oder -41
Für **Hattingen**: Schulstraße 7, Telefon 02324/9234-10 oder -11.
E-Mail entweder schuldnerberatung@witten-diakonie-mark-ruhr.de oder sb.hattingen@diakonie-mark-ruhr.de. Zahlreiche weitere Träger unterhalten ebenfalls Beratungsmöglichkeiten. *anja*



„Termine vereinbaren?“

„Hilfe beim Online-Banking?“

„Überweisungen und Daueraufträge?“

„Probleme mit der Karte?“

„Kontostand und Umsätze?“

Einfach 20 30 anrufen!

Montag bis Freitag von 8 bis 18 Uhr.
Ihre Direkt-Filiale.



Sparkasse
Hattingen



Thomas Behling, Vorsitzender Aktivenkreis Holthäuser Rosenmontagszug und Zugsprecher beim Rosenmontagszug. Das neue Stadtprinzenpaar Lukas und Anna Neumann. Foto: Pielorz/privat



Am besten Tag die Hütte kracht, wenn Holti wigga Party macht

Das Motto für die aktuelle Karnevals-session in Hattingen - Rosenmontagszug startet am 12. Februar

Das diesjährige Motto lautet „Am besten Tag die Hütte kracht, wenn Holti wigga Party macht“, sagt Thomas Behling, Vorsitzender des Aktivenkreises Holthäuser Rosenmontagszug. Das Motto sei dabei in Anlehnung an die drei Sessionslieder „Bester Tag“ von Oli P., „Reiß die Hütte ab“ von Micky Krause und „Wigga Digga“ von der Band „Räuber“ entstanden. Ausgesucht haben sich die Sessionslieder das Hattinger Stadtprinzenpaar Prinz Lukas I. (Neumann) und Prinzessin Anna I. (Neumann), das neue Jugendprinzenpaar Luisa I. und Tom I. und „die Neue“ im Kostüm des Holti, Yvonne Laux.

Thomas Behling ist Gründungsmitglied und immer noch aktiv im Aktivenkreis Holthäuser Rosenmontagszug. Bei der Karnevalseröffnung am 11. November 2022 wurde er dafür mit dem Verdienstorden in Gold für das langjährige Engagement im Brauchtum Karneval ausgezeichnet. Immer noch findet man ihn beim Rosenmontagszug in Holthausen auf dem Balkon, wo er seit Jahren als Zugsprecher eine feste Größe ist. Er erinnert sich an die Anfänge: „Angefangen hat alles in den siebziger Jahren. Im Winter wurden damals in Werkgruppen von einem Elternkreis bunte Masken gebastelt. Und der Elternkreis hatte dann die Idee: Wir könnten die Masken bei einem Rosenmontagszug zeigen. Das war noch ganz klein, da kamen etwa 60 bis 70 Menschen. Aber fünf Jahre später waren es 1.000 Besucher. Der Elternkreis hat das zwanzig Jahre organisiert. Danach hat sich dann der Aktivenkreis Holthäuser Rosenmontagszug gegründet und das weitergeführt. Ich kann mich erinnern, dass ich mit 15 Jahren über meinen Sportverein DJK Märkisch schon immer beim Wagenbau dabei gewesen bin. Na ja, und dann habe ich halt Ende der neunziger Jahre den Job des Zugsprechers übernommen und das mache ich bis heute.“ Die Zahl der begeisterten Zuschauer hat sich enorm gesteigert - 1998 kamen rund 30.000 Gäste. „Immer mehr Vereine haben sich angeschlossen, auch aus anderen Orten, wie zum Beispiel Blankenstein. Irgendwann wollte Hattingen den Umzug sogar in die Innenstadt verlegen. Doch das kam nicht infrage. Die Holthäuser wollten, das der Zug bleibt, wo er ist. Und das ist bis heute so. Der Umzug hat Dorfcharakter. Freunde, Familie, Nachbarn treffen sich. Es ist ein Umzug für Familien und das soll auch so bleiben.“

Bis heute besteht der Umzug aus Fußgruppen und Motivwagen. Der Lindwurm schlängelt sich die Straße Richtung „Krüpe“ herunter und Thomas Behling steht auf dem Balkon und kommentiert, was das Zeug hält.

Einfallen tut ihm immer etwas. „Ich bekomme von den Vereinen auch Infos - also, wer den Wagen gebaut hat oder wer die Kostüme genäht hat und wer als Sponsor dabei ist. Das muss ja alles erwähnt werden. Und dann macht man noch etwas Spaß - da sollte man die neuesten Karnevalslieder natürlich kennen. Und... auch ganz wichtig: Ab und zu muss man ein paar Verhaltenstipps geben. Eltern müssen auf ihre Kinder aufpassen und manchmal ist auch eine klare Ansage nötig - zum Beispiel gegen Wildpinkeln.“ Wichtig ist Behling die Familienfreund-

lichkeit, die sich auch in der Auswahl der Musik zeigen soll. „Während der Zug läuft, hat das oberste Priorität. Wenn alles vorbei ist und es nur noch um Party geht, dann kann man das anders machen. Aber nicht während des Umzuges.“

Übrigens: Fußgruppen können sich immer noch anmelden. Wer mitmachen will, kann das per Mail absprechen unter kontakt@holt-holau.de oder meldet sich bei Thomas Behling unter 0174 343 71 83 - gerne auch per WhatsApp. Irgendwann muss der Zugsprecher ja auch mal arbeiten, denn der karnevalistische Frohsinn ist bei ihm - wie bei allen anderen Aktiven - ein Ehrenamt.

Etwas Sorgen bereitet Thomas Behling die immer höher werdenden Kosten. „Bei den Gema-Gebühren haben wir mittlerweile die vierfache Höhe erreicht zu früheren Veranstaltungen. Sanitär und Sicherheit schlagen ebenfalls ordentlich durch - ohne unsere ganzen Sponsoren wäre das gar nicht möglich. Es sind so viele Dinge und wir organisieren ja alles selbst. Wir bekommen beispielsweise auch Absperrgitter vom Bauunternehmer oder von der Polizei. Das sind alles Menschen, die uns unterstützen, damit einmal im Jahr dieser Zug stattfinden kann. Nicht vergessen möchte ich auch die Landwirte, die für den Wagenbau ihre Scheune zur Verfügung stellen. Ohne die Bauern würde das gar nicht gehen. Zum Gelingen des Rosenmontagszuges tragen so viele Menschen bei - nur um sich selbst und anderen Freude zu bereiten.“

Karneval ist aber auch politisch und spricht soziale Aspekte an. Prinz Lukas I. (Neumann) ist gelernter Bestatter, hat eine Ausbildung zum Pflegefachmann mit dem Schwerpunkt Pädiatrie, Kinder- und Jugendmedizin und ist mit seiner Prinzessin Anna Vater von drei Kindern. Sie schreiben Kindergeschichten aus dem Leben und spenden den gesamten Erlös an die Einrichtung „Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienste Löwenzahn“. Es gibt Gute-Nacht- und Weihnachtsgeschichte - Weihnachten kommt ja dieses Jahr auch schon wieder. Nähere Infos gibts auf der Facebook-Seite des Paares: Hattinger-Stadtprinzenpaar-202324-Prinz-Lukas-I-Prinzessin-Anna-

Die Karnevalstermine: Holtis Kinderkarneval findet wieder in der Gebläsehalle statt - und zwar am Freitag, 2. Februar, ab 15.11 Uhr. Ende um 17.11 Uhr. Kinder zahlen vier, Erwachsene fünf Euro. Der Vorverkauf läuft über die Gebläsehalle und das Tanzstudio Let's dance. Die große Integrative Karnevalsparty wird am selben Tag - Freitag, 2. Februar - in der Gebläsehalle über die Bühne gehen. Ausrichter ist der Verein zur Förderung des Inklusiven Karnevals. Das Programm startet um 19.11 Uhr. Stargäste sind Jörg Bausch und „De Schlofmütze“. Tickets kosten im Vorverkauf 22 Euro, an der Abendkasse 25 Euro. Vorverkaufsstellen sind die Gebläsehalle und über die E-Mail kontakt@holt-holau.de. Der Rathaussturm an Weiberfastnacht (8. Februar) ist um 11.11 Uhr. Abends gibt es dann die Altweiberparty ab 19.11 Uhr im Restaurant Platzhirsch (Krämersdorf 2-4).

Der Holthäuser Rosenmontagszug zum Höhepunkt der Session verläuft dann am 12. Februar ab 15.11 Uhr über die Dorfstraße. *anja*

Valentinstag



Der Valentinstag am 14. Februar wird in vielen Ländern der Welt gefeiert. Menschen verschenken an diesem Tag Blumen oder kleine Präsente. Sie gehen mit ihrem Liebsten schön essen. Längst ist der Tag zu einem Tag der besonderen Aufmerksamkeit geworden und ein schöner Anlass, einfach einmal Dankeschön zu sagen.

Der 14. Februar war schon im antiken Rom ein Gedenktag. Man erinnerte an Juno, Göttin von Geburt und Ehe, und beschenkte deshalb die Frauen mit Blumen. Nach

Deutschland kam der Valentinstag nach dem Zweiten Weltkrieg durch die Amerikaner. 1950 wurde hier der erste Valentinsball gefeiert.

Was wird verschenkt?

Tatsächlich sind die Traditionen des Schenkens von Land zu Land unterschiedlich. In Deutschland sind es immer noch gerne Blumen, die verschenkt werden. Historisch betrachtet hat sich die rote Rose zum Symbol der Liebe entwickelt. Eva nahm aus dem Paradies eine Rose für Adam mit. Kleopatra hieß ihren Geliebten Marc Anton mit roten Rosen willkommen und bei den griechischen Göttern wird vor allem Aphrodite oft mit roten Rosen dargestellt. Bei Blumen müssen es aber nicht immer rote Rosen sein. Wer die Lieblingsblumen des Partners kennt, punktet bestimmt auch damit.

Gerne nutzen Liebende die Möglichkeit, Liebesschlösser an Brücken oder Geländern anzubringen. In Japan verschenken Frauen dunkle Schokolade an die Männer und erhalten vier Wochen später weiße Schokolade von ihnen zurück. Neben Blumen, Süßigkeiten oder Parfum sind es auch Briefe oder Sprüche, die an diesem Tag verschickt werden - in manchen Ländern sogar anonym, sodass der oder die Auserwählte raten muss, von wem die Schriftzeichen als Symbol der Wertschätzung und Freundschaft stammen könnten.

Neben Freundschaftskarten stehen auch Stofftiere oder Dessous hoch im Kurs. Und es gibt noch viel mehr Ideen: zum Beispiel ein schönes Abendessen in einem schicken Restaurant. Oder ein Ausflug an einen besonderen Ort. Der Brauch zum Schenken ist übrigens auch schon ziemlich alt und in vielen Kulturen zu finden. Schenken macht glücklich und ist ein Versuch, sich Freude und Freunde zu verschaffen. Wissenschaftler haben herausgefunden, dass Menschen mit einem Geschenk Freude und Akzeptanz beim Beschenkten auslösen möchten. Die Forscher Yang & Urminsky (Psychological Science 29/2018) zeigen, dass Menschen bei der Geschenkauswahl auf eine starke Gefühlsreaktion des Beschenkten hoffen, diesen also überraschen möchten. Und bevor man jetzt auf den Gedanken kommt, Gutscheine oder Geldgeschenke könne man dann als Geschenk vergessen - so einfach ist das nicht. Denn wenn diese Geschenke witzig oder liebevoll präsentiert werden, sieht das schon wieder ganz anders aus. Wichtig ist: Man soll sich Gedanken machen um den Beschenkten.

Kanadische Wissenschaftler um die Psychologin Elisabeth Dunn fanden heraus, ein falsches und ungeliebtes Geschenk kann in der Beziehung zu einem anderen Menschen zu Distanz führen. Wir empfinden ein solches Geschenk nämlich als Ausdruck des Nichtverstehens.

Ein Geschenk ist ein Ausdruck ohne Worte

Ein Geschenk ist eine non-verbale Kommunikation. Wissenschaftler sagen, wir verständigen uns nur teilweise über Worte oder Sprache. Mindestens genauso wichtig ist das, was wir ohne Worte ausdrücken. Dazu gehören Gestik und Mimik, aber eben auch Geschenke. Mit ihrer Übergabe pflegen und vertiefen wir Beziehungen zu anderen Menschen. Und wenn wir diesen Menschen nicht zuhören oder sie uns nicht wichtig sind, dann greifen wir schnell zu einem falschen Geschenk. Dann kann ein Geschenk eben nicht zur Vertiefung der Beziehung beitragen, sondern das Gegenteil bewirken.

BRUNE
Trauringwochen

10%
14.2. - 2.3.24

Eine besonders große Auswahl an handgeschmiedeten, außergewöhnlichen Trauringen wartet auf Euch.

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

2017 gab es eine Studie an der Uni Lübeck. Im MRT konnte man bei den Teilnehmern feststellen: Schenken zeigt sich in einer höheren Gehirnaktivität im Übergang vom Schläfen- zum Scheitellappen und in einer Verbindung zum ventralen Striatum. Eine vermehrte Ausschüttung von Dopamin ist das Ergebnis. Liebende nutzen manchmal den



Valentinstag auch für die Frage aller Fragen. Wenn man sowieso schon mit Blumen und Geschenken aufwartet, dann kann man doch den Partner auch gleich mit dem Eheversprechen beglücken... Manche Paartherapeuten sehen

das allerdings kritisch, weil der Valentinstag ein stark romantisierter Tag ist und mit (zu) großen Erwartungen verknüpft. Was in jedem Fall geht: An diesem besonderen Tag dem oder der Liebsten sagen: DU bist für MICH etwas ganz Besonderes. Deshalb möchte ich Dir eine Aufmerksamkeit zukommen lassen, mit Dir schön essen gehen oder was auch immer... Für ein liebevoll ausgesuchtes Geschenk, für die Lieblingsblume oder das romantische Essen ist der Tag perfekt. *anja*

STEAKHOUSE
Rose

Am Valentinstag
speisen Sie bei uns à la carte!

Reservierungen sind möglich

von 17 bis 19 Uhr oder von 19.30 bis 22 Uhr

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



Glücksklee
Pflegedienst GmbH

Geschäftsführung: Aneta Richter

- 24 Stunden Dienst
- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Betreuung

- Hauswirtschaft
- Beratung nach §37 Abs. 3 SGBXI
- Betreuungs-Café

Erreichbarkeit
24 Stunden!

Wir fördern Ihr selbstbestimmtes Leben!

Zum Ludwigstal 3a • 45527 Hattingen • ☎ 023 24 / 9 19 1282
gluecksklee985@googlemail.com • www.pflegedienst-gluecksklee.de

Was bedeutet heute die Diagnose Krebs?

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 Psychologie und Medizin vor.



mit Dr. med. Daniel Metzler

„Seit vielen Jahren wird jeweils am 4. Februar der Weltkrebstag begangen. Dies geschieht vor dem Hintergrund, eine Krankheit mit sehr verschiedenen Gesichtern immer besser zu erforschen und schließlich auch zu heilen“, sagt der Facharzt für Strahlentherapie Dr. Daniel Metzler. „Krebs ist weltweit die zweithäufigste Todesursache. Millionen Menschen sterben an Krebs - aber es gibt auch Hoffnung. So wissen wir beispielsweise heute, dass es neben unveränderbaren Risiken - beispielsweise das Alter oder das Risiko der genetischen Vererbung - Risikofaktoren für die Erkrankung gibt, die vermeidbar und vor allem veränderbar sind. Dazu gehören Rauchen, Alkohol, ungesunde Ernährung und zu wenig Bewegung. Wir wissen, wie wichtig Vorsorge und Früherkennung ist. Rechtzeitig entdeckt lassen sich viele Krebsarten gut behandeln oder sogar heilen. Schließlich hat die Medizin Impfungen ent-

(Über)Leben mit Krebs

Über alle Krebsarten betrachtet beträgt - laut Robert Koch-Institut - die absolute 5-Jahres-Überlebensrate derzeit 50 Prozent bei Männern und 58 Prozent bei Frauen. Expertenschätzungen zufolge leben hierzulande aktuell etwa 4,5 Millionen Menschen mit oder nach Krebs („Cancer Survivors“). Bei etwa 2,6 Millionen dieser Cancer Survivors liegt die Krebsdiagnose bereits fünf oder mehr Jahre zurück.

wickelt, beispielsweise gegen Gebärmutterhalskrebs. Das Ziel ist es, Krebs immer besser zu verstehen. Er beginnt mit einer Veränderung in einer Gruppe normaler Zellen irgendwo im Körper. Das führt zu einem unkontrollierten und abnormalen Wachstum. Unbehandelt können diese Tumore immer weiter wachsen und sich über den Blutkreislauf oder das Lymphsystem ausbreiten. Dabei unterscheiden wir zwischen gut- und bösartigen Tumoren. Gutartige Tumore verursachen nur dann ein Problem, wenn sie zu groß werden oder auf andere Organe drücken - zum Beispiel einen Gehirntumor im Schädelinneren. Zellen bösartiger Tumore können sich vom Haupttumor (Primärtumor) lösen und sich durch einen Prozess, der als Metastasierung bezeichnet wird, in andere Körperteile ausbreiten. Neben der Wahrnehmung der regelmäßigen Vorsorgeuntersuchungen gibt es im Alltag eine Reihe von Symptomen, bei denen man hellhörig werden sollte - vor allem dann, wenn sie länger andauern. Dazu gehören Schwellungen und Knoten, anhaltende Hustenanfälle, Atemnot und Schluckbeschwerden. Veränderungen in den Stuhlgewohnheiten und unerklärliche Blutungen bedürfen einer medizinischen Abklärung. Ungewöhnliche Veränderungen beim Gewicht, an der Brust, an einem Muttermal oder einer nicht heilenden Wunde sollten ebenfalls von einem Facharzt angesehen werden.

Wird ein Krebs diagnostiziert, gibt es unterschiedliche Möglichkeiten: Operation, Chemotherapie, Strahlentherapie, Hormontherapie, Immuntherapie und Antikörpertherapie. Häufig werden die Therapien auch miteinander kombiniert. Bei der Strahlentherapie werden hochenergetische Strahlen eingesetzt, um einen Tumor zu verkleinern beziehungsweise die Krebszellen zu zerstören. Möglich ist dies als Einzelbehandlung und in einigen Fällen auch in Kombination mit anderen Krebsbehandlungen, etwa einer Operation. Mit den modernen Therapiemöglichkeiten ist die Heilungsrate bei Krebs aber deutlich gestiegen. Selbst in einem nichtheilbaren, palliativen Stadium lässt sich heute eine erheblich verbesserte Lebensqualität erzielen.“

anja

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

Das große Thema 2024: Wie geht's der Pflege?

Foto: Panthermedia

Stationäre Pflegeplätze sind knapp. Alternativen gibt es aber auch. Angehörige sind gefragt.

Eine Pflegebedürftigkeit kann jeden zu jeder Zeit treffen. Sie ist eine große emotionale, finanzielle und organisatorische Herausforderung - nicht nur für die Pflegebedürftigen selbst, sondern vor allem auch für die Angehörigen. Es gibt viele verschiedene Möglichkeiten der Pflege. Beratungen dazu bieten unter anderem die Seniorenbüros der Städte.

Altenhilfeeinrichtung als stationäre Pflegeeinrichtung

Voraussetzung für den Umzug ins Heim als stationäre Pflege ist in aller Regel mindestens Pflegegrad 2. Können die Heimkosten nicht aus Eigenmitteln gezahlt werden, prüft der Ennepe-Ruhr-Kreis vor der Kostenzusage die Heimnotwendigkeit. Bei Pflegegrad 2 oder Pflegegrad 3 sollte im Vorfeld mit dem Ennepe-Ruhr-Kreis geklärt werden, ob Heimnotwendigkeit vorliegt. Ab Pflegegrad 4 verzichtet der Ennepe-Ruhr-Kreis auf die Prüfung der Heimnotwendigkeit; diese wird dann als gegeben angenommen. Liegt keine Heimnotwendigkeit vor, werden die Heimkosten, die nicht aus Eigenmitteln bezahlt werden können, nicht übernommen. Die Kosten für die stationäre Pflege werden aus Mitteln der Pflegeversicherung, aus dem Einkommen und Vermögen des Pflegebedürftigen und in NRW bei bestehendem Anspruch durch das Pflegegeld bestritten. Reichen diese Mittel nicht aus, übernimmt das Sozialamt die ungedeckten Kosten. Hier müssen allerdings bestimmte Voraussetzungen erfüllt werden, beispielsweise muss man bis zu einer gewissen Grenze sein eigenes Vermögen aufgebraucht haben. Die persönlichen Einkommensverhältnisse werden regelmäßig überprüft.

Die Entscheidung für eine stationäre Pflege fällt nicht leicht. Viele Pflegebedürftige wünschen sich, in den eigenen vier Wänden zu verbleiben. Dann müssen Angehörige und/oder ambulante Versorgungseinrichtungen die Pflege übernehmen. Manchmal ist das jedoch nicht möglich. Mit Einführung der Einzelzimmerquote in Nordrhein-Westfalen von 80 Prozent für Bestandsbauten und 100 Prozent für Neubauten, gingen im Ennepe-Ruhr-Kreis aufgrund von Wiederbelegungssperren durch die WTG-Behörde viele stationäre Pflegeplätze verloren (Pflegebericht 2020). Es gibt im Ennepe-Ruhr-Kreis aktuell etwa 43 Einrichtungen mit rund 4000 Plätzen inklusive Umbau und geplantem Neubau. Allerdings steigt aufgrund der demographischen Entwicklung auch die Zahl der Pflegebedürftigen. Ein früheres Überangebot von Plätzen ist daher jetzt örtlich einer Unterdeckung gewichen. Ein weiteres Problem ergibt sich aus dem Personalmangel. Fehlen Fachkräfte, so hat das unmittelbare Auswirkungen auf die Zahl der stationären Pflegeplätze.

Wer einen Heimplatz sucht, sollte sein Augenmerk auf bestimmte Punkte richten: Das Heim sollte in der gewohnten Umgebung oder in der Nähe der Angehörigen liegen. Auch die Frage nach dem Mitbringen eigener Möbel sollte beantwortet sein. Und selbstverständlich muss die Frage nach den Kosten beantwortet sein.

Neben der stationären Pflege gibt es aber auch noch andere Möglichkeiten der Betreuung.

Ambulante Pflege

Bei der ambulanten Pflege unterstützt ein Pflegedienst die Angehörigen bei der Pflege des Betroffenen zuhause. Er bietet Familien

Unterstützung und Hilfe im Alltag, damit pflegende Angehörige zum Beispiel Beruf und Pflege sowie Betreuung besser organisieren können. Das Leistungsangebot des ambulanten Pflegedienstes erstreckt sich über verschiedene Bereiche. Dazu gehören körperbezogene Pflegemaßnahmen, Betreuungsmaßnahmen, hauswirtschaftliche Tätigkeiten, häusliche Krankenpflege und Beratung. Es gibt zahlreiche ambulante Pflegedienste vor Ort. Auch hier gibt es allerdings Fachkräftemangel. Laut Arbeitsagentur ist der Bedarf an Fachkräften in der Altenpflege besonders hoch. Auf 100 gemeldete Stellen kamen im vergangenen Jahr lediglich 19 arbeitslose Pflegekräfte. 10 Jahre zuvor waren es noch 68 arbeitslose Pflegekräfte pro 100 Stellen. Dass der Personalmangel bereits heute deutlich sichtbar ist, zeigt sich an verschiedenen Zahlen. Um die bedarfsgerechte Versorgung sicherzustellen rechnet bspw. die Gewerkschaft ver.di mit einem Bedarf von allein 110.000 zusätzlichen Pflegefachkräften. Prognosen rechnen bis 2030 sogar mit einem Mehrbedarf von 300.000 Stellen (Quelle: Pflegegenot Deutschland). Die Pflegeversicherung übernimmt die Kosten bis zu einem bestimmten Höchstbetrag. Bei Versorgung durch einen ambulanten Pflegedienst, kann der Pflegebedürftige Pflegesachleistungen beantragen. Wird er durch einen Angehörigen gepflegt, hat er Anspruch auf Pflegegeld. Teilen sich professionelle Pflegekräfte und pflegende Angehörige die häusliche Pflege des Betroffenen, können Versicherte im Rahmen der sogenannten Kombinationsleistung anteilig Pflegegeld und Pflegesachleistungen erhalten.

Tagespflege

In der Tagespflege werden pflegebedürftige Menschen tagsüber versorgt und betreut. Sie werden entweder von Angehörigen oder von einem Fahrdienst morgens zur Einrichtung gebracht und nachmittags dort wieder abgeholt bzw. nach Hause gebracht. Es besteht auch die Möglichkeit, nur einzelne Tage in einer Tageseinrichtung zu verbringen. In der Tageseinrichtung erhalten die zu Betreuenden Mahlzeiten und Beschäftigungsangebote, die in der Regel in der Gruppe durchgeführt werden. Nachts bleiben diese Menschen in ihrer häuslichen Umgebung. Die pflegenden Angehörigen werden somit tagsüber entlastet und können ihren eigenen Verpflichtungen oder sogar einer Arbeit nachgehen. Allerdings ist die Doppelbelastung über einen längeren Zeitraum für Angehörige auch deutlich spürbar - müssen sie doch abends und in der Nacht für den zu Pflegenden da sein. Außerdem gibt es noch weitere Pflegeangebote. Dazu gehören die Kurzzeit- oder Verhinderungspflege. Dies meint eine vollstationäre, aber zeitlich begrenzte Pflege - beispielsweise dann, wenn Angehörige aufgrund von Krankheit oder Urlaub für einen bestimmten Zeitraum nicht zur Verfügung stehen. Es gibt außerdem die Palliativpflege, die am Lebensende steht.

Für alle Pflegeformen aber gilt: Schon jetzt sind mindestens 200.000 Vollzeitkräfte zu wenig in der Pflege beschäftigt - Tendenz steigend. Hinzu kommt, dass viele besetzte Stellen nur in Teilzeit ausgeübt werden (Christel Bienenstein, Vorsitzende Berufsverband für Pflegeberufe). Die Pflegeberufe müssen - gerade für junge Menschen - attraktiver werden. Bezahlung, Wertschätzung und Arbeitsklima sind wichtige Kriterien gegen den Pflegenotstand.

anja

Deutscher Roter Hausnotruf

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

02324 / 20 11 11

Informieren Sie sich jetzt.

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

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

So entstehen die Kosten

Pflege, Unterkunft, Verpflegung, Investitionen

Die Kosten für einen Platz in einem Pflegeheim setzen sich aus mehreren Faktoren zusammen. Die größten Posten für eine Unterbringung in einem Pflegeheim sind natürlich die Pflege. Dazu kommen Unterkunft und Verpflegung sowie die Investitionskosten. Gelegentlich findet man auf der Rechnung auch Zuschläge zur Ausbildungsvergütung (für Auszubildende, die in der Einrichtung beschäftigt werden) sowie eventuelle Zusatzleistungen, wie etwa die Versorgung mit Inkontinenzartikeln.

Zur Unterbringung gehören beispielsweise die Reinigung des Zimmers und der Gemeinschaftsräume, die Wartung und der Unterhalt des Gebäudes, die Wäscheversorgung, Müllentsorgung, Heizung und Strom sowie Veranstaltungen und Programme zur Förderung körperlicher und geistiger Aktivitäten. Entscheidend ist auch das Zimmer, das der Pflegebedürftige bewohnt. Unterschiedliche Zimmer kosten auch unterschiedliches Geld.

Seit dem Jahr 2022 zahlt die Pflegekasse Zuschüsse zum Eigenanteil an den Pflegekosten, wenn die pflegebedürftige Person stationär in einem Pflegeheim untergebracht ist. Allerdings beziehen sie sich ausschließlich auf die Pflegekosten, nicht auf die anderen Leistungen. Das führt zwangsläufig zu steigenden Eigenanteilen, wenn die Kosten steigen. Dies kann beispielsweise durch höhere Tarifabschlüsse der Fall sein. Auch Modernisierungen oder Renovierungen der Einrichtung sind ein Thema. Der zu zahlende Eigenanteil ist hoch. Dieser lag im Bundesdurchschnitt 2023 bei 2411 Euro. Voraussetzung dafür ist, dass der Versicherte einen anerkannten Pflegegrad ab 2 hat. Wer nicht über eigene Möglichkeiten verfügt, für den müssen unter Umständen die Angehörigen zahlen oder die Kosten werden vom Sozialamt übernommen.

Menschliche Organe frisch aus dem Drucker

Faszinierendes Projekt der Uni Witten/Herdecke

Ganz unauffällig steht er seit November im kleinen dunklen Hinterzimmer neben dem Papierdrucker: der 3D-Drucker der Uni Witten/Herdecke (UW/H) oder besser des Lehrstuhls für Anatomie und klinische Morphologie. Wo sonst Studienbescheinigungen oder Lehrpläne gedruckt werden, befindet sich gerade ein menschlicher Schädel in der Mache. Schicht für Schicht bewegt sich der computergesteuerte Arm über die Druckplatte und hinterlässt jedes Mal eine hauchdünne Lage Kunststoff-Material – das sogenannte Filament. Nach etlichen Stunden entsteht so nach und nach der Schädel. „Die Herausforderung ist beim Schädel am größten. Deshalb wollte ich den auch zuerst drucken“, erzählt Dr. Mona Eulitz über das Projekt, welches sie und ihre Kollegen dank einer Förderung von 30.000 Euro durch das Kuratorium der UW/H aktuell umsetzen.

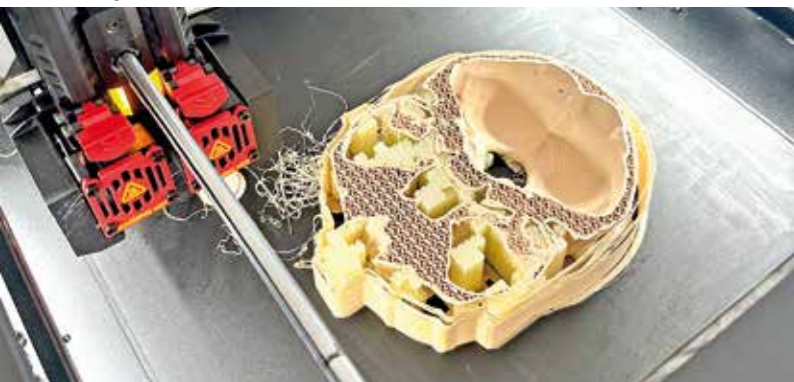
„Was ist das hier vorne für ein Versatz“, fragt die wissenschaftliche Mitarbeiterin Dr. Kathrin Peters. „Die hellen Stellen, das ist das Stützfilament“, erläutert Mona Eulitz. Es handelt sich dabei um eine Art Stützpfiler bzw. Auflagefläche für die nächste Schicht und kommt zum Beispiel dort zum Einsatz, wo sich Hohlräume befinden. „Das Stützfilament löst sich im Wasser auf“, erklärt Dr. Eulitz.

Die Vorlage für den Schädel und alle künstlichen Organe, die noch gedruckt werden, befinden sich ein paar Türen weiter. Es sind echte menschliche Körper von Körperspendern. Es ist üblich, dass Medizinstudenten an allen Fakultäten die Anatomie an echten Menschen kennenlernen. „Es gibt da verschiedene Verträge. Dauerspender sind selten – so was kennt man von der Ausstellung Körperwelten von Gunther von Hagens. Bei uns sind das Körperspender, die sich für den Präparierkurs zur Verfügung gestellt haben“, so Dr. Kathrin Peters. Für zwei Jahre stehen sie den Studenten zu Verfügung, um ihr Handwerk zu erlernen.

Körperspender als Vorlage

Die Druckdaten für die Organe, die demnächst noch alle im Hinterzimmer des Lehrstuhls entstehen, stammen größtenteils von den Körperspendern: „Wir haben unsere Körperspender durch den CT geschnitten“, erklärt Dr. Mona Eulitz. Das CT – also der Computertomograph – erstellt von den härteren Strukturen im Körper schichtweise Aufnahmen, aus denen virtuelle Modelle, wie beispielsweise ein Schädel, generiert werden. Diese dienen dann als Vorlage für den Drucker. Zusätzlich wurde mittlerweile eine Kamera angeschafft, die 3D-Scans ermöglicht. So können beispielsweise Hohlräume noch genauer erfasst werden. Auch Organe wie das Gehirn, welches durch ein CT nicht erfasst werden kann, lassen sich so in virtuelle 3D-Modelle umwandeln. Die Möglichkeiten sind da schier grenzenlos, wie Dr. Eulitz berichtet: „Mit der Scan-Kamera kann man auch ein Herz ablichten. Wir könnten es theoretisch aus rotem, weichem Kunststoff drucken. Dafür könnten auch MRT-Daten genutzt werden.“ Und wenn sich bei den Scans Fehler einschleichen, ist das auch nicht tragisch: „Was die Kamera nicht kann, das können die Studenten.“ In diesem Semester wurden 12 Studenten im Umgang mit den Programmen geschult. Etwa 50 „Einge-

Ein Schädel befindet sich mitten im Druckprozess. Man erkennt die Grundform und die gedruckten, helleren Stützen außen und im Inneren des Druckstücks.



Dr. Mona Eulitz hält den ersten gedruckten Schädel in der Hand. Im 3D-Drucker entsteht gerade ein weiteres Exemplar. Oben links ist ein echter menschlicher Schädel zu sehen, daneben die gedruckte Kopie und im Vordergrund eine verkleinerte Version eines Schädels von einem der Körperspender. Fotos: nxs

weichte“ gibt es bereits. Das Ziel ist unter anderem der Aufbau einer Datenbank. „Die 3D-Druckdaten werden zu einer gemeinfreien anatomischen Sammlung. Die Datenbank, auf die alle zugreifen können, muss aber erst noch entstehen.“ Um dies zu erreichen, hofft man auf weitere Kooperationspartner.

Eine Datenbank allein reicht dem Team an der Uni Witten/Herdecke allerdings nicht. „Die Bilddateien haben keinen 3-D-Effekt“, so Dr. Eulitz. Um die Anatomie den Studenten räumlich näher zu bringen, arbeitet man hier deshalb in den Unterrichtsräumen bereits mit 3D-Projektoren. Dr. Eulitz: „Der nächste Schritt wäre es VR-Brillen anzuschaffen.“ So könnten die Studenten virtuell durch die Organe reisen und haben zusätzlich zu den Körperspendern auch noch die gedruckten Modelle zur Hand, um sich ein genaues Bild zu machen. Ein Quantensprung im Vergleich zur klassischen Lehrmethode mit begrenzter Anzahl an Körperspendern und teuren, immer gleichen Modellen.

Standardmodelle bilden nicht die Realität ab

Gute Schädel-Modelle kosten um die 200 Euro, der Materialwert eines gedruckten Schädels liegt bei ungefähr 15 Euro. Doch das ist nicht der einzige Vorteil der gedruckten Abbilder: „Es gibt bei jedem Menschen Knochen, die durch die Alterung anders aussehen oder durch Asymmetrien. Die künstlichen Modelle sind ja idealisiert. Man sieht immer nur das Idealbild.“ Im Laufe der Zeit, mit der wachsenden Sammlung, werden es immer mehr Organe werden, die mit ihren individuellen Merkmalen und ggf. auch krankhaften Veränderungen den Studenten als 3D-Objekt oder 3D-Scan zur Verfügung stehen. Und auch die kleinsten Details, wie etwa die teilweise nur 2 Millimeter großen Knochen im Ohr könnten gedruckt werden, sagt Dr. Mona Eulitz: „Die kleinen Knochen im Ohr, die könnte man 5- oder 10-fach vergrößern – das wäre sehr interessant, was man da dann alles erkennt.“

Doch nicht nur die medizinische Abteilung der Uni wird in Zukunft von 3D-Drucker und dem Projekt profitieren. „Die Haustechnik interessiert sich auch für das Gerät. Da spielt das Thema Nachhaltigkeit eine große Rolle.“ So Andreas Czwozdzinski. Er selbst arbeitet für die Haustechnik, ist aber auch Mitarbeiter am Lehrstuhl für digitale Kunst und Kulturvermittlung. So schwebt ihm vor, in Zukunft kleine Ersatzteile aus dem 3D-Drucker zu verwenden, statt neue zu kaufen – wie etwa die Kappen für die Stuhlbeine. „Für die Theateraufführungen könnte man Requisiten drucken. Wir versuchen die Kunst und die Wissenschaft zusammenzuführen.“ Übrigens: Das Filament, was beispielsweise für den Schädel benutzt wird, besteht anteilig aus Holz. Auch die Rolle für das Filament ist aus diesem Werkstoff. „Wir wollen hier nicht unnötige Plastikmüllberge produzieren“, so Mona Eulitz. Was allerdings noch angeschafft werden muss, laut einem Einwurf der Kollegen, ist eine Glasvitrine für die vielen künftigen 3D-Kunst-Organen. nxs



Krebsgeschichte(n) 2024

Die beliebte Vortragsreihe geht weiter

WWW.
CHARTA-FUER-
STERBENDE.DE

Wir
unterstützen
die Charta

Mittwoch, 31. Januar, 18 bis 19.30 Uhr
Thema: BRUSTKREBS



Seit April 2023 ist Dr. Matthias Losch Chefarzt der Augusta-Frauenklinik in Bochum. Er kennt das Augusta bereits aus seiner Zeit als Leitender Oberarzt von 2002 bis 2005. Er wechselte 2005 als Chefarzt in das St. Vincenz-Krankenhaus Datteln und war zuletzt Chefarzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe am Prosper-Hospital in Recklinghausen. Matthias Losch ist ein Spezialist für die operative Gynäkologie, Brustchirurgie und Onkologie sowie ein zertifizierter DaVinci®-Operateur Klinik für Frauenheilkunde. In seinem Vortrag referiert er über neue Entwicklungen bei der Dia-

gnose Brustkrebs. Rund 70.000 Frauen erkranken in Deutschland jährlich an Brustkrebs, der übrigens in seltenen Fällen auch bei Männern auftreten kann. Brustkrebs ist mit etwa 30 Prozent aller Krebsfälle die häufigste Krebserkrankung bei Frauen in Deutschland. Seit den 1980er Jahren ist die Zahl der Fälle um das Doppelte gestiegen und steigt vor allem im Alter zwischen 40 und 70 Jahren. In den meisten Fällen ist der Krebs, wenn er im Frühstadium erkrankt wird, jedoch heute heilbar.

Mittwoch, 17. April, 18 bis 19.30 Uhr
Thema: PALLIATIVE VERSORGUNG



Dr. med. Franz Krizanits ist Palliativmediziner und Geschäftsführer des Palliativmedizinischen Dienstes EN-Kreis. Die Palliativmedizin ist mehr als Verabreichung von Schmerzmitteln und hat das Ziel, das Sterben im Krankenhaus zu verringern. Verschiedenen Studien zur Folge versterben dort die meisten Menschen. An zweiter Stelle stehen die Alten- und Pflegeeinrichtungen. Der Wunsch ist jedoch ein anderer: Das häusliche Umfeld oder die palliative Versorgung sind den meisten Menschen wichtig. In Deutschland gibt es aktuell rund 1.500 ambulante Hospizdienste, ca. 260 stationäre Hospize für Erwachsene sowie 19 stationäre Hospize für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene, ca. 340 Palliativstationen in Krankenhäusern, vier davon für Kinder und Jugendliche (Stand 3.3.2023, Quellen DHPV und Deutscher Kinderhospizverein). 260 stationäre Erwachsenen-Hospize haben im Durchschnitt je ca. 10 Betten, d.h. es gibt ca. 2500 Hospizbetten, in denen jährlich ca. 35.000 Menschen versorgt werden - bei rund einer Millionen Verstorbenen in Deutschland ist das viel zu wenig.

Alle Veranstaltungen finden im Café Metamorphose, Hauptstraße 5, in 45549 Sprockhövel (direkt am Busbahnhof Niedersprockhövel) statt.

Eine Veranstaltungsreihe der Krebshilfe Sprockhövel/Hattingen e.V.

Mittwoch, 13. März, 18 bis 19.30 Uhr
Thema: DARMKREBS



Dr. med. Andreas Tromm, Internist und Gastroenterologe, und Chefarzt Priv. Doz. Dr. Benno Mann, Klinik für Allgemeine und Spezielle Viszeralchirurgie, Robotic Surgery, Augusta-Kliniken, referieren zu neuen Erkenntnissen zu Darmkrebs. Dieser Krebs ist bei beiden Geschlechtern die dritthäufigste Krebserkrankung. In Deutschland erkranken jährlich rund 33.000 Männer und 28.000 Frauen an Darmkrebs. Ab dem 50. Lebensjahr tritt diese Krebserkrankung vermehrt auf. Das mittlere Erkrankungsalter liegt bei Anfang bzw. Mitte 70 Jahren. Mit Früherkennung und Vorsorge lassen sich die Heilungschancen steigern. Selbst komplizierte OPs am Darm können mithilfe von Robotik-Systemen minimalinvasiv, also mit kleinstmöglichen Verletzungen der Gewebe, durchgeführt werden. Das birgt Hoffnung für die Patienten.

Mittwoch, 26. Juni, 18 bis 19.30 Uhr
Thema: HAUTKREBS



Dr. med. Stefanie Fritzar ist Fachärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten. Sie wurde in Recklinghausen 1983 geboren. Nach ihrem Abitur studierte sie Medizin in Bochum. Ihre Begeisterung für die Dermatologie entdeckte sie bei einer Famulatur in der Universitätsklinik Bochum. Hier und in einer Praxis in Gelsenkirchen absolvierte sie ihre Facharztausbildung. Nach dem Facharzt arbeitete sie als angestellte Ärztin in einer Praxis in Gelsenkirchen Buer. Heute führt sie gemeinsam mit Dr. Rebecca Matip die DERMA Hattingen, Privatpraxis für Hautkrankheiten, Allergologie und Naturheilverfahren. Die Fachärztin für Dermatologie mag das breite Spektrum ihres Berufes. Ihre Schwerpunkte sind die Psoriasis, Hautkrebserkrankungen und die Kinderdermatologie. Bei 7,4 Prozent aller im Krankenhaus behandelten Krebserkrankungen war Hautkrebs die Hauptdiagnose. Zwanzig Jahre zuvor lag der Anteil deutlich geringer bei 3,8 Prozent. Männer sind dabei häufiger betroffen als Frauen: Auf sie entfielen 58 Prozent der stationären Behandlungen wegen Hautkrebs. Auch die Zahl der Todesfälle hat zugenommen.



Ab dem Frühjahr gibt es wieder zahlreiche Veranstaltungen in den Städten. Viel Musik ist in jedem Fall dabei.

Foto: Hattingen Marketing

Veranstaltungen 2024: Das sind die Party-Highlights

Erste Termine für 2024 stehen fest - vieles ist aber auch noch in Planung

März

Muttentalfest am Sonntag vor Ostern, 24. März, in Witten

April

Hattinger Frühlingsfest: 5. bis 7. April mit verkaufsoffenem Sonntag
Maikirmes Hattingen vom 26. bis 29. April

Mai

Street Food Festival 9. bis 11. Mai Sprockhövel
Himmelfahrtskirmes vom 11. bis 15. Mai in Witten
Altstadtfest Hattingen 31. Mai bis 2. Juni mit verkaufsoffenem Sonntag

Juni

Tag des Sports TSG Sprockhövel am 8. Juni
Das Fest der Autoparty am Hattinger Rathaus am 15. und 16. Juni
Street-Food-Festival Witten im Juni
Flori-Fete vom 28. bis 30. Juni Sprockhövel

Juli

Beatz im Bad am 5. Juli im Freibad Sprockhövel
Tafelmusik in der Wittener Innenstadt im Juli
Libella-Festival Kemnader See am 13. Juli
Badewannenrennen im Freibad Sprockhövel am 28. Juli

August

Harley Davidson Meeting am 4. August auf dem Gelände vom LWL Industriemuseum Hattingen
Sprockhövel karibisch vom 16. bis 18. August

Zeltfestival Ruhr vom 16. August bis 1. September

Elfringhauser Heimatfest mit Nudelblues am 17. und 18. August
Kulturwochenende im Freibad Sprockhövel am 23. und 24. August

Schöne-Sterne-Mercedes-Event
im LWL Industriemuseum Hattingen am 24. und 25. August
600. Zwiebelkirmes Witten 30. August bis 2. September

September

Herbstkirmes Hattingen vom 6. bis 9. September
Sprockhöveler Stadtfest 6. bis 8. September (geplant)
Mauritius-Kirmes Hattingen vom 20. bis 23. September

Oktober

Hattinger Herbst vom 3. bis 6. Oktober mit Panhas-Fest und verkaufsoffenem Sonntag
Wittener Kneipennacht im Oktober

November

Nostalgischer Weihnachtsmarkt vom 25. November bis 22. Dezember in Hattingen mit verkaufsoffenem Sonntag am 15. Dezember
Weihnachtsmarkt Witten ab Ende November

Dezember

Nikolausmarkt Sprockhövel vom 6. bis 8. Dezember (geplant)

Alle Angaben ohne Gewähr. Wer der IMAGE-Redaktion seine Veranstaltung melden möchte, kann dies per Mail unter info@kamk.de tun.
anja

Raumfahrtabend mit Astronaut Klaus Flade

Am Mittwoch, 28. Februar, 18 Uhr, findet im Haus Kemnade, An der Kemnade 10, in Hattingen wieder ein Raumfahrtabend statt. Zu Gast ist diesmal Klaus Dietrich Flade. Er flog den Starfighter und den Tornado. In den Jahren 1988/89 durchlief er eine Ausbildung zum Testpiloten. Seit 1990 war er Mitglied des deutschen Astronautenteams und war vom 17. bis zum 25. März 1992 als Forschungskosmonaut Mitglied der Mir-92-Mission. Flade war somit der erste westdeutsche Astronaut, der nach dem Ende des Kalten Krieges und dem Zerfall der Sowjetunion mit einem Sojus Raumschiff ins All flog. Ebenso war er der erste Deutsche auf der russischen Raumstation Mir. Im Haus Kemnade wird der Raumfahrer einen bildgewaltigen Vortrag über seine Mission im All halten und gemeinsam mit Moderator Michael Wurst den Zuschauern Rede und Antwort stehen. Anschließend gibt es wieder eine Autogrammstunde, die Autogramme sind im Eintrittspreis enthalten. Tickets sind ab sofort im VVK erhältlich unter: <https://raumfahrtabend2024.eventbrite.de>. Im Vorfeld (ab 17 Uhr gibt es auch die Möglichkeit, im Rahmen eines kostenpflichtigen Meet & Greet in gemütlicher Runde persönliche Gespräche mit Klaus Dietrich Flade zu führen.) Ticketpreise: 20 Euro Erwachsene, 13 Euro Jugendliche bis 14 Jahre, 60 Euro VIP Meet & Greet. Infos unter www.raumfahrtabend.de. Foto: DLR/ESA



Start, 30. Januar Neuer Yoga-Kurs

Yoga fördert die Bewegung, Atmung und Entspannung und verbessert die Konzentration. Die Übungen werden individuell angepasst, im Sitzen auf dem Stuhl und im Stand am Stuhl. Alle Übungsfolgen werden durch das bewusste Atmen begleitet. Start ist am 30. Januar von 10.30 bis 11.45 Uhr, 4x dienstags im Ev. Johanneszentrum, Umlandstr. 32 in 45527 Hattingen. Die Kursleitung übernimmt Evelyn Anke. Weitere Informationen: Ev. Erwachsenenbildung, Petra Syring unter 02302-589-197.

Termine in der Stabi

Die nächsten Termine in der Stadtbibliothek im Reschop-Carré: Freitag, 2. Februar, 15 bis 16 Uhr, Bilderbuchkino „Karneval im Zoo“, Materialkosten zwei Euro. Geeignet ab vier Jahren; Donnerstag, 8. Februar, 19.30 Uhr, Kabarettist, Liedermacher, Autor und „Literaturpreisträger Ruhr 2022“ Murat Kayi liest. Eintritt zehn Euro. Freitag, 1. März, 15 bis 16 Uhr, Bilderbuchkino „Hase Hibiskus und der große Möhrenklau“, Materialkosten zwei Euro. Geeignet ab vier Jahren. Montag, 4. März, 19.30 Uhr, Erzähler Christof Jauernig berichtet: Sein geregtes Leben mit gut bezahltem Job hängte er für eine Rucksackreise durch Südostasien an den Nagel. An dem Abend geht es um Glück und Lebenserfahrung. Eintritt zehn Euro.

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 02302- 91 4250

ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

UMZÜGE
durch Helmut Klein

sowie: Neumöbelmontagen, Küchenmontagen; Außenauflüge und Aufzugverleih; Möbellagerung; Klaviertransport; Wasserschadenbeseitigung und Müllentsorgung.

Nielandstraße 14-16, 58300 Wetter
Tel.: 0 23 35 - 6 25 25 und 6 66 88
info@umzuege-klein.de
www.umzuege-klein.de

f Image bei Facebook [image-witten.de/fb](https://www.facebook.com/image-witten.de)

oder über die Webseite www.image-witten.de

Tornisterkauf: Natürlich bei Geller in Niedersprockhövel

Jetzt neu bei uns:

ergobag

Ganz individuell – ganz du selbst!



Step by Step
PASST GARANTIERT IMMER



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

Tornister nur
Gutenbergstraße 2 • Sprockhövel

Schuhmode GELLER

☎ 0 23 24 / 68 67 90
www.schuhmodegeller.de



Foto: Pielorz

Mobbing: Gruppenphänomen mit bitteren Folgen

Bündnis für Familie informiert Interessierte per Vortrag in Kooperation mit der Volkshochschule

Sobald sie den Schulhof betreten, geht es los: Du Loser, du Arschloch. Sie werden gestoßen, getreten, ihre Schulsachen werden zerstört oder sie verschwinden. Im Internet tauchen Beleidigungen oder entwürdigende Fotos oder Videos von ihnen auf. Sie werden ausgegrenzt und sind im Klassenchat einfach nicht dabei. Für sie ist die Schulzeit eine Qual und ihre Erinnerungen werden später alles andere als glücklich sein. Diese Kinder und Jugendlichen sind von Mobbing betroffen. Dabei sind die Betroffenen nicht immer von vornherein Außenseiter. Es kann durchaus Jungen und Mädchen treffen, die Teil einer Clique sind – und von einem bestimmten Zeitpunkt an immer weiter ins Abseits gedrängt werden. Auslöser kann dabei eine Kleinigkeit sein, die an sich völlig belanglos ist: der Pickel im Gesicht, ein ungeschicktes Verhalten. Schon lacht ein Mitschüler, beginnt zu schikanieren. Ein weiterer schließt sich an. Nach und nach setzt sich eine Spirale der Ausgrenzung in Gang, bis selbst vormalig vertraute Klassenkameraden zu Peinigern geworden sind.

Mobbing ist kein Streit, sondern ein Gruppenphänomen

Diplom-Psychologe Thorsten Peters arbeitet seit Jahren in der Schulberatungsstelle des EN-Kreises in Schwelm. „Viele sprechen über Mobbing, und doch herrscht meist wenig Klarheit darüber, was Mobbing eigentlich ist. Mobbing ist kein Streit oder Konflikt. Mobbing ist ein Gruppenphänomen. Es ist ein System mit Täter, Opfer, Mitläufern, Zuschauer und Wegschauer. Es ist gezielt, systematisch und wird über einen längeren Zeitraum mit der Absicht betrieben auszugrenzen“, sagt Peters.

Was Mobbing tückisch macht: Die Übergriffe finden zunächst oft im Verborgenen statt – Eltern oder Lehrer bemerken (noch) nichts davon. Hinzu kommt: Mehr und mehr verlagern sich die Attacken aus dem Alltag auch als Cybermobbing in die digitale Welt. Damit sind Betroffene nicht einmal daheim sicher, denn sie können zu jederzeit und an jedem Ort gemobbt werden. Zudem ist die Hemmschwelle im Internet geringer, das Ausmaß der Beleidigungen häufig größer und die Täter können anonym bleiben. „Wer gemobbt wird, flüchtet oft in Einsamkeit und Isolation. Oder er tut so, als machten ihm die Attacken nichts aus – damit die anderen nicht merken, wie sehr er innerlich verletzt ist. Häufig breitet sich bei Betroffenen das Gefühl aus, selbst an ihrer Situation schuld zu sein. Sie verstummen aus Scham und büßen immer mehr an Selbstwertgefühl ein. Groß ist die Befürchtung, die Situation könnte sich noch verschlimmern, wenn Eltern oder Lehrer von den Schikanen erfahren. Viele versuchen daher, ihre Qual zu verbergen. Sie erleben immer größeren Stress, haben permanent Angst vor dem nächsten Übergriff“, beschreibt Peters die Situation.

Doch was kann man als Betroffener tun? „Das Wichtigste ist, sich einer erwachsenen Person anzuvertrauen. Das kann ein Elternteil sein, der Lehrer, aber auch jemand anders. Diese erwachsene Person muss dem Betroffenen drei Dinge vermitteln: Du bist nicht schuld. Du hast das nicht verdient. Es gibt einen Weg aus der Situation und diesen Weg gehst Du nicht allein.“ Die erwachsene Vertrauensperson setzt die

Lösung in Gang. „Das ist auch der Punkt, an dem wir von der Schulberatung ins Spiel kommen. Wenn einer der Kollegen oder ich selbst hinzugezogen werde, dann gehe ich in der Regel in die Klasse, schaue mir das Geschehen an. Ich werde neutral vorgestellt. Ich beobachte und werde quasi zu einer nicht mehr explizit wahrgenommenen Tapete. Ich bin in den Pausen auf dem Schulhof. Es gibt in einer Klasse immer mehrere Gruppen neben dem von Mobbing Betroffenen und dem Menschen, der ihn schikaniert. Es gibt Klassenkameraden, die den Angreifer in seinem Verhalten bestärken, selbst aber nicht aktiv werden. Es gibt die Zuschauer, die nicht einschreiten, obwohl sie eigentlich gegen Mobbing sind. Und vielleicht gibt es auch jene, die den Betroffenen zwar trösten und sich mit ihm befreunden wollen – aber nur am Nachmittag, außerhalb der Schule, wenn es niemand anders mitbekommt. In jedem einzelnen Fall muss eine Lösung gefunden werden, die passgenau der Situation entspricht. Grundsätzlich aber gilt: Die Lösung liegt immer in der Gruppe.“

Wie können Eltern helfen?

Doch wie bemerken Eltern, dass etwas nicht stimmt und ihr Kind gemobbt werden könnte? „Sie müssen dem Kind zuhören und es beobachten. Verhält sich ihr Kind anders? Ist es zurückgezogen? Wenn sie von dem Mobbing erfahren haben, dann ist es keine Lösung, das Kind auf eine andere Schule zu schicken. Wer kann sagen, ob nicht die gleiche Situation auch hier erneut geschieht? Es ist auch keine gute Idee, mit den Eltern desjenigen zu sprechen, der als Angreifer gilt. Und noch viel weniger gut ist der Rat an das eigene Kind, es solle sich einfach wehren. Aus einer Mobbing-Situation wird der Betroffene nicht allein herauskommen. Jeder Lösungsansatz sollte gemeinsam mit dem Kind besprochen werden und nicht über seinen Kopf hinweg stattfinden.“ Wichtig ist auch: Dem Kind Mut machen! Es gibt in der Familie, in der Nachbarschaft, im Verein ganz sicher Bereiche, in denen das Kind wertgeschätzt und angesehen ist.

Doch warum mobben Menschen überhaupt? „Den meisten Tätern geht es vor allem darum, Machtgefühl zu erlangen. Sie genießen die Kontrolle, die Unterdrückung, die Angst der Mitschüler. Mobbing ist Machtmissbrauch. Zum Opfer kann theoretisch zwar jeder werden – doch meist suchen sich die Angreifer Menschen mit schwachem Selbstwertgefühl aus, die sich nicht gut wehren können. Der erste Schritt muss deshalb immer sein, sich einer erwachsenen Person anzuvertrauen und zu begreifen: das, was mir widerfährt und was ich erzähle, ist kein Petzen und es ist nicht in Ordnung, was mir widerfährt. Ich muss das nicht aushalten.“

Übrigens: Mobbing kann in jeder Zwangsgruppengemeinschaft entstehen – auch am Arbeitsplatz oder im Gefängnis. anja

Kontakt:

Regionale Schulberatungsstelle des Ennepe-Ruhr-Kreises, Wilhelmstraße 45, 58332 Schwelm, Tel.: 02336 / 932790, Fax: 02336 / 9312790, Mail: schulberatung@en-kreis.de.

Bomberabsturz führt Lebende in Bredenscheid zusammen

Zusammen mit Stadtarchivar Thomas Weiß widmen wir uns in der Serie „Historische Orte“ verschiedenen Gebäuden und Plätzen in Hattingen. Thema heute: Der Absturz vom Bomber Halifax.

Ein Stadtarchiv ist nur ein Ort der Vergangenheit? Mitnichten. Die Geschichte über den Absturz des Halifax-Bombers am 9. Oktober 1944, die sich in diesem Jahr zum 80. Mal jährt, zeigt: Ein Stadtarchiv ist ein Ort der Begegnung und kann sogar die Brücke sein zwischen Toten und Lebenden.

DIE SERIE: HISTORISCHE ORTE

„2015 bekam ich eine E-Mail des Briten Peter Muxlow. Er wollte wissen, ob es historische Unterlagen gibt zum Absturz eines Halifax-Bombers über Bredenscheid am 9. Oktober 1944. An Bord und unter den Opfern war sein Großcousin Dennis Roy Muxlow, den er persönlich nie kennengelernt hat“, berichtet Stadtarchivar Thomas Weiß von den Anfängen einer ungewöhnlichen Geschichte. „Normalerweise sind militärische Aktionen Geheimsachen und daher nicht zwingend in Stadtarchiven zu finden. Aber ich erinnerte mich daran, dass unser Heimatforscher Harri Petras zwei Bücher über Bredenscheid geschrieben hat und begann, Nachforschungen anzustellen. Er hatte Zeitzeugen befragt und in den über 400 Seiten stieß ich auf drei Personen, die tatsächlich über den Absturz berichtet haben. So konnten wir feststellen, dass der Halifax-Bomber der Royal Australian Airforce bei seinem Zielanflug auf Bochum abgeschossen wurde. Das brennende Flugzeug kreiste mehrfach über Bredenscheid, setzte die Scheunen des Antoniusheimes und des Hofes Feldmann in Brand und raste unweit der Ziegelei Bredenscheid in den Bahndamm. Alle sieben Insassen starben. Zunächst wurden die sieben jungen Männer auf dem evangelischen Friedhof am Hackstück bestattet. Nach dem Krieg wurden sie exhumiert und fanden auf dem militärischen Ehrenfriedhof im Reichswald bei Kleve ihre letzte Ruhestätte.“

Der Stadtarchivar weiß auch zu berichten, dass Schwester Theresia vom Antoniusheim eine Schadensmeldung abgab, weil auch ihre Nachtkleidung einen Brandschaden durch den Flugzeugabsturz erlitten hatte. Noch im Oktober 1944 ging der Dorfschullehrer mit seiner Klasse zur Absturzstelle und ließ verlauten, dies geschehe mit den Feinden des Führers.

All das teilte Thomas Weiß dem Briten Peter Muxlow mit. Und dann nahm die Geschichte Fahrt auf, denn Muxlow reagierte sehr emotional auf die eintreffenden Nachrichten aus Deutschland. Er wollte die Absturzstelle sehen und setzte sich ins Flugzeug. In Hattingen angekommen und von Thomas Weiß betreut, wurde die Idee geboren, ob man nicht mit einer Erinnerung an die sieben Opfer gedenken könne. Unter den Opfern war auch der Pilot Coleman – der letzte Jude, der in Hattingen starb.

Pastor Martin Funda wurde ins Boot geholt. Dieser versprach, sich um einen Findling zu kümmern, der auf dem evangelischen Friedhof Hackstück mit einer Erinnerungstafel versehen werden könnte. Und so geschah es. Am 72. Jahrestag des Absturzes, am 9. Oktober 2016, kam es zu einer emotionalen Einweihungsfeier auf dem Friedhof in Anwesenheit von Peter und Julia Muxlow und Referent Syd Andrew. Als die hochmusikalische Familie Weiß mit Gitarre und Gesang den



Die Gedenktafel an die Opfer beim Absturz des Halifax-Bombers auf dem Friedhof am Hackstück. Die Gedenktafel befindet sich gleich neben der Kapelle, Eingang Paasstraße. Das Foto zeigt v.l. Stadtarchivar Thomas Weiß, Heimatforscher Harri Petras und aus Großbritannien Peter Muxlow, Reverend Syd Andrew und Julia Muxlow. Quelle: Stadtarchiv Hattingen

Song „Tears in heaven“ von Eric Clapton sang, blieb bei den britischen Angehörigen kein Auge mehr trocken. Bis heute kommt Peter Muxlow mit seiner Frau regelmäßig nach Hattingen und besucht die Absturzstelle in der Nähe der heutigen Glückauftrasse und den Friedhof. Zum Stadtarchivar besteht eine herzliche Freundschaft.

Doch Peter Muxlow hat noch mehr getan. Er recherchierte zu den anderen sechs Opfern des Halifax-Bombers und der Weg führte ihn bis nach Australien. So entstand durch ihn und das Stadtarchiv ein völkerversöhnendes Projekt und eine Brücke zwischen Tod und Leben.

anja



Die Besatzung vom Halifax-Bomber, der über Bredenscheid abstürzte: v.l. hinten stehend Sergeant Tresidder, Muxlow, Mouat und Stopp, vorne knieend Sergeant Ward, Pilot Coleman und Sergeant Levey. Quelle: Stadtarchiv Hattingen

Kreistag: Nur leicht steigende Abfallgebühren

Alle Jahre wieder: Wie immer in den Dezember-Sitzungen der letzten zwei Jahrzehnte konnte die Kreisverwaltung den Mitgliedern des Kreistages auch 2023 nur leicht steigende Müllgebühren für die kommenden zwölf Monate vorschlagen. Folglich wenig überraschend: Die entsprechende Vorlage wurde einstimmig verabschiedet.

Damit kalkuliert der Ennepe-Ruhr-Kreis 2024 mit folgenden Zahlen: Pro 1.000 Kilo Rest- und Sperrmüll müssen die Städte dem Kreis 190 Euro überweisen, für Biomüll 130 Euro und für Bauschutt 65 Euro. Im Vergleich zu 2023 bedeutet dies für Rest- und Sperrmüll ein Plus von 15 Euro und für Biomüll von 10 Euro, die Beträge für Bauschutt bleiben unverändert. Pro Tonne Altpapier zahlt der Kreis den Städten zudem weiterhin 20 Euro. Dies ist Geld, das an die Bürger zurückfließt. Die vom Kreistag beschlossenen Beträge sind allerdings nur gut zur Hälfte für das verantwortlich, was die Bürger jährlich an Müllgebühren zahlen. Mit ihnen werden die Kosten für das Entsorgen und Verwerten des Abfalls sowie notwendige Transporte von den Wertstoffzentren zu den Entsorgungsanlagen gedeckt. Die andere Hälfte der Gebühren wird für das Einsammeln in den Städten fällig. Hierfür sowie für die Gebührenbescheide, die in den Briefkästen der Haushalte landen, sind die Städte verantwortlich.

Wertstoffzentren: Gebühren nahezu unverändert

Bürger, die Abfälle zu den Wertstoffzentren in Gevelsberg und Witten bringen, profitieren von nahezu unveränderten Gebühren. Die Tarife für private Anlieferungen mit dem PKW lauten weiterhin 20 Euro für Rest- und Sperrmüll und 7,50 Euro für Biomüll. Altreifen kosten pro

Stück zukünftig 10 statt bisher 9 Euro. Für Garten- und Parkabfälle steht weiterhin ein Rabattsystem zur Verfügung. 25 Euro erlauben fünfmaliges Anliefern.

Bei Bau- und Abbruchabfällen ist das Abgeben als „Gemisch“ zukünftig nicht mehr möglich, nötig ist zukünftig das Anliefern getrennt nach Altholz, Bauschutt und Flachglas. Für die private PKW-Anlieferung Bauschutt werden weiterhin 10 Euro fällig. Dieser Gebührensatz gilt auch für Flachglas. Für Altholz werden 15 Euro berechnet. Kostenfrei bleibt die Abgabe von Metallen und Kunststoffen. Insgesamt rechnet der Kreis 2024 mit rund 85.700 Tonnen Hausmüll, davon 47.500 Tonnen Restmüll, 12.700 Tonnen Sperrmüll und 25.500 Tonnen Biomüll. Dazu kommen aus den privaten Haushalten weitere 18.400 Tonnen Altpapier und rund 390 Tonnen sogenannter Problemabfälle.

Entsorgungswege im Ennepe-Ruhr-Kreis

Seit 2005 übernimmt der EKOCity Abfallwirtschaftsverband für den Ennepe-Ruhr-Kreis die thermische Behandlung, die mechanische Aufbereitung sowie das Vorbehandeln und Beseitigen von Abfällen. EKOCity gehört seit Jahren zu den günstigsten Entsorgern in Nordrhein-Westfalen. 2024 werden 160,32 Euro (bisher 140,32) pro Tonne Rest- und Sperrmüll fällig. Die Preissteigerung hierbei resultiert aus der CO₂ Besteuerung ab 2024.

Für den Biomüll gilt seit Anfang 2013: Dieser wird in einer Anlage in Witten-Bebbelsdorf zu Biogas vergoren. Zwei Blockheizkraftwerke wandeln das Gas in Strom für 2.500 Haushalte und Wärme um. Quasi nebenbei werden 4.000 Tonnen Kohlendioxid vermieden.

Umladeanlage wird zu Wertstoffzentrum

Neue Namen, neue Öffnungszeiten: Die Abgabestellen für Abfall und Wertstoffe in Gevelsberg (Hundecker Str. 24-26) und Witten (Bebbelsdorf 73) werden vom Ennepe-Ruhr-Kreis und der AHE ab 2024 als Wertstoffzentren geführt. Ab Januar gelten für beide Standorte in Sachen Bürgerservice zudem einheitliche Öffnungszeiten. Diese lauten: montags bis mittwochs 10 bis 16.30 Uhr, donnerstags und freitags 10 bis 17.30 Uhr und samstags 9 bis 13 Uhr.

In Summe sind die beiden Standorte damit 11 Stunden länger als bisher geöffnet. Für Gevelsberg bedeuten die neuen Zeiten ein Plus von 18 Stunden, für Witten ein weniger von 7 Stunden. Hauptgrund: Wochentags öffnen sich die Tore dort zukünftig erst um 10 Uhr statt wie bisher um 8 Uhr. Im Gegenzug bleiben sie dafür donnerstags, freitags und samstags jeweils eine Stunde länger offen.

Aus Sicht der Kreisverwaltung ein guter Kompromiss. „Ein Ausweiten der bisherigen Öffnungszeiten in Gevelsberg und das gleichzeitige Beibehalten der Zeiten in Witten hätte die Gebühren steigen lassen, dies wollten wir in jedem Fall vermeiden“, heißt es aus dem Schwelmer Kreishaus.

Anlaufstelle sind die Wertstoffzentren für das Abgeben einer Vielzahl verschiedenster Abfälle und Wertstoffe. Kunststoff, Verpackungsstyropor, Metallschrott sowie Papier, Pappe und Kartonagen werden dabei ebenso kostenfrei angenommen wie Elektrogeräte, Kühlschränke und Problemabfälle. Restmüll, Grünabfälle, sperrige Abfälle, Bauschutt, Bau- und Abbruchabfall sowie Asbest- oder Mineralfaserabfall und PKW-Altreifen können gegen das Zahlen von Gebühren angeliefert werden. Abrechnungsgrundlage ist in fast allen Fällen pauschal die „Kofferrumladung“. Damit gilt: Je voller der PKW, desto günstiger.

Auszug aus der Gebührenordnung: Rest- und Sperrmüll 20 Euro, Biomüll 7,50 Euro, Garten- und Parkabfälle 7,50 Euro, als 5er Karte Grüner Spar(s)pass 25 Euro, Bauschutt und Flachglas 10 Euro, Altholz 15 Euro, Altreifen pro Stück 10 Euro.



Neuer Namen und neue Öffnungszeiten bei den Abgabestellen für Abfall und Wertstoffe. Foto: Stadt



Frühjahrsputz?

Wir haben den passenden Container

24hr schnell, günstig, zuverlässig

www.ahe.de/anfrage

02330 / 8000 0




Änderungen für 2024

Einiges können Sie im neuen Jahr selber ändern – Sie brauchen nur Ihre Neujahrsvorsätze in die Tat umsetzen, was bekanntlich einfacher gesagt als getan ist. Eine Reihe von Änderungen hat aber auch der Gesetzgeber – nicht zuletzt durch das Urteil des Verfassungsgerichts zum Haushalt des Bundestages – beschlossen.

Hier eine kleine Auswahl:

Mindestlohn, Renten und Bürgergeld steigen

Der Mindestlohn steigt von glatten 12,00 € im letzten Jahr ab dem 1. Januar 2024 auf 12,41 Euro bei maximal 43,35 Stunden im Monat. Die Obergrenze für Minijobs erhöht sich von 520 € auf 538 € im Monat. Der steuerliche Grundfreibetrag steigt, und zwar um 180 € auf 11.784 €. Bis zu dieser Grenze braucht keine Einkommenssteuer gezahlt werden. Der Spitzensteuersatz von 42 Prozent gilt im neuen Jahr erst ab einem zu versteuernden Einkommen von 66.761 € (2023 waren es 62.810 €). Wichtig für diejenigen, die beruflich viel unterwegs sind: Der Verpflegungsmehraufwand für halbe Tage steigt von 14 € auf 16 € und für ganze Tage von 28 € auf 32 €. Geplant ist zudem, den Kinderfreibetrag auf 6.384 € für jedes Kind zu erhöhen.

Das Kindergeld liegt seit Januar 2023 bei 250 € monatlich pro Kind. Bei Reisen ins Ausland benötigen auch Kinder einen Personalausweis oder einen biometrischen Reisepass - der bisherige Kinderreisepass ist passé. Bereits ausgestellte Kinderreisepässe bleiben noch gültig, werden nicht mehr verlängert.

Für die Rentenempfänger: Prognostiziert ist eine Rentenerhöhung von voraussichtlich 3,5 Prozent im Juli. Zweistellig fällt die Anhebung des Bürgergeldes für Alleinstehende um 12 Prozent von bisher 502 € auf 563 € aus.

CO₂-Preis steigt um 50 Prozent

Ab Jahresbeginn hat sich der Preis für eine Tonne CO₂ von 30 € auf 45 € erhöht. Die vorgesehene Erhöhung in 2023 war wegen der rasant gestiegenen Preise für Energie ausgesetzt worden. Verbraucher sollen so angeregt werden, den klimaschädlichen Verbrauch fossiler Brennstoffe zu reduzieren. Klimafreundliche Alternativen sollen gleichzeitig wettbewerbsfähiger werden.

Ab dem Jahreswechsel beträgt die Umsatzsteuer auf Gas und Fernwärme (aber auch in der Gastronomie) wieder 19 Prozent und die Energiepreispbremse ist beendet. Kurzfristig fiel auch der Entschluss, E-Autos nicht mehr durch eine Prämie zu fördern.

Neues Heizungsgesetz tritt in Kraft

Mit Jahresbeginn ist auch das vieldiskutierte neue Heizungsgesetz in Kraft getreten. Jede in Neubaugebieten neu eingebaute Heizung muss deshalb zu 65 Prozent mit erneuerbaren Energien betrieben werden. Außerhalb von Neubaugebieten tritt die Regelung frühestens 2026 in Kraft. Für bestehende und funktionierende Heizungen bleibt erst mal alles beim Alten.

Soll eine Heizung neu in ein bestehendes Gebäude eingebaut werden, gilt eine Übergangsfrist.

Wer seinen Strom zukünftig auch aus einem eigenen Balkonkraftwerk beziehen möchte, braucht sie nur noch im Marktstammregister der Bundesnetzagentur registrieren zu lassen und kann sie zudem sofort in Betrieb nehmen. Für den Austausch des Stromzählers ist der jeweilige Netzbetreiber zuständig.

Neue Regelungen um Pfand, Verschlüsse und USB-Kabel

Im neuen Jahr unterliegen auch Milch und milchhaltige Getränke der Pfandpflicht von 25 Cent. Verbraucher können diese Flaschen dann leer an Pfandautomaten zurückgeben und erhalten ihr Pfand zurück. Neu ist auch, dass Einweg-Plastikflaschen und Tetrapaks ab Juli 2024 eine Verschlusskappe besitzen, die mit der Verpackung verbunden ist. Ab Dezember 2024 ist ein einheitlicher USB-C-Ladeanschluss für viele Elektrogeräte Pflicht. dx



An Eurer Seite!



Energie für jeden Tag.

HKüchen
Ihr Küchenteam mit Leidenschaft

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.

PLANUNG VERKAUF MONTAGE & MODERNISIERUNG KÜCHENUMZÜGE

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73 + 75!

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

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

NASSE WÄNDE?
FEUCHTER KELLER?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.
Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Abdichtungssysteme
Bobach & Schaub GmbH & Co. KG
Blumenweg 2A, 45525 Hattingen
☎ 02324-9216879
www.isotec.de/hattingen

ISOTEC
IMMER BESSER.

Durch Lüften das Raumklima verbessern

Saubere Luft besteht zu 78% aus Stickstoff, zu 21% aus Sauerstoff und zu 1% aus Edelgasen und Kohlendioxid (0,04%). Durch Lebewesen, wie Menschen und Pflanzen, verändert sich das Luftverhältnis, da der Sauerstoffgehalt durch das produzierte Kohlenstoffdioxid abnimmt. Gesundes Raumklima wird maßgeblich durch richtiges Lüften erzeugt. Das ideale Raumklima unterscheidet sich je nach Wohnraum. Zu hohe oder zu niedrige Luftfeuchtigkeit sind schädlich für Mensch und Wohnung. Bakterien und Viren breiten sich schneller aus, wenn die Schleimhäute durch zu trockene Luft ausgetrocknet werden. Zu feuchte Luft ist ebenfalls unangenehm, da man schneller schwitzt. Ein gesundes Raumklima hat eine Luftfeuchtigkeit zwischen 40% und 60%. Diese können Sie mit Hilfe eines Hygrometers messen, um festzustellen, ob Sie sich in einem gesunden Raumklima befinden oder Handlungsbedarf besteht.

RPS Polstertechnik
Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel

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

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



Frühjahrsputz: Wo kommt das her? Was kann man selbst machen und wofür braucht man den Profi?

In jedem Fall sollte man beim Einsatz auf möglichst umweltverträgliche Reinigungsmittel achten

Bald ist es wieder soweit: Der Frühjahrsputz steht ins Haus. Die Aktion ist übrigens keine Erfindung der Putzmittelindustrie - es gibt eine lange Historie dazu. Der Monat Februar steht im Zusammenhang mit dem lateinischen Wort „februare“ und das bedeutet „reinigen“. Daher gehen Historiker davon aus, dass die alljährliche große Putzaktion im Frühjahr schon lange Zeit bekannt ist. Außerdem bringt der Frühling mit seiner zunehmenden Helligkeit den Schmutz an den Tag - und zu Zeiten, in denen beispielsweise noch mit Holz oder Kohle geheizt oder gekocht wurde, wurde dieser Dreck deutlich sichtbar. Da musste und wollte man im Frühjahr einfach „klar Schiff machen“ und ging dem Dreck an den Kragen. Das kann man natürlich selbst in die Hand nehmen. Oder man holt sich professionelle Hilfe. Sinnvoll ist es auf jeden Fall, vor dem Putzen gründlich aufzuräumen und dabei das ein oder andere nicht mehr gebrauchte Schätzchen auch gleich zu entsorgen. Danach greift man dann zu Wischmop und Feudel und los geht's. Wer mehr zum Entrümpeln hat, der engagiert am besten gleich einen Profi. Und bei bestimmten Reinigungsarbeiten weiß der Profi auch am besten Rat und hat natürlich das passende Equipment im Gepäck. Das gilt beispielsweise für Fenster, Treppenhäuser, aber auch für Fußböden und Terrassen. Die Gartenmöbel wollen ja schließlich auf einem sauberen Untergrund stehen. Hilfe sollte man sich auch suchen, wenn Reinigungsarbeiten zu anstrengend sind. Das gilt beispielsweise für das Reinigen der Gardinen. Profis nehmen den Fensterschmuck ab, reinigen ihn und hängen ihn auch wieder auf. Jährlich werden über 630.000 Tonnen Reinigungsmittel in Deutschland gekauft. Diese Zahl nennt der NABU, der Naturschutzbund Deutschland. Wichtig bei den Reinigungsmitteln ist die Umweltverträglichkeit der Produkte, denn sie gelangen ins Abwasser und werden nicht immer in der Kläranlage abgebaut. Der NABU gibt deshalb Tipps, worauf jeder bei der Verwendung von Reinigungsmitteln achten sollte.

Der NABU sagt: Die Folgen für Umwelt und Gesundheit werden meist unterschätzt. Viele Stoffe in den Reinigungsmitteln sind schwer abbaubar und können auf unterschiedlichen Wegen in unser Grundwasser, auf landwirtschaftliche Felder oder in Flüsse, Seen und Meere gelangen. Die Kläranlagen filtern nicht alle Stoffe heraus und der Klärschlamm wird teilweise als Dünger wieder in der Landwirtschaft genutzt. Bei Starkregen laufen Kanalisationen über. Deshalb ist es für die Umwelt am besten, wenn möglichst wenige Reinigungsmittel verwendet werden. Das bezieht sich sowohl auf die Dosierung als auch auf die Vielfalt der Reinigungsmittel.

Manche Reinigungsmittel mehrfach nutzen

Manche Reinigungsmittel lassen sich für verschiedene Arbeiten nutzen. Spülmittel eignen sich sowohl für den Abwasch als auch für die Reinigung von Fenstern und glatten Oberflächen. Allzweckreiniger lassen sich auch für Fette verwenden und Badreiniger beseitigen Kalkverschmutzungen. Scheuermilch wirkt bei hartnäckigen Verunreinigungen. Beim Kauf von Reinigern sollte man am besten auf den Blauen Engel oder das europäische Umweltzeichen „EU Ecolabel“ achten. Für biobasierte Reinigungsmittel auf das Ecocert-Label achten. Letztere legen den Fokus

auf biobasierte Inhaltsstoffe. Dennoch muss man bei diesen Reinigern darauf achten, dass beispielsweise keine Limonene oder andere gewässerschädigende Duftstoffe verwendet werden.

Für die Umwelt ist es am besten, wenn Putzmittel so niedrig wie möglich dosiert werden. Wenige Tropfen Reinigungsmittel reichen oftmals aus. Bei den meisten Reinigungsflaschen kann man jedoch die Menge schlecht niedrig dosieren, da die Flaschenöffnung zu groß ist. Eine kleinere Öffnung wäre hier viel besser und aus Sicht des NABU ein klarer Auftrag an Produktdesigner. Denn zum Beispiel steigt in den letzten Jahren der Verbrauch an Spülmittel immer weiter an. Obwohl immer mehr Haushalte Spülmaschinen nutzen und daher weniger Geschirr von Hand gewaschen werden muss.

Finger weg von diesen Reinigungsmitteln

Der NABU sagt auch, von welchen Reinigungsmitteln man am besten die Finger lassen sollte. Ätzende WC- und Rohrrreiniger sind die giftigsten Haushaltsreiniger. Glaskeramikreiniger enthalten Mikroplastikpartikel. Mit einem Ceranfeld-Schaber können eingebraunte Flecken weggekratzt werden.

Auch auf Duftsteine für das WC kann man getrost verzichten. Sie besitzen keine Reinigungswirkung, aber mit jedem Spülvorgang gelangen schädliche Chemikalien in den Abfluss. Zu den gesundheitsschädlichen Reinigungsmitteln gehören auch Backofensprays und Desinfektionsmittel. Sie wirken sowohl gefährlich auf die Umwelt als auch auf den Menschen. Durch Desinfektionsmittel werden harmlose Keime abgetötet, dadurch vermehren sich die gefährlichen. Die menschliche Abwehrkraft kann sich zudem nicht ausreichend ausbilden.

Aus der Schatzkiste der Haushaltsmittel

Es gibt auch Reinigungsmittel, die man in früheren Zeiten gern genutzt hat und die umweltfreundlicher sind. Auch hier finden sich beim NABU viele Tipps. Native Galle in biologisch abbaubarer Seife (Gallseife) beispielsweise entfernt fett-, eiweiß- und farbstoffhaltige Flecken wie Öl, Blut, Milch, Obst oder Gemüse.

Zitronensäure wirkt gegen Kalk. Mit dem Pulver können viele Haushaltgeräte sowie Armaturen entkalkt werden. Soda oder Backpulver reinigt zusammen mit Essig verstopfte Abflüsse sowie angebrannte Töpfe. Vorbeugend kann man in Abflüsse auch regelmäßig kochendes Wasser gießen. Textilien mit Kaugummi- oder Harzresten kann man über Nacht in die Tiefkühltruhe legen, danach einfach abkratzen. Textilien mit Wachs- oder Fettflecken von beiden Seiten mit saugfähigem Papier einschlagen (zum Beispiel Küchenpapier), Handtuch drauf und bügeln. Das Wachs wird flüssig und wird vom Papier aufgesaugt.

Blut und andere Flecken aus Eiweiß sollte man in kaltem Wasser einweichen. Danach mit Gallseife behandeln und die Flecken sind weg. Überhaupt ist das Einweichen eine ziemlich clevere Möglichkeit: Backofen, Töpfe und viele andere hartnäckige Flecken lassen sich eingeweicht nämlich viel leichter entfernen. Das Ergebnis kann sich dann wirklich sehen lassen.

Foto: NABU/anja

D & O Gebäudereinigung

Unsere Leistungen:

- Entrümpelungen
- Reinigung von Messiwohnungen
- Tatortreinigung
- Grundreinigung
- Unterhaltsreinigung
- Bauabschlussreinigung

D & O Gebäudereinigung
Rheinstraße 46a | 45525 Hattingen
Telefon 02324-9215598
E-Mail: info@d-o-gebäudereinigung.de

Maler Achim Kohlmann

- ✓ Wohnungsrenovierung ✓ Tapezierungen
- ✓ Anstrich ✓ Wisch- u. Spachteltechnik
- ✓ Bodenbeläge

Senioren-Service
Wir räumen für Sie Ihre Möbel aus und ein!

Auf Wunsch:
✓ Gebäudereinigungsservice
✓ Gardinen-Waschservice

Bogenstraße 31 • 45527 Hattingen
Tel: 02324/438869 • E-Mail: malerkohlmann@t-online.de

Berkermann Bauelemente GmbH

Kirchweg 8
45549 Sprockhövel
02324-971885
02324-971886
info@berkermann-bauelemente.de
www.berkermann-bauelemente.de

Unsere Leistungen:

- > Weru Fenster und Türen
- > Abus Sicherheit
- > Neher Insektenschutz
- > Warema Markisen
- > Renz Briefkästen
- > Hörmann Produkte
- > Bauschlosserei

Gemeinsam in und für Gambia: Eine Hilfe zur Selbsthilfe

Hattinger Verein will dazu beitragen, dass Menschen in ihrem eigenen Land besser leben können

Seit vielen Jahren engagieren sich Dres. Barbara und Jürgen Fröber in der Hilfe für Gambia. In dem kleinen Dorf Jabang, 35 Kilometer südlich von der Hauptstadt Banjul gelegen. Ihr Engagement begann im Verein „Hattingen hilft“, der 2012 mit dem Verein „Kindergarten Linden, Schul- und Dorfentwicklung in Gambia“ (KLG) fusionierte. Für die Medizinerin und den Ingenieur war von Anfang an klar: Wir wollen Hilfe zur Selbsthilfe leisten, damit sich das Leben im Dorf verbessert. Diesen Anspruch setzen sie seit 2018 mit einem eigenen Verein „Together in The Gambia“ in die Tat um. Heute hat der Verein 32 Mitglieder.

„Nachhaltige Arbeit ist wichtig. Wir möchten mitwirken an den Voraussetzungen für das Entstehen von Strukturen, die den Alltag vor Ort verbessern“, erzählt das Ehepaar, das auch mit rund 80 Jahren noch regelmäßig Jabang in Westafrika besucht. Neben der Bildung - der Verein zahlt beispielsweise das Schulgeld für 25 Kinder aus armen Familien, die Ausrüstung für eine IT-Klasse für Mädchen und Frauen sowie für ein Jahr ein Lehrergehalt - geht es vor allem um die Gesundheitsfürsorge. „Es fehlt Material an allen Ecken und Enden“, erzählt Barbara Fröber. Das gambische Rote Kreuz wird mit Erste-Hilfe-Material unterstützt. Besonderer Höhepunkt ist das Gesundheitszentrum in Jabang. Es wurde mit Unterstützung des Vereines Ende 2022 fertiggestellt. Medizinische Geräte wurden per Container nach Gambia gebracht und begeistert erlebten Mitarbeiter vor Ort die erste Ultraschalluntersuchung. „Etwa 700 Patienten kommen pro Monat und nutzen es als Anlaufstelle für medizinische Beratung und Behandlung. Die Versorgung erfolgt in der Regel ambulant, weil es bisher nur sechs Betten gibt. Die Klinikleitung wünschte sich einen separaten Verbandsraum und ein Labor - auch das ist fast fertig. Im August letzten Jahres haben wir dann erneut einen Container mit Material versandt.“ Im Herbst waren die Fröbers wieder vor Ort. Sie kamen nicht allein, sondern mit weiteren sechs weiteren Unterstützern - allesamt jünger als die engagierten Fröbers. Denn schließlich will man die Arbeit auch einmal in jüngere Hände legen. Mitarbeiterinnen der Spedition Dörrenhaus, die die Container verschifft, die Leiterin des Ev. Kindergartens Niederwienigern mit ihrem Sohn sowie eine Lehrerin vom Gymnasium Waldstraße waren mit dabei. Der Kindergarten unterstützt das Projekt regelmäßig - aus dem Ernteverkauf 2023 flossen 1935 Euro. Mit dem Geld wurden Schulgeld, Schuluniform und Lernmaterial für Kinder bezahlt, die sich den Schulbesuch sonst nicht leisten könnten. Jede Schülerfamilie erhielt außerdem einen Sack Reis. Mit dem Gymnasium Waldstraße gibt es außerdem einen Brief-Austausch mit der St. Peter's High- and Secondary-School in Lamin. Die Lehrerin hat den Briefaustausch organisiert. Auch für das Jahr 2024 sind die Ziele bereits gesteckt. „Oberste Priorität hat das Geburtshaus. Es steht als Rohbau auf dem Gelände des Gesundheitszentrums und soll hoffentlich in diesem Jahr fertiggestellt werden. Gemeinsam mit Regierungsvertretern haben wir festgelegt, was unbedingt für einen Betrieb benötigt wird. Weil für das Haus sowie für das Gesundheitszentrum noch Betten fehlen, wollen wir im Frühjahr einen Container mit bis zu 18 Betten schicken“, erzählt Bar-



Mit dem Auto oder im Container kommt Ware an, die im Gesundheitszentrum (im Hintergrund) benötigt wird.

Foto: privat



Jürgen und Barbara Fröber aus Hattingen im Gespräch mit dem Dorfentwickler und einem Lehrer. Allen ist wichtig, Projekte gemeinsam voranzubringen.

Foto: privat

bara Fröber. Wahrscheinlich müssen diese Betten gekauft werden - es sei denn, es finden sich noch funktionstüchtige Krankenhausbetten, die nicht mehr gebraucht werden. Das gilt übrigens auch für medizinische Geräte. Gern genommen werden auch abgelaufene Erste-Hilfe-Kästen. „Diese bitte nicht wegwerfen. Ich schaue mir den Inhalt genau an und sortiere aus, was wir noch gebrauchen können“, wirbt Jürgen Fröber um weitere Sachspenden. Auch Nähmaschinen und Fahrräder als Transportmittel stehen ganz oben auf der Wunschliste. Am wichtigsten ist den Vereinsgründern die dauerhafte Verbesserung der Lebensqualität vor Ort. „Nur wenn Menschen in ihrem eigenen Land und in ihrem eigenen Umfeld besser leben können, werden sie auch am Ort bleiben und ihr Land nicht verlassen, um woanders ihr Glück zu suchen.“ Deshalb versteht sich die Arbeit von „Together in The Gambia“ als eine moderne Form der Flüchtlingshilfe - eben bevor Menschen überhaupt zu Flüchtlingen werden.

Wer den gemeinnützigen Verein mit Geldspenden unterstützen möchte: Together in The Gambia, Sparkasse Hattingen, IBAN DE63 4305 1040 0000 2127 61. Kontakt für Sachspenden per Mail: info@together-in-the-gambia.de anja

Ein Tag alle vier Jahre – zusätzlich!!!

Es läppert sich: etwas mehr als 57 Sekunden sind es, die ein Tag in Wirklichkeit länger als 24 Stunden dauert. Im „astronomischen Jahr“, das die Erde braucht, um einmal die Sonne zu umkreisen, kommen so 365 Tage, fünf Stunden, 48 Minuten und 46 Sekunden zusammen. Der Überhang wird im Schaltjahr zum 29. Februar zusammengefasst. Festgelegt zuletzt 1582 im Gregorianischen Kalender.

Schon Gaius Julius Caesar reformierte im Jahr 45 v. Chr. den bis dato geltenden altrömischen Kalender und verkündete den fortan nach ihm benannten Julianischen Kalender. Auch sein Kalender umfasste bereits einen Schalttag alle vier Jahre. Da der „Februarius“ zu der Zeit noch der letzte Monat im römischen Kalender war, wurden ihm die jeweiligen Schalttage als 366. Tag eines Schaltjahres angehängt.

Ganz korrekt war der Julianische Kalender mit seinen 365,25 Tagen jedoch auch nicht - da das astronomische Jahr näherungsweise 365,24219 Tage umfasst. Der Unterschied betrug etwa 11 Minuten und 14 Sekunden pro Jahr oder 1 Tag in etwa 128 Jahren. In der Praxis wird aber nun mal nur mit ganzen Tagen gerechnet. Die Folge war, dass sich der Kalender bis zum 16. Jahrhundert gegenüber der tatsächlichen Zeit um zehn Tage verschoben hatte.

Heutiger Kalender wurde 1582 beschlossen

Papst Gregor XIII. stellte sich dem Problem und reformierte im Jahr 1582 den Kalender erneut - einschließlich der Schaltjahre in allen ganzzahlig durch vier teilbaren Jahreszahlen.

Die unscheinbaren Zahlen hinter dem Komma eines astronomischen Jahres von 365,24219 Tagen forderten eine weitere Ausnahme von der Schaltjahrregelung: in einem Zeitraum von vier Jahrhunderten, so hat-

ten die Astronomen des Papstes vorgeschlagen, fallen die Schalttage in den Jahren aus, deren Jahreszahl durch 100, aber nicht durch 400 geteilt werden kann. So geschehen 1700, 1800 und 1900. Kann ein Jahrhundertjahr jedoch durch 400 geteilt werden (wie 1600, 2000 und zukünftig 2400), ist dieses Jahr doch wiederum ein Schaltjahr. Im Zweifel einfach auf den Wandkalender schauen. Durch diese Regelung beträgt der Fehler bei der Berechnung eines Kalenderjahres nur einen Tag pro ca. 3.231 Jahren.

Happy Birthday am 29. Februar

Rund 55.000 Schalttags-Geborene leben laut dem Statistischen Bundesamt in Deutschland. Sie haben an der Gesamtbevölkerung von 84.607.000 Millionen Menschen (Stand 30.9.2023) einen Anteil von rund 0,07 Prozent. Unter ihnen befinden sich zum Beispiel auch Model Lena Gercke und Fußballer Benedikt Höwedes. Streng genommen haben sie nur alle vier Jahre Geburtstag, können aber natürlich frei auf den 28. Februar oder 1. März ausweichen, um den Tag ihrer Entbindung zu feiern.

Rechtlich gesehen gilt für die Menschen, die an einem 29. Februar das Licht der Welt erblickt haben, nach dem Bürgerlichen Gesetzbuch der 28. Februar als der Tag, an dem sich ein Lebensjahr nach Ablauf des Tages vor dem Jahrestag vollendet. Für Schalttag-Geborene bedeutet dies, dass der offizielle Geburtstag in den drei Nicht-Schalttag-Monaten des Februars auf den 1. März fällt. In Neuseeland gilt übrigens der 28. Februar als offizieller Geburtstag der Schalttags-Kinder. dx



Erpresser-Mail: „Hallo, mein perverser Freund!“

IMAGE-Serie zum Thema Cyberkriminalität

Cyberkriminalität kann jeden treffen. In der neuen IMAGE-Serie „Cyberkriminalität“ informiert IMAGE deshalb, basierend auf eigenen Erfahrungen unserer Journalistin Nina Sikora, über aktuelle Methoden der Betrüger, Vorsichtsmaßnahmen und leistet verständliche Aufklärungsarbeit ohne komplizierte Fachsprache. Thema diesmal: Erpressung per Mail.

Ich war schon etwas erstaunt, als ich auf einem von meinem Vater an mich weitergeleiteten Foto einer Mail folgende Anfangszeile las: „Hallo, mein perverser Freund, ich komme gleich zur Sache. Ihr Passwort für dieses Postfach...“ Die Mail selbst hatte nicht mein Vater, sondern sein Nachbar erhalten, der mit über 80 Jahren nicht wusste wie ihm geschah - so landete Sie bei mir. Der Inhalt: Angeblich habe sich jemand durch einen „Trojaner“ (eine Art Computervirus) Zugriff auf seine sämtlichen Geräte verschafft und ihn bei sexuellen Handlungen zu umstrittenen Erwachsenenfilmen per Webcam gefilmt. Wenn er nicht 950 Dollar per Bitcoin (eine sogenannte Kryptowährung, also digitale Internetwährung) zahlen würde, veröffentlicht der Verfasser der Mail die Videos im Bekanntenkreis des Opfers. Mit dem Öffnen der Mail sei ein 48 Stunden Countdown in Kraft getreten, wenn innerhalb dieser Zeit nicht gezahlt würde, versucht würde die Festplatte neu zu installieren oder die Polizei alarmiert würde - führe das zur Veröffentlichung des kompromittierenden Materials.

Der Wahrheitsgehalt dieser Geschichte, die der Hacker dort verfasst hat, ist natürlich gleich Null. Ganz abgesehen davon, dass der über 80 Jahre alte Herr gar keine Webcam besitzt. Was ihm allerdings trotz dem Angst einjagte, war der Umstand, dass das seine Mailadresse samt Passwort für sein Postfach tatsächlich korrekt in der Mail stand. Die Behauptung, dass der Hacker einen Trojaner auf der Festplatte installiert hat, ist aber höchstwahrscheinlich auch eine Lüge. Die Daten stammen meist aus Datenlecks bei von Unternehmen oder Internetseiten, bei denen man sich in der Vergangenheit angemeldet hat. Besonders in NRW scheinen diese Art Mails aktuell die Runde zu machen. Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen warnt davor.

Wer eine solche Mail erhält, sollte die Polizei informieren, denn immerhin handelt es sich hier um Erpressung, also um eine Straftat. Falls der Kriminelle die geklauten Daten nutzt, um damit illegale Aktivitäten zu starten, hat man zudem einen Beleg, dass man selbst gehackt wurde. Auf jeden Fall sollten zur Sicherheit einen Virens Scanner benutzen und eine neue Mailadresse zugelegt werden. Auch wenn die alte Mail nicht mehr benutzt wird, sollte auch hier das Passwort zur Sicherheit geändert werden. Verwenden Sie immer andere Passwörter! Denn wie selbst der Hacker schreibt: „Zum Schluss noch ein kleiner Rat für die Zukunft. Nimm deine Online-Sicherheit ernster.“

Tipp:

Man kann online überprüfen, ob die eigene Emailadresse von einem Datenleck betroffen ist. Das geht sicher unter anderem auf einer Seite der Uni Bonn unter https://leakchecker.uni-bonn.de/.

Das Ergebnis bekommt man binnen Sekunden per Mail gesendet. nxs

LETZTE WARNUNG
An: [redacted]

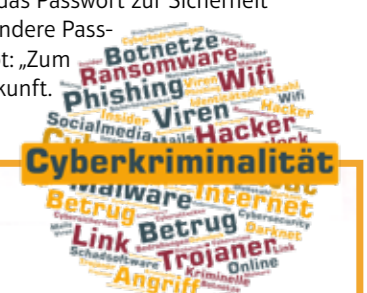
keine Antwort.

Hallo, mein perverser Freund,

Ich komme gleich zur Sache. Ihr Passwort für dieses Postfach: [redacted]

Wir kennen uns eigentlich schon eine Weile, zumindest kenne ich dich. Du kannst mich Big Brother oder das alles sehende Auge nennen. Ich bin ein Hacker, der sich vor ein paar Monaten Zugang zu deinem Gerät, einschließlich deines Browserverlaufs und deiner Webcam verschafft hat. Ich habe einige Videos aufgenommen, die dich beim Wischen zu höchst umstrittenen "Erwachsenen"-Videos zeigen. Ich bezweifle, dass du möchtest, dass deine Familie, deine Kollegen und deine gesamte E-Mail-Kontaktliste unter [redacted] Aufnahmen von dir sehen, vor allem, wenn man bedenkt, wie pervers dein Lieblings-"Genre" ist. Ich werde diese Videos auch auf Pornoseiten veröffentlichen, sie werden viral gehen und es wird physisch unmöglich sein, sie aus dem Internet zu entfernen.

Wie habe ich das gemacht?
Weil du die Sicherheit im Internet so vernachlässigst, ist es mir leicht gefallen, einen Trojaner auf deiner Festplatte zu installieren. Dadurch konnte ich auf alle Daten auf deinem Gerät zugreifen und es aus der Ferne steuern. Indem ich ein Gerät infiziert habe, konnte ich mir Zugang zu allen anderen Geräten verschaffen.



Wie viel spart eine Wärmedämmung?

Eigenheim mit Steildach

Kalte und zugige Dachgeschosse sind meist ein deutliches Zeichen, dass die Wärmedämmung des Gebäudes nicht optimal ist. Dadurch geht viel Wohnkomfort verloren, gleichzeitig steigt die Heizkostenrechnung und das Klima leidet. Dennoch scheuen sich viele Eigenheimbesitzer, in eine verbesserte Wärmedämmung zu investieren. Oft wird gezögert, weil Betroffene weder ein Gefühl für die Kosten noch für das mögliche Einsparpotenzial haben. Was viele nicht wissen: Es gibt Online-Tools, die bequem und schnell Antwort auf diese Fragen liefern. So bietet der Dämmsparrechner von Ursa privaten Hausbesitzern eine erste Orientierung über Kosten und Nutzen einer verbesserten Wärmedämmung. Für die Berechnung reichen wenige Werte wie das Baujahr der Immobilie, die Quadratmeterzahl der Wohnräume im Steildach und die Art des Heizsystems. Schon nach wenigen Klicks wird für Eigenheimbesitzer der Nutzen einer Dämmmaßnahme sichtbar: Die Online-Anwendung zeigt, welche Einsparmöglichkeiten an Energie, Heizkosten und CO₂-Emissionen die Dämmung bietet. Eigenheimbesitzer erfahren, welche Dämm Lösungen für sie in Frage kommen und wann sich die Materialkosten amortisieren. Die Werte direkt vor Augen zu haben, ist für viele dann Grund genug, das erste weiterführende Gespräch mit dem Fachhandwerk vor Ort zu führen, um künftig deutlich weniger Heizkosten zahlen zu müssen. Der hilfreiche Rechner zur Wärmedämmung findet sich online unter www.dämmsparrechner.de. Hier gibt es auch viele weitere Infos rund um das Dämmen des Eigenheims.



Über schlecht gedämmte Dachflächen geht viel wertvolle Heizenergie verloren. Dadurch werden sowohl das Klima als auch der Geldbeutel der Bewohner belastet. Wie groß das individuelle Einsparpotenzial ist, zeigen durchdachte Online-Tools mit wenigen Klicks im Internet.
txn-Foto: Ingo Bartussek/adobestock/Ursa

Fahrzeuge per Mausklick im Wohnzimmer zulassen

Heimischen Rechner hochfragen, das Straßenverkehrsamt im Internet besuchen, Formalitäten mit Tastatur und Maus erledigen, Zulassungsnachweis ausdrucken, Kennzeichen montieren und losfahren – so digital können auch Bürgerinnen und Bürger aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis seit Anfang September Fahrzeuge neu zulassen. Die notwendigen Plaketten und Dokumente kommen anschließend per Post. „Möglich macht dies die neue Zulassungsverordnung. In vergleichbarer Weise digitalisiert und beschleunigt diese auch alle weiteren Behördengänge rund um Fahrzeuge“, erläutert Sabine Völker, Leiterin des Straßenverkehrsamtes der Kreisverwaltung. So müsse beispielsweise niemand mehr ein Behördengebäude betreten, um einen PKW umzuschreiben oder ein Motorrad wieder zuzulassen, einen Anhänger abzumelden oder seine Adresse zu ändern. Digitaler und schneller sind zwei Ziele der bundesweit angepassten rechtlichen Vorgaben – für den Bürger günstiger ein drittes. So sind Adressänderungen online gut 6 Euro billiger, Ummeldungen kosten rund 14 Euro weniger und Neuzulassungen lassen die Rechnung vom Amt 18 Euro geringer ausfallen.



„In den ersten drei Monaten wurde das neue Angebot bereits gut genutzt, die Nachfrage steigt stetig. Zum Auftakt waren es im September 203 Vorgänge, im Oktober dann bereits 314 und im November 346. Verteilt auf die Dienstleistungen lauten die Zahlen wie folgt: 19 Neuanmeldungen, 148 Ummeldungen und 730 Abmeldungen sowie 33 Adressänderungen“, zieht Völker eine erste Bilanz. Zu finden ist die „Online-Zulassungsbehörde“ auf der Internetseite der Kreisverwaltung, Adresse www.en-kreis.de. Im Suchfeld auf der Startseite oben rechts das Stichwort „internetbasierte Fahrzeugzulassung“ eingeben. Wichtig für alle, die die Online-Angebote der Zulassungsstelle nutzen möchten: Sie benötigen ein so genanntes BundID Konto. Mit diesem Konto, auch als Nutzerkonto des Bundes bezeichnet, können sich Bürger für Online-Verwaltungsleistungen öffentlicher Stellen identifizieren

und authentisieren und Online-Anträge bei Behörden stellen. Alle Informationen zum Zugang finden sich unter <https://id.bund.de/de>. BundID bietet drei Vertrauensniveaus: Basisregistrierung, substanzial und hoch. Grundsätzlich gilt: Umso vertraulicher die Daten bei einem Online-Antrag sind, desto höher ist das zu erfüllende Vertrauensniveau. Für fast alle Online-Angebote des Straßenverkehrsamtes ist das höchste Niveau erforderlich. Um für dieses freigeschaltet zu werden, sind ein Personalausweis mit freigeschalteter Online-Ausweisfunktion oder eine Europäischen ID Voraussetzung. Das Vertrauensniveau „substanzial“ kann mit dem ELSTER-Zertifikat erreicht werden. Für die Basisversion werden lediglich Benutzername und Passwort vergeben.

Ratgeber: Bei Blitzeis das Auto möglichst stehen lassen

In diesen Tagen häufen sich die Meldungen von Blitzeis auf den Straßen. Dazu kommt es, wenn Regen oder Schneeregen auf gefrorene Fahrbahnen fällt und sofort gefriert. Für Kraftfahrer verwandelt sich der Asphalt dann in eine gefährliche Rutschbahn. Das Problem: Winterreifen, ABS, ESP oder auch Schneeketten bieten dann keine ausreichende Sicherheit mehr, warnt der ADAC. Wird im Radio vor Blitzeis oder Eisregen gewarnt, sollten nicht zwingend notwendige Fahrten verschoben und und das Auto stehen gelassen werden, rät der Automobilclub. Das A und O für eine sichere Fahrt ist eine vorausschauende und umsichtige Fahrweise. Wichtig ist, den Abstand zum Vordermann zu vergrößern, möglichst sanft zu bremsen und hektische Lenkmanöver zu vermeiden. Wer unterwegs von Eisregen überrascht wird, sollte gegebenenfalls eine Pause einlegen und im Zweifel auf den Streudiens warten. Im schlimmsten Fall kann dies bedeuten, dass man vorübergehend am äußersten Fahrbahnrand sein Fahrzeug abstellen muss. Ein wichtiger Hinweis für alle Autofahrer, die keine Winterreifen aufgezogen haben: Bei winterlichen Straßenverhältnissen zu denen auch Glatteis zählt, darf nicht mit Sommerreifen gefahren werden! Erlaubt sind nur noch wintertaugliche Reifen, die mit dem Alpine-Symbol gekennzeichnet sind. Auch M+S-Reifen können noch mit Übergangsfristen weiterverwendet werden.



Die Regelung zum Gebrauch der Winterreifen gilt situativ, das heißt, sie ist nicht an eine bestimmte Jahreszeit gebunden. Ein Verstoß wird mit einer Geldbuße in Höhe von 60 Euro und einem Punkt in Flensburg geahndet. Bei einer Behinderung des Verkehrs aufgrund falscher Reifen bei winterlichen Wetterverhältnissen erhöht sich das Bußgeld auf 80 Euro und einen Punkt. Kommt es zu einem Unfall, droht eine Kürzung der Versicherungsleistung.
aum

Scala und Kamiq aufgewertet

Skoda hat seine beiden Kompaktmodelle Scala und Kamiq zum Jahreswechsel aufgewertet. Neben der Karosserieverfeinerung an der Front (d.h. größerer Kühlergrill) sowie am Heck gibt es nun auf Wunsch erstmals auch LED-Matrixscheinwerfer. Es gibt ein digitales Acht-Zoll-Cockpitdisplay sowie ein Infotainmentsystem mit 8,25 Zoll großer Bildschirmdiagonale, was demnächst zum Standard wird. Im Interieur sowie unter der Motorhaube wird der Anteil natürlicher als auch recycelter Materialien aus Nachhaltigkeitsgründen erhöht. Als Einstiegsmotorisierung bleibt es beim 1,0-Liter-Dreizylinder mit Fünf-Gang-Getriebe und 95 PS (70 kW), in der neuen und stärkeren Ausbaustufe sind es 115 PS (85 kW) in Verbindung mit manueller Sechs-Gang-Schaltung oder automatisiertem Sieben-Gang-Direktschaltgetriebe. Topvariante ist nach wie vor der 1,5-Liter-Vierzylinder

;) Entdecke Dein Happy Mit dem Škoda Kamiq Drive

2.100,- € Preisvorteil!

Freuen Sie sich auf viele Extras und einen Preisvorteil von 2.100,- €¹.

Die Drive Sondermodelle machen jeden glücklich. Wie wäre es z. B. mit dem Kamiq Drive? Das dynamische Crossover überzeugt mit vielen Extras wie stylischen Leichtmetallfelgen, einem beheizbaren Lenkrad, beheizbaren Vordersitzen, Matrix-LED-Scheinwerfern und einem Preisvorteil von **2.100,- €¹**. Kommen Sie vorbei und erleben Sie bei uns Ihren Happy-Moment.

¹ Preisvorteil für den Škoda Kamiq Drive gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung der Škoda Auto Deutschland GmbH für ein vergleichbar ausgestattetes Serienmodell der Ausstattungslinie Selection. Der Verkaufspreis wird allein von uns festgesetzt.

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.

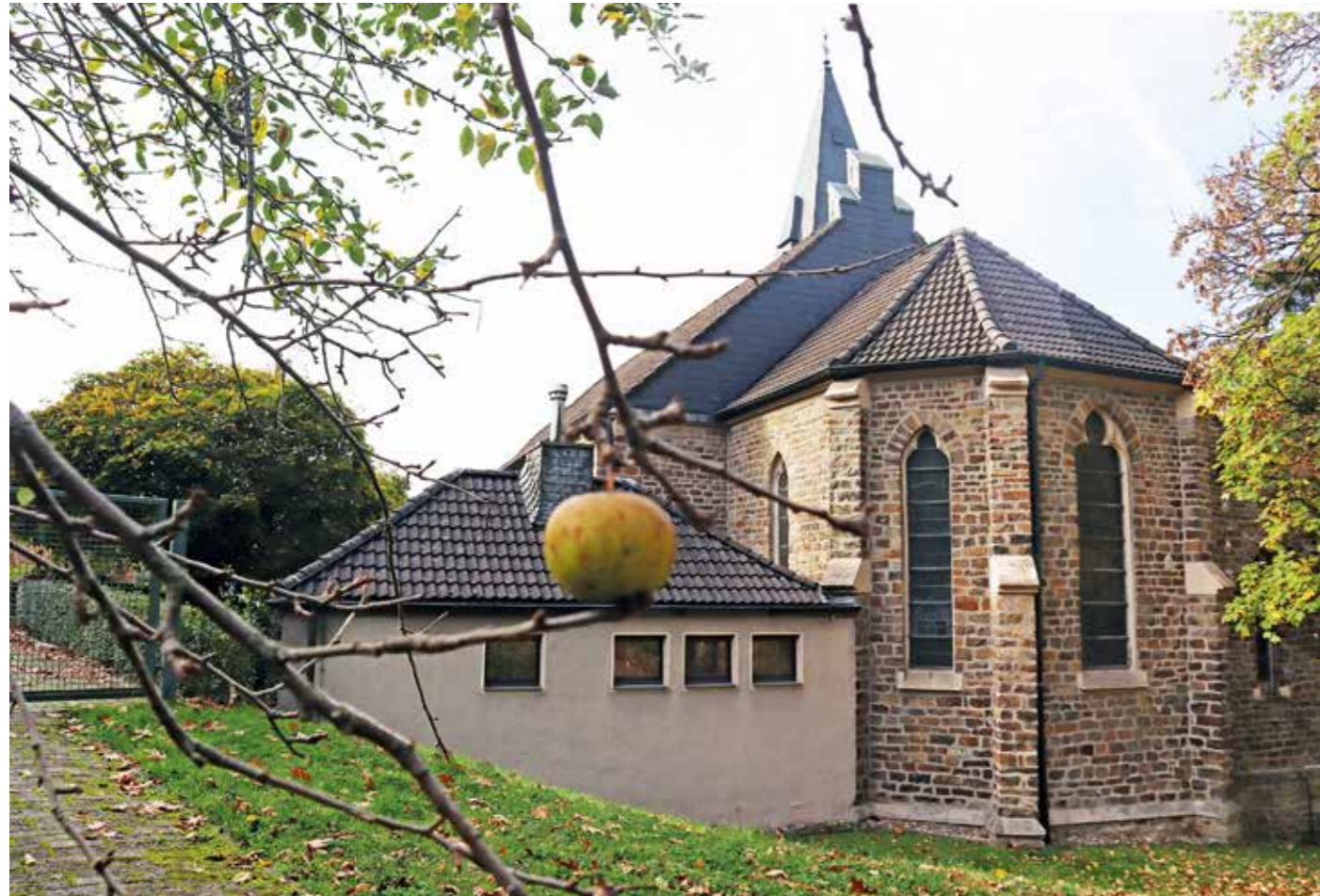
Ihr Auto aus guten Händen

Automobile Friedenseiche GmbH
Castroper Hellweg 109, 44805 Bochum
T 0234352914
info@automobile-friedenseiche.de, www.automobile-friedenseiche.de

mit 150 PS (110 kW) mit ebenfalls beiden Getriebeoptionen. Die neue Angebotsstruktur umfasst drei Ausstattungsstufen, nämlich Essence, Selection und Monte Carlo, und sechs Interieurvarianten sowie sieben Optionspakete für mehr Komfort sowie mehr Fahrassistenz. Dazu kommen weitere sogenannte „Simply clever“-Lösungen aus den Modellen Fabia und Enyaq sowie erstmals auf Wunsch auch eine elektrische Heckklappe mit Komfortöffnung.



Fotos: ampnet



Die Kirche St. Engelbert in Hattingen-Niederbonsfeld. Foto: Pfarrei St. Peter und Paul Hattingen

St. Engelbert wird von Investor als Wohnraum genutzt

Als Voraussetzung für die nicht mehr liturgische Nutzung wird das Kirchengebäude profaniert

Bei einer Gemeindeversammlung in St. Engelbert in Hattingen-Niederbonsfeld am Sonntag, 7. Januar 2024, haben Vertreter der Pfarrei St. Peter und Paul Hattingen beziehungsweise aus deren Kirchenvorstand über die bevorstehenden Veränderungen im Rahmen des sogenannten Pfarreientwicklungsprozesses (PEP) informiert. Im PEP hatte die Pfarrei, wie alle Pfarreien im Bistum Essen, Standorte, Angebote, Strukturen und Prioritäten geprüft, mit den Gemeindemitgliedern diskutiert und per Votum über Sparmaßnahmen entschieden. Dazu gehört auch der Verkauf und die Umnutzung von Kirchengebäuden. Hintergrund für den PEP ist der Rückgang von Kirchenmitgliedern/-steuern und die damit geringeren finanziellen Möglichkeiten vor Ort. Für den Standort in Hattingen-Niederbonsfeld steht nun fest, dass die Kirche mit angrenzendem Pfarrhaus zum 1. Juli 2024 an einen Investor aus Wuppertal verkauft wird. Die Profanierung, also Entwidmung, der Kirche ist für den 29./30. Juni 2024 vorgesehen. Genaue Zeiten werden in Kürze mit dem Kirchort abgestimmt. Die Profanierung ist Voraussetzung für die nicht mehr liturgische Nutzung des Gebäudes.

Investor zieht selbst ein

Die Kirche soll zu einer Wohnimmobilie umgebaut werden – unter der Berücksichtigung von Maßgaben des Denkmalschutzes. Die zentralen Kirchenfenster der Apsis bleiben erhalten. „Außerdem wird die Kirche zukünftig angestrahlt, sodass sie auch weiterhin als identitätsstiftende Landmarke im Stadtteil hervorgehoben wird“, erläutert Pfarrer Andreas Lamm auch im Namen des Kirchenvorstands. Die ehemalige Bücherei wird zu einer Anliegerwohnung ausgebaut und vermietet. Die bisherigen Mieter im ehemaligen Pfarrhaus können dort wohnen bleiben. In der dann ehemaligen Kirche wird der Investor selbst wohnen. Die geistlichen Gegenstände werden in das angrenzende Gemeinde-

haus umziehen beziehungsweise werden in den Räumen der Pfarrei eingelagert. Orgel, Glocken und Kirchbänke sollen einer weiteren geistlichen Nutzung zugeführt werden. Aktuell werden die Möglichkeiten geprüft. Das Gemeindeheim St. Engelbert bleibt dem Kirchort als kulturelles Zentrum erhalten. Hier sollen auch zukünftig Gottesdienste gefeiert werden. Ein Förderprogramm des Landes NRW mit dem Titel „Dritte Orte“ ist für das Gemeindeheim beantragt und soll die Finanzierung des Ortes langfristig sichern. Als Betreiber soll gegebenenfalls ein neuer Verein begründet werden. Der Bürger- und Kulturverein des Ortes ist involviert.

Keine Bestattungen

Auf dem benachbarten Friedhof St. Engelbert wird es keine Bestattungen mehr geben. Die Pfarrgemeinde erhält den Friedhof, gemäß gesetzlicher Vorgaben, bis 2053. „Der Friedhof ist aufgrund seiner schwierigen Lage und der geringen Zahl von Bestattungen in den vergangenen Jahren stets defizitär. Rücklagen sind aufgebraucht beziehungsweise nicht mehr vorhanden. Eine Subventionierung durch andere Friedhöfe beziehungsweise aus Haushaltsmitteln können und dürfen nicht geleistet werden“, sagt Pfarrer Andreas Lamm zu dieser Entscheidung.

Ab Februar 2024 wird die Pfarrgemeinde auf einzelne Angehörige zugehen, um das weitere Vorgehen bezüglich angedachter „Umbettungen“ oder ähnlichem zu prüfen und abzusprechen. Da die Einstellung der Bestattungen auf einem Friedhof diversen Auflagen und Genehmigungen unterliegt, war dieser Prozess seitens des Kirchenvorstandes im Sommer 2023 angestoßen worden. Die letzte – kirchenaufsichtliche – Genehmigung dazu erreichte die Pfarrgemeinde kurz vor dem Weihnachtsfest. (Stand dieser Informationen ist der 11. Januar 2024.)

Volles Karnevalsprogramm



Die fünfte Jahreszeit wirft schon wieder ihre Schatten voraus. Daran wollen wir uns als SG Welper wieder mit vollem Programm beteiligen. Karnevalsfeiern sind angesagt! Der Kinderkarneval findet am Freitag, 9. Februar 2024, in der Aula der Gesamtschule Welper statt. In der Zeit von 15.11 bis 17.11 Uhr bieten wir den Kleinen ein Programm aus

den eigenen Reihen, was durch Kinder- und Jugendgruppen unserer Turn-Abteilung fleißig einstudiert wird. Natürlich dürfen auch große Jecken vorbeischaun. Einlass ist ab 14.30 Uhr. Der Eintritt für Kinder ist frei, Erwachsene zahlen zwei Euro. Kamelle darf jeder fangen. Die Erwachsenen dürfen sich nach ein paar Jahren Pause endlich wieder auf eine eigene Feier am Samstag, 10. Februar 2024 freuen. Los geht's offiziell um 19.11 Uhr, Einlass ist ab 18.30 Uhr. Das Programm wird ebenfalls aus den eigenen Reihen gestaltet - jeck, frech, kreativ, sportlich und auch mal mit traditionellem Touch. Überraschungen warten!

Karten gibt's an folgenden Stellen:

- Geschäftsstelle der SG Welper (Thingstraße 38)
- Vereinsheim der SG Welper (Marxstraße 101)
- Geschäft Unikatwirbel (Thingstraße 21)

Dazu könnt ihr eure Trainer und Übungsleiter fragen!

154 liebevolle Päckchen

Gymnasium Holthausen schenkt Freude im Paket

Im Advent nur Plätzchen essen und Weihnachtsmärkte besuchen? „Das ist zu wenig!“, haben sich die Schüler/innen des Gymnasiums Holthausens gedacht und unter Leitung der Schulseelsorgerin Melanie Hoppe zum 3. Mal Päckchen für Menschen in Hattingen gepackt, denen es nicht gut geht. Über mehrere Wochen haben zwei Religionskurse aus den Stufen 8 und Q2 die Aktion organisiert und die ganze Schulgemeinschaft aus Schüler-, Eltern- und Lehrerschaft hat eingekauft, gepackt und fleißig transportiert. Gespendet wurden insgesamt 154 liebevoll verzierte Päckchen, die



Ausbildung bei Rewe Lenk

Hi, wir suchen dich!

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

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



REWE
Lenk
Besser einkaufen. Seit 1963.

Schicke deine Bewerbung einfach an:

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

Thingstraße 21 | 45527 Hattingen-Welper
Heinrich-Puth-Straße 6-8 | 45527 Hattingen-Blankenstein

von 4 Kursen an das Altenheim St. Josef, die Tafel, die Schwangerenberatung der Caritas und die Kurzzeitpflege des ev. Augusta Krankenhauses übergeben wurden. Dort war die Freude sehr groß, die Pakete an bedürftige Menschen übergeben und ihnen so eine Weihnachtsfreude machen zu können.

Begleitend zu den Päckchenübergaben gab es Gespräche zwischen den verschiedenen Einrichtungen und Schulkursen. Die Kurse haben viel über die Not der Menschen und Hilfsmöglichkeiten erfahren und gleichzeitig durch die Mitarbeiter/innen der Einrichtungen Neues über die Berufsfelder im sozialen Bereich.

Und nachdem das letzte Paket im Auto verstaut war, stand für die helfenden Schüler/innen schon fest: „Das wollen wir nächstes Jahr wieder machen!“



Sterben und Trauer sind so individuell wie das Leben

Leben – Tod – Trauer

Sterben findet in unserer Gesellschaft in der Regel nicht mehr zuhause statt. Statistiken geben an, dass die meisten Menschen im Krankenhaus oder in einer Altenhilfeeinrichtung versterben. Nur noch wenigen ist es möglich, zuhause im Kreis der Angehörigen den letzten Atemzug zu machen oder in einem Hospiz zu sterben - hier gibt es viel zu wenig Plätze. Die Gesellschaft, in der wir leben, hat Sterben und Tod ausgelagert. Alles, was an Tod und auch an die eigene Vergänglichkeit erinnert, wird solange ausgeklammert, wie es nur geht. Wenn wir dem Tod begegnen oder einen nahe stehenden Menschen verlieren, ruft dies verschiedene, oft intensive Gefühle hervor. Hilflosigkeit und Fassungslosigkeit, Angst - auch vor dem eigenen Ende - kommen hoch. Auch das Loslassen wird ein wichtiges Thema. Wenn das Unfassbare geschehen ist, was man sich nie vorstellen konnte - so muss man lernen, damit zu leben. Oft findet man Hinweise darauf, man müsse loslassen können. Doch der Begriff scheint nicht angebracht zu sein. Das sichtbare Zusammenleben mit dem geliebten Menschen mag zu Ende sein, doch wer sich nahe gestanden hat, der weiß, wie der Verstorbene auf Fragen reagiert hätte und welche Antworten er gegeben hätte. Er weiß, was der Verstorbene mochte oder was nicht und er weiß auch, wie derjenige auf Ereignisse reagiert hätte, die nach seinem Tod die Lebenden betreffen. Er ist immer noch da, nur nicht mehr sichtbar. Nicht wenige Angehörige sprechen nach wie vor mit ihren verstorbenen Liebsten. Was man früher für seltsam hielt, gilt mittlerweile nicht mehr als ungewöhnlich. Warm sollte man mit jemandem nicht mehr sprechen, nur weil man ihn nicht mehr sieht? Schließlich weiß man auch um die Antwort des Verstorbenen.

Der Umgang mit Trauer und Tod ist individuell. Was dem einen hilft und ihn tröstet, ist für den anderen nicht die richtige Form des Umgangs mit Trauer und Tod. Das Sterben und der Tod sind so individuell wie das Leben. Aber es ist wichtig, sich in dem Dialog mit dem verstorbenen nicht zu verlieren. Man muss lernen, den Alltag „zu wuppen“ und die Kontakte zu den Lebenden zu nutzen - oder neue Kontakte aufzubauen. Denn eines muss jedem Trauernden klar sein: der Verstorbene hätte es nicht gewollt, wenn sein Lieblingsmensch nach seinem Tod das eigene Lebensende gekommen sähe und keine Freude an dem Geschenk des Lebens mehr hätte. Wer aus eigener Kraft diese Erkenntnis im Alltag nicht umsetzen kann, sollte nicht zögern, sich Hilfe zu suchen. Es gibt viele Selbsthilfegruppen, Trauergruppen oder professionelle Trauerbegleiter, die gemeinsam mit dem Angehörigen

für ihn den individuell besten Weg suchen und finden werden.

Gedenken und Erinnerung

Der Toten kann man an bestimmten Orten und zu bestimmten Gedenktagen gedenken. Zu allen Zeiten und in vielen Kulturen gab und gibt es Orte und Denkmale, um an Verstorbene zu erinnern. Häufig wurde auf diesen Denkmalen das Leben in Worten oder Bildern erinnert, wobei auch mal übertrieben wurde. (Über Tote sagt man nur Gutes.) Denkmale sind nach dem 2. Weltkrieg in unserem Land aus der Mode gekommen. Helden- und Totengedenken wurde und wird kritisch gesehen. Wir stellen für unsere Verstorbenen Gedenkkreuze aus Holz oder Grabsteine auf, auf denen wir verschiedene Informationen wie Namen und Lebensdaten der Toten mitteilen.

Wir begehen neben den persönlichen Totengedenktagen auch offizielle. Sie liegen zumeist im November. In diesem Monat ist es früh dunkel, es wird spät hell, das Wetter ist unsicher; Regen, Nebel und die ersten Fröste machen uns das Leben unangenehm. Der November, für viele von uns der traurigste Monat im Jahreskreis, ist voller Gedenktage, die in aller Stille begangen werden sollen. Katholiken gedenken seit vielen Jahrhunderten der Toten besonders am ersten und zweiten November; dies sind die Feiertage Allerheiligen und Allerseelen. Gräber der Verstorbenen werden geschmückt, besucht und gesegnet. Protestanten gedenken ihrer Toten am Sonntag zwischen dem 20.

ersten November am Toten- oder Ewigkeitssonntag. 11 Tage vor dem ersten Adventssonntag - also an einem Mittwoch - wird der Buß- und Betttag begangen. In unserem Bundesland wurde er als stiller Feiertag abgeschafft. Am letzten Sonntag vor dem 1. Adventssonntag wird seit Beginn des 19. Jahrhunderts der Volkstrauertag gefeiert. An diesen Tagen sind laute Feiern und Sportveranstaltungen bis zu einer bestimmten Zeit verboten. Doch neben den Gedenktagen ist es vor allem die Erinnerung an den Verstorbenen, die den Alltag der Trauernden prägt. Der Blick auf den Lieblingsplatz, der nun leer ist oder



die Lieblingstasche, die nun von ihm oder ihr nicht mehr benutzt wird - es gibt viele Kleinigkeiten, die beim Trauernden die Symbolik auslösen, ihn „triggern“ und die Erinnerung an den Verstorbenen lebendig halten. Für manche Menschen ist die Brücke zwischen Leben und Tod durch die Erinnerung leichter begehbar als für andere Menschen. Auch das ist normal. Sprüche wie „So lange wir an jemanden denken, lebt er“ versuchen, das Unfassbare fassbarer zu machen.

Orte der Bestattung

In unserem Kulturkreis ist der wesentliche Ort zur Bestattung der Friedhof. Dort gibt es seit geraumer Zeit die verschiedenen Arten, bestattet zu werden. Es gibt das Einzel-, Doppel- oder Familiengrab, um die Leichen zu beerdigen oder das Urnengrab nach einer Feuerbestattung. Hier kann die Urne entweder ins Erdreich gebracht werden oder in eine Bestattungswand, ein Kolumbarium, gestellt werden. Seit geraumer Zeit gibt es auch Bestattungshaine. Seit Beginn des 20. Jahrhunderts ist in Deutschland auch die Seebestattung in einer See-Urne möglich.

Oft kann man aufgrund des Grabsteins oder Grabkreuzes sehen, wer hier bestattet ist. Viele Gräber werden mit Kränzen, Kerzen, Pflanzen, Steinen, Figuren geschmückt. Nicht selten sind es persönliche Dinge, die der Verstorbene gerne hatte. Beispielsweise bekommt jemand, der Vögel liebte, eine Wasserstelle für seine gefiederten Freunde auf das Grab gestellt.

Die halbanonyme und anonyme Form der Bestattung wird aufgrund des demografischen Wandels allerdings immer bedeutender. Denn es wird immer schwieriger, die Grabpflege über einen langen Zeitraum zu gewährleisten. Eine andere, weit verbreitete Art ist neben der Bestattung in einem Sarg die Urnenbestattung. Andere Arten der Bestattung, wie etwa das Verstreuen der Asche auf einem Berg oder die Mitnahme der Urne nach Hause sind in unserem Land aus ethischen Gründen verboten.

Traueritten und Trauerrituale

Auf der einen Seite ist Sterben unpersönlicher geworden. So sind bestimmte Trauerhandlungen nicht mehr gebräuchlich oder nur unter erschwerten Bedingungen möglich. Weil früher häufiger zuhause gestorben wurde, gab es in vielen Fällen die Aufbahrung. Auch den Verstorbenen mit persönlicher Kleidung zu bestatten, ist nicht mehr so gebräuchlich. Auf der anderen Seite gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die Verabschiedung persönlich zu gestalten. Bei einer Trauerfeier kann man persönliche Ansprachen halten, die Lieder selbst aussuchen und mit einem Foto des Verstorbenen an ihn erinnern. Alles ist ein „KANN“ und kein „MUSS“.

Die Riten der christlichen, moslemischen und jüdischen Religionen haben hinsichtlich der Sterbegleitung und Beerdigung zum Teil Ähnlichkeiten mit den Gebräuchen unserer Gesellschaft, aber auch große Unterschiede. So kann an die Stelle der stillen Trauer, die weit verbreitet ist, lautes Wehklagen treten, Hände werden vor das Gesicht geschlagen, Haare werden gerauft, Kleidung zerrissen, ein Fasten wird durchgeführt.

Nach der Beerdigung folgt Leichenschmaus, der aber



Sinzel
Beerdigungsinstitut

Der letzte Weg in guten Händen.

Claudia Pluta
Bestatterin

Hüttenstraße 6 · 45525 Hattingen
Telefon 0 23 24 / 20 28 49
www.bestattungen-sinzel.com

JEDER MENSCH IST EINMALIG.

Die Würde Ihres Verstorbenen liegt uns besonders am Herzen.



Auf dem Haidchen 42
45527 Hattingen-Welper

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

BESTATTUNGEN
Triestram

Tel. 0 23 24 - 64 95 www.triestram-bestattungen.de

meistens nicht mehr so bezeichnet wird. Die Trauergemeinde begibt sich in ein Restaurant oder nach Hause, um dort gemeinsam zu essen und zu trinken. Dies ist eine Möglichkeit, sich noch einmal in der Familie, mit Freunden, Arbeitskollegen und Nachbarn des Verstorbenen zu erinnern. Häufig stellt man dann fest, dass die Trauer im Laufe der Feier sich langsam in eine Nachdenklichkeit und vielleicht sogar Heiterkeit verwandelt.

Und hier gibt es Hilfe:

Trauercafé Witten, Lutherstraße 6 im Zentrum für Kinder- und Jugend-Trauerarbeit in Witten: Treffpunkt jeweils am ersten und dritten Dienstag im Monat (außer an Feiertagen), 10 bis 11.30 Uhr. Der Verein für Trauerarbeit bietet verschiedene Angebote. Ein Trauercafé ist ein Ort, an dem Trauernde sich mit erfahrenen Trauerbegleiterinnen und Trauerbegleitern sowie mit anderen Betroffenen über ihre Trauer austauschen können. Hierfür stehen sowohl in Hattingen im Paul-Gerhardt-Haus in Welper als auch in Witten zwei Cafés zur Verfügung. Bei Kaffee, Tee und Plätzchen bieten die Mitarbeiterinnen Unterstützung durch hilfreiche Gespräche. *anja*

BESTATTUNGEN SCHWIESE

- Kompetente Hilfe in allen Fragen der Bestattung
- Vorsorgeberatung
- Tag und Nacht dienstbereit

Marxstraße 70 b
45527 Hattingen
Tel. 02324 - 605 15
Fax 02324 - 603 07

Impressum

Titelbild: Winterfreuden in der Elfringhauser Schweiz 2021, Foto: Ulf Kathagen
Herausgeber: Monika Kathagen, Wasserbank 9, 58456 Witten ☎ 02302/9838980
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 Niernerg, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter, Nina Sikora (Es gilt die Verlagsanschrift)
Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum
Druck: BONIFATIUS GmbH Druck - Buch - Verlag
Erscheinungsweise und Auflage: Monatlich, kostenlos, Auflage 23.500 Exemplare. Haushaltsverteilung u. a. in Zentrum, Welper, Blankenstein, Holthausen, Winz-Baak, Niederwienigern, Niederbonsfeld und z. T. Bredenscheid.
 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 Verlags. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 22.2.2024
 Anzeigenschluss: Mittwoch, 7.2.2024

COMING SOON!

UNSER NEUER STANDORT IN HATTINGEN



Verkauf, Vermietung & Beratung

Ihre Immobilienexperten für
Hattingen & Umgebung!

KENSINGTON Showroom Hattingen
Steinhagen 14 / 4525 Hattingen
kensington-hattingen.de



K E N S I N G T O N[®]
Finest Properties International



ImageMagazine

Aus aktuellen Anlässen kann sich
das Erscheinungsdatum ändern!

Unsere Erscheinungstermine im Jahr 2024



	Image Witten		Image Sprockhövel		Image Hattingen	
	Redaktionsschluss	Erscheinungstermin	Redaktionsschluss	Erscheinungstermin	Redaktionsschluss	Erscheinungstermin
März	7.2.24 (Mi.)	22.2.24 (Do.)	7.2.24 (Mi.)	22.2.24 (Do.)	7.2.24 (Mi.)	22.2.24 (Do.)
April	6.3.24 (Mi.)	21.3.24 (Do.)	6.3.24 (Mi.)	21.3.24 (Do.)	6.3.24 (Mi.)	21.3.24 (Do.)
Mai	17.4.24 (Mi.)	2.5.24 (Do.)	17.4.24 (Mi.)	2.5.24 (Do.)	17.4.24 (Mi.)	2.5.24 (Do.)
Juni	22.5.24 (Mi.)	6.6.24 (Do.)	22.5.24 (Mi.)	6.6.24 (Do.)	22.5.24 (Mi.)	6.6.24 (Do.)
Juli	19.6.24 (Mi.)	4.7.24 (Do.)	19.6.24 (Mi.)	4.7.24 (Do.)	19.6.24 (Mi.)	4.7.24 (Do.)
August	31.7.24 (Mi.)	15.8.24 (Do.)	31.7.24 (Mi.)	15.8.24 (Do.)	31.7.24 (Mi.)	15.8.24 (Do.)
September	21.8.23 (Mi.)	5.9.24 (Do.)	21.8.23 (Mi.)	5.9.24 (Do.)	21.8.23 (Mi.)	5.9.24 (Do.)
Oktober	18.9.24 (Mi.)	2.10.24 (Mi.)	18.9.24 (Mi.)	2.10.24 (Mi.)	18.9.24 (Mi.)	2.10.24 (Mi.)
November	16.10.24 (Mi.)	31.10.24 (Do.)	16.10.24 (Mi.)	31.10.24 (Do.)	16.10.24 (Mi.)	31.10.24 (Do.)
Dezember 1	13.11.24 (Mi.)	28.11.24 (Do.)	13.11.24 (Mi.)	28.11.24 (Do.)	13.11.24 (Mi.)	28.11.24 (Do.)
Dez 2/Jan	4.12.24 (Mi.)	19.12.24 (Do.)	4.12.24 (Mi.)	19.12.24 (Do.)	4.12.24 (Mi.)	19.12.24 (Do.)