

# ImageSprockhövel

Besuchen Sie uns  
im Internet:  
Aktuelle Berichte  
und Informationen unter  
[www.image-witten.de](http://www.image-witten.de)

GESAMTAUFLAGE CA. 90.000 EXEMPLARE +++ HAUSHALTSVERTEILUNG +++ ☎ 02302 9838980 +++ [WWW.IMAGE-WITTEN.DE](http://WWW.IMAGE-WITTEN.DE) +++



## Frohe Ostern



### Leben ...

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

**P** Pflegedienst  
Dahlhaus  
Die kompetente Hilfe

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

Über  
**25**  
Jahre  
Ihr zuverlässiger  
Partner für die Pflege!

**Liebe Leser,**

Ostern steht vor der Tür – die Pandemie zieht sich, ein Impfstoff macht Mucken und man fragt sich: Wann werden wir wieder in unserem gewohnten Alltag leben können? Das Team vom Image-Magazin möchte Ihnen aber auch in der vorliegenden Ausgabe, unter anderem mit schönen Osterseiten und vielen interessanten Beiträgen, Mut und Zuversicht mitgeben. Wir sind auf dem Weg – auch wenn dieser noch dauern wird! Brandaktuell, das erste Mal in dieser Ausgabe, ist unser neuer Stellenmarkt und schon jetzt gut angenommen! Lesen Sie im Magazin über die besten Weine, die Sie zu Ostern mit einem leckeren Essen genießen können. Eine Anwaltskanzlei aus Sprockhövel berichtet über das Thema „Arbeitsrecht“ in dieser Ausgabe. Sprechen Sie jetzt den Handwerker Ihres Vertrauens an, um an Ihrem Heim die nötigen Reparaturen ausführen zu lassen. Der SC Obersprockhövel blickt auf sein 100-jähriges Bestehen. Zu Ostern oder danach sollte man sich immer den Reifenwechsel seines Autos vormerken, bevor man feststellt, dass man im Sommer noch mit den Winterreifen herumfährt. Elektroautos sind auf dem Vormarsch, hier erhalten Sie zurzeit sehr gute Konditionen bei Ihrem Händler. An dieser Stelle wünscht Ihnen die Redaktion schöne Ostertage, hoffentlich mit Sonnenschein und den Kindern viele bunte Ostereier!

Ihr Image-Team – **Monika Kathagen**

## Zweimal Impfzentrum bitte!

Wer in Sprockhövel über 80 Jahre alt ist, nicht selbst Auto fährt und keine Kinder oder Enkel zur Begleitung hat, kommt nicht so einfach zum Impfzentrum. Hier kommt dann der ehrenamtliche Fahrdienst zum Einsatz. Bereits im Januar hatte Bürgermeisterin Sabine Noll zur Mithilfe beim Aufbau eines solchen Dienstes aufgerufen. Die Bereitschaft zur Hilfe war und ist groß in Sprockhövel. Viele private Helfer, aber auch Kirchengemeinden, Caritasverband, die Vereine „sunshine for kids“, die Flüchtlingshilfe, die Bürgergemeinschaft Herzkamp und die Dausend-Stiftung haben ihre volle Unterstützung zugesagt. Inzwischen ist der Fahrdienst gut angelaufen, natürlich unter strengen Hygieneauflagen. Das Engagement der Ehrenamtlichen kommt gut an bei den impfwilligen Seniorinnen und Senioren, die voll des Lobes sind, so z.B. das Ehepaar Halfmeier. Sie waren von dem Service sehr begeistert und fühlten sich mit dem vermittelten Fahrer rundum sicher und gut aufgehoben.

Auch bei anderen Herausforderungen im Zusammenhang mit dem Impfen konnte das Seniorenbüro unterstützen. Viele Impfberechtigte sind überfordert mit dem Anmeldesystem und den oft erfolglosen Anrufen zur Terminvergabe. Gutes Zureden oder das Angebot, dass sich das Seniorenbüro ebenfalls um verfügbare Termine kümmert, gab vielen Senior\*innen neue Hoffnung auf eine baldige Impfung. Die Mitarbeiterinnen des Seniorenbüros stehen auch weiterhin hilfreich zur Verfügung, nicht nur bei Impffragen.

## Neue Bürger\*innensprechstunde

Die **Gleichstellungsbeauftragte** der Stadt, Maren van Norden, bietet ab sofort montags von 14.00 - 15.30 eine offene Bürger\*innensprechstunde an, die auf Grund der Coronaschutzmaßnahmen zunächst telefonisch stattfinden wird.

### Sie erreichen Frau van Norden unter 02339/917-382.

Bürger\*innen der Stadt Sprockhövel haben hier die Möglichkeit, vertraulich Fragen, Anliegen und Anregungen bezüglich gleichstellungsrelevanter Themen zu äußern.

Die Gleichstellungsbeauftragte kann als Schnittstelle zwischen Bürger\*innen und Beratungsstellen bzw. sozialen Einrichtungen fungieren, stellt Infomaterial zur Verfügung und leitet Sie, auf Wunsch, gerne an andere Institutionen weiter. Themen können hier z.B. Trennung/Scheidung, oder die Vereinbarkeit von Familie/Pflege und Beruf sein. Melden Sie sich gerne auch, wenn Sie sich in einer Konfliktsituation befinden und nicht wissen, wer der\*die richtige Ansprechpartner\*in sein könnte, wenn sie sich aufgrund ihres Geschlechts diskriminiert fühlen, oder Diskriminierung beobachten und wenn Sie Anregungen und Wünsche, bezüglich der Gleichstellung von Mann und Frau, in der Infrastruktur und im Stadtbild von Sprockhövel haben.

Über die Bürger\*innensprechstunde hinaus, ist die Gleichstellungsbeauftragte per Mail unter [van-norden@sprockhoevel.de](mailto:van-norden@sprockhoevel.de) und bei wichtigen Anliegen auch telefonisch erreichbar. In Fällen von körperlicher oder sexueller Gewalterfahrung, wenden Sie sich an die Frauenberatung. EN: 02336 – 475 91 52, das Autonome Frauenhaus. EN: 02339 – 6292, oder das bundesweite Hilfetel: 08000 116 016.

## Alte Gasleitung wird erneuert

Generationswechsel bei der Gasleitung. Rund 600 Meter Leitung in der Mittelstraße stammen aus dem Beginn der Gasversorgung. Die AVU Netz tauscht das Teilstück aus dem Jahr 1930 aus, das zuverlässig und sicher Haushalte und Unternehmen im Bereich Schmiedestraße mit Erdgas versorgt hat. Die Trasse verläuft in Richtung Haßlinghausen zwischen Quellenburgstraße bis hinter den Kreisverkehr. Der Verkehr wird mit einer Baustellen-Ampel geregelt. Gleichzeitung mit der Gasleitung werden Strom und Wasserversorgung erneuert. Die Bauarbeiten dauern voraussichtlich bis Anfang August 2021. Ausführendes Bauunternehmen ist die Firma Diedrich (Gevelsberg). Staus und Verkehrsbeeinträchtigungen werden sich nicht immer vermeiden lassen. Die AVU Netz bittet Anwohner und Verkehrsteilnehmer um Verständnis.

## Rotbuche am Rathausplatz gefällt

Die Rotbuche auf dem Grünstreifen zwischen Rathaus und dem Parkplatz von REWE und Aldi musste gefällt werden. Sie zeigte bereits in den letzten Jahren verstärkte Schäden im Bereich der Rinde sowie der Baumkrone. Diese entstanden durch die massive Sonneneinstrahlung und Trockenheit der letzten Jahre. Der zum Teil stark ausgeprägte Sonnenbrand an Stamm und Ästen zeigte sich in Form von Rindenverlusten. Um die Standsicherheit des Baumes vorläufig zu erhalten, wurde bereits im Winterhalbjahr 2018/2019 im Kronenbereich der Buche ein Entlastungsschnitt durchgeführt.

Eine aktuelle Untersuchung des Baumes, welche dessen Stand- und Bruchsicherheit mit Hilfe von Bohrwiderstandsmessungen ermittelte, kam zu dem Ergebnis, dass die Verkehrssicherheit des Baumes nicht mehr gegeben ist und dieser entfernt werden musste.

## Haar & Beauty Zauber – Neustart mit gewissem Extra

Geschäftsinhaberin Ute Berg und ihr Team freuen sich sehr, dass sie seit dem 1. März wieder für ihre Kunden da sein dürfen. Die vergangenen zweieinhalb Monate sind auch an ihr und den Mitarbeitern nicht spurlos vorbei gegangen. „Man musste schon ordentlich jonglieren“, so die Chefin, „da den Angestellten zumal ja auch das Trinkgeld fehlte.“ Ute Berg hat ihren Salon in Hattingen-Holthausen vor 24 Jahren eröffnet. Sie ist mit Leib und Seele Friseurin mit Meistertitel. Zusätzlich bietet sie auch verschiedenste Kosmetikbehandlungen in ihrem Salon an, hochwertige Kosmetikartikel sowie die Naturkosmetikserie Pharmos.



Neu im Team: Linda Kuhlmann

Ein Gläschen Prosecco sowie kleine Geschenkartikel sind bei den Kunden sehr beliebt.

### Was passt perfekter zusammen als Haare und Beauty – super Kombination mit Wohlfühlfaktor!

Viele schöne Kombiangebote können wieder gebucht werden. Zurzeit sind sie und ihr Team sechs Tage in der Woche von früh bis spät in den Abend für die Kunden da, der Nachholbedarf ist groß.

Unter den momentan bestehenden Bestimmungen können nur weniger Kunden zusammen bedient werden. „Aber das ist alles besser, als geschlossen zu haben“, so die Chefin.

Neben den unterschiedlichsten Haarbehandlungen und Schnitten ist der Salon zertifiziert worden für den Callegraphy Haarschnitt. Dieser zeichnet sich durch eine neue Schneidetechnik aus, schafft mehr Volumen für feines Haar, das Haar glänzt mehr und hat einen super Fall. Ute Berg ist froh, nach dieser langen Zeit wieder für ihr Wohlbefinden ihrer Kunden sorgen zu können.

Für die Sicherheit der Kunden ist bestens gesorgt. Neben den allgemeinen Hygieneregeln sind Plexiglasscheiben zur Abtrennung zum nächsten Kunden sowie vier Hepa-Hochleistungsfilter neu angeschafft worden.

Wer warten muss, kann in einem überdachten Loungebereich vor dem Geschäft Platz nehmen.

Buchen Sie Ihren Termin im Haar & Beauty Zauber und lassen Sie sich verwöhnen!



Stadtarchiv Sprockhövel  
Sprechzeiten nach Vereinbarung

### Stadtarchivarin Marlene Klutzny kümmert sich um das Gedächtnis der Stadt

Die 22-jährige Fachangestellte für Medien und Informationsdienste mit dem Schwerpunkt Archiv ist für das Stadtarchiv Sprockhövel zuständig. Sie ist die Nachfolgerin von Karin Hockamp.

Auch im Lockdown ist Marlene Klutzny an ihrem Arbeitsplatz. Sprockhövels Stadtarchiv ist in Hattingen in der Raudendahlstraße untergebracht. Am gleichen Ort befindet sich auch das Hattinger Stadtarchiv. Foto: Pielorz

**Wer sich auf Spurensuche in die Sprockhöveler Geschichte begeben möchte, der kommt an Marlene Klutzny nicht vorbei. Mit gerade einmal 22 Jahren ist die geborene Herdeckerin ausgebildete Stadtarchivarin.**

„Der Job macht mir Freude und kommt meinen persönlichen Fähigkeiten entgegen“, sagt sie. Schon in der Schulzeit habe sie ein Interesse an Geschichte gehabt. Strukturiertes Ordnen liegt ihr. Beides Voraussetzungen für ei-

ne gute Archivarbeit. „Ein Stadtarchiv ist das Gedächtnis einer Stadt. Hier finden sich städtische Unterlagen, aber auch private Nachlässe oder der Schriftverkehr von Vereinen oder Verbänden. Das, was die Historie einer

Stadt ausmacht und ihre Entwicklung beschreibt, bekommt hier seinen Platz. Die Stadtarchivarin trifft bei manchen Unterlagen die Entscheidung darüber, ob sie archiviert werden sollten oder nicht“, erzählt sie. Ein Schwerpunkt ihrer

Arbeit ist derzeit die Digitalisierung. Lange Buchreihen könnten in Zukunft irgendwann Vergangenheit sein. „Der Aufbau eines digitalen Langzeitarchivs ist eine große und zeitfüllende Aufgabe. Viele Verwaltungen, auch Sprockhövel, sind dabei, auf die E-Akte umzustellen und diese landet dann irgendwann im Stadtarchiv.“

Neben dem Schriftverkehr gibt es aber noch andere Archivmaterialien. „Beispielsweise Fotos, Plakate, eben alles, was die Stadt und das Leben darin abbildet.“ Dazu gehören die Stadtpersönlichkeiten, aber auch Unterlagen von Bürgerinitiativen. „Meine Arbeit ist eine Brücke zwischen Vergangenheit und Zukunft“, sagt sie. Bald steht ein Jubiläum bei der Freiwilligen Feuerwehr ins Haus. Da wird man auf das Stadtarchiv und die Archivarin zurückgreifen. Und die muss natürlich das Gewünschte auch finden. Ordnung ist hier mehr als das halbe Leben. Oder wie der Hattinger Kollege Thomas Weiß sagte, mit dem sie Tür an Tür sitzt: „Wenn man in seinem Archiv nichts wiederfindet, dann hat man kein Archiv, sondern eine Müllhalde.“ anja

## Digitalisierung schreitet voran

Es konnten 129 Notebooks zum Jahresende 2020 aus dem Sofortausstattungsprogramm für bedürftige Schülerinnen und Schüler und 81 Notebooks für Lehrkräfte an den Schulen der Stadt beschafft werden. Alle Klassenräume in allen Grundschulen und in der Mathilde-Anne-Schule wurden mit den Fördermitteln aus dem Digitalpakt Schule im vergangenen Jahr mit WLAN ausgestattet. Aus diesem Förderprogramm wurden auch Beamer, Fernseher, Dockingstations und Konferenzkameras angeschafft. Weiterhin wurden Tablets und Notebooks als mobile Endgeräte für die Schulen im Umfang von rund 54.000 Euro zur Verfügung gestellt.

### Erfolgreicher Abruf eines Fördervolumens von insgesamt rund 382.000 Euro von Mitteln verschiedener Förderprogramme des Landes NRW

„Das ist ein wichtiger Schritt für die Digitalisierung der Schulbildung in Sprockhövel“, freut sich Bürgermeisterin Sabine Noll. „Insbesondere im Kontext der Corona-Pandemie, aber auch darüber hinaus, zeigt sich immer wieder, welch einen hohen Stellenwert dies für die Zukunftsfähigkeit unserer Schulen hat. Die Ausstattung mit neuen digitalen Endgeräten und WLAN in allen Klassenräumen ist ein wichtiges Signal sowohl für unsere Schülerinnen und Schüler als auch für unsere Lehrkräfte.“ Die Bürgermeisterin sowie Geschäftsbereichsleiterin Evelyn Müller sind sich einig, dass dieser Prozess dringend weiter fortgesetzt werden muss.

## Öffnung der Sportstätten

Ab sofort dürfen die Sportanlagen gemäß der aktuellen Coronaschutzverordnung vom 8.3.21 wieder öffnen. Demnach ist kontaktloser Sport auf Sportanlagen unter freiem Himmel nun wieder zulässig für:

- Bis zu fünf Personen aus höchstens zwei verschiedenen Haushalten oder ausschließlich Personen des eigenen Haushalts
  - Die Ausbildung im Einzelunterricht
  - Gruppen von bis zu 20 Kindern bis zum Alter von einschließlich 14 Jahren zzgl. höchstens zwei Ausbildungs- oder Aufsichtspersonen
- Bis 13 Uhr sind die Sportanlagen jeweils dem Schulsport vorbehalten. Im Anschluss sind diese sowohl für Privatpersonen als auch für Vereine nutzbar. Nach wie vor müssen Vereine ein entsprechendes Hygienekonzept vorlegen. Bürgermeisterin Sabine Noll begrüßt die Öffnung der Sportplätze ausdrücklich: „Unsere Stadt verfügt über ein reges Vereinsleben, insbesondere auch im Sport, und es ist sehr erfreulich, dass dieses nun wieder ‚auf dem Platz‘ gelebt werden kann.“

## Rentenstelle bis 6.4. geschlossen

In rentenversicherungsrechtlichen Angelegenheiten können sich Versicherte telefonisch an die Service-Hotline der Deutschen Rentenversicherung (0800 10004800), deren Auskunfts- und Beratungsstellen, bspw. in Bochum (0800 3007001), in Hagen (02331 34790) oder Wuppertal (0202 459501), sowie an den Versichertenberater der Deutschen Rentenversicherung Bund, Bernd Marsch (02339 911411), wenden.

## Grüne setzen Akzente im Rat

### Mittel für den Busbahnhof

Zusammen hat die Ratsmehrheit von CDU und Grünen erfolgreich beantragt, in die kommenden Haushalte Mittel für den durch das Personenbeförderungsgesetz des Bundes notwendig gewordenen Umbau des Busbahnhofs Niedersprockhövel bereitzustellen. Somit können laut Thomas Schmitz, Fraktionsvorsitzender der Grünen, die Planungen, die einen barrierefreien Busbahnhof als Ziel haben und nach 2018 nicht mehr weiterverfolgt wurden, wieder aufgenommen werden. Zusätzlich macht er deutlich: „Das Gesetz verlangt von uns, bis zum 1. Januar 2022 Barrierefreiheit an dem Busbahnhof sicherzustellen. Wir haben also keine Zeit zu verlieren.“ Den Vorschlag der SPD, im

## Jubiläumsfeier 50 Jahre Stadt Sprockhövel - geht das denn?

**Im letzten Jahr hätte es eine richtige Sause für alle Sprockhöveler und ihre Gäste werden sollen. Die Corona-Pandemie hat das verhindert und ob es in diesem Jahr klappt, steht auch noch in den Sternen. Wenn nicht, dann gibt es nichts mehr zum Jubeln.**

Alle hatten sich viel einfallen lassen: für die Stadt Sprockhövel kümmerte sich Oliver Tollnick um die Festplanungen. Gemeinsam mit Lutz Heuser vom Stadtmarketing wurden Ideen geboren und viele Vereine und Einzelpersonen ins Boot geholt, damit es für alle ein tolles Fest werden sollte. Höhepunkt sollten die Feiertage auf dem Gelände des IG Metall Bildungszentrums sein. Schnee von gestern - denn aufgrund der Corona-Pandemie wurde alles auf Eis gelegt in der Hoffnung, im Sommer 2021 unter dem Motto „50plus1“ durchstarten zu können. Sicher ist das aber jetzt noch lange nicht.

Etwas deprimiert ist Oliver Tollnick von der Stadt Sprockhövel schon. Immerhin plant er schon seit Monaten immer an der gleichen Sache herum und weiß bis heute nicht, ob auch die aktuellen Planungen im Papierkorb landen. „Wir hatten echt viele Ideen, aber die Luft ist schon etwas raus“, gibt er auch zu. Es sei halt nicht so einfach, über einen langen Zeitraum ohne Perspektive immer wieder neu in die Planungen zu gehen. Gemeint ist das Sprockhöveler Stadtjubiläum. Jetzt soll es vom 13. bis 15. August rund um das Rathaus stattfinden. Zumindest ist das der Schwerpunkt. Davor und danach gibt es auch noch Veranstaltungen, wenn es denn überhaupt aufgrund der Corona-Pandemie und den Schutzvorkehrungen Veranstaltungen geben kann. Oliver Tollnick macht eines deutlich: „Wenn wir in diesem Sommer das Jubiläum nicht feiern können, dann wird es gar nicht mehr stattfinden. Eine nochmalige Verschiebung auf 2022 werden wir nicht machen. Und wir werden es auch nicht mit Einschränkungen in der Zu-



Mit diesem Logo, ermittelt durch einen Wettbewerb, sollten Busse beklebt werden und viele andere Aktivitäten sollten auf das goldene Jubiläum hinweisen. Foto: Pielorz

schauerzahl feiern. Wie soll das gehen? Ein Stadtjubiläum ist etwas für alle Einwohner. Da kann man nicht einfach aussortieren - Du kannst kommen und Du nicht.“

Ganz die Hoffnung aufgegeben hat er nicht, tatsächlich feiern zu können. „Eigentlich soll es am 12. Juni ein Fußballfest mit der Schalcker Traditions Mannschaft geben. Ob das klappen wird, muss man abwarten. Aber für August hoffe ich doch stark auf Feiernmöglichkeiten, weil wir dann mit der Impfung hoffentlich schon weit gekommen sind.“ Geplant jedenfalls ist eine Kirmes aus dem Parkplatz vor dem Rathaus, eine Gastromeile auf dem Parkplatz hinter dem Rathaus und ein Bühnenspektakel auf dem Parkplatz

vor der Gesamtschule. „Alle Künstler, die beim letzten Mal dabei sein sollten, sind noch an Bord. Am Freitag haben wir Kinderspaß und einen DJ, am Samstag spielen einige Bands und am Sonntag gibt es einen Frühschoppen mit dem Musikzug der Feuerwehr“, berichtet Oliver Tollnick. Ebenfalls im August steht noch ein Singfest „über den Dächern von Sprockhövel“ mit dem Musikzug der Feuerwehr auf dem Programm. Und im November soll noch einmal gesungen werden, dann aber in der Glückaufhalle und unter Beteiligung vom VfL Gennebreck. Wenn es geht...

„Selbstverständlich gibt es auch die limitierten Gold- und Silbermünzen zum Stadtjubiläum in Kooperation mit der Sparkasse. Und es gibt den Jubiläumsgin von Habel und es wird wohl auch das Jubiläumsbier Wiegebräu geben und das wahrscheinlich unabhängig davon, ob wir das Jubiläum tatsächlich feiern können oder nicht. Aber das Entscheidende ist doch, ob alle am letzten Ferienwochenende der Sommerferien dabei sein können, die dabei sein wollen.“ Und weil das eben alles überhaupt nicht klar ist, laufen die Planungen mit angezogener Handbremse. Das gilt übrigens auch für die anderen Veranstaltungen wie „Nachtschlag“ oder „Stadtfest Niedersprockhövel“. anja

Bei uns finden Sie alles, was Sie für Ihr Oster-Menü benötigen!

Wir wünschen unseren Kunden ein frohes Osterfest

REWE  
Lenk  
Besser einkaufen. Seit 1963.

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel

Haushalt zusätzlich zu den Mitteln für die Investitionen noch 50000 Euro für eine möglichst umfassende Bürgerbeteiligung zu verankern, wurde in den Beschluss übernommen.

### Leasing-Räder für städtische Mitarbeiter

Britta Altenhein, verkehrspolitische Sprecherin der Grünen, zu dem Antrag ihrer Partei: „Die Stadt sollte die Mitarbeiter in ihrem Wunsch unterstützen, das hat auch etwas mit der Attraktivität der Stadtverwaltung als Arbeitgeber zu tun.“ Die Bürgermeisterin Sabine Noll hat zugesichert, dass die Verwaltung ein Konzept erarbeiten werde, um Mitarbeitern die Leasing-Option schnellstmöglich zu Verfügung zu stellen.

### Mobilitätskonzept

Durch einen weiteren Antrag der Grünen war auch die lokale Verkehrswende ein Thema. Mithilfe eines Mobilitätskonzeptes soll der Verkehr in Sprockhövel nachhaltiger gestaltet und besser koordiniert werden. Nach Diskussionen stimmte dem Antrag eine Mehrheit im Rat zu. „Wir sind überzeugt davon, dass es in Sprockhövel im Bereich des Verkehrs viele Potentiale für Nachhaltigkeit gibt, die noch ungenutzt sind“, zeigt sich der Fraktionsvorsitzende Schmitz erfreut. „Wir müssen beispielsweise mehr für die Radfahrer tun und dafür wird das heute beschlossene Mobilitätskonzept die Grundlage bilden.“

### Anfrage zur Abholzung

Am 2. Februar gab die Stadtverwaltung bekannt, dass es unter anderem aufgrund der Folgen des Klimawandels „deutliche Schäden am jeweiligen Baumbestand“ in städtischen Waldgebieten an der Hidinghausener Straße sowie der Löhener Egge gäbe und diese Bäume aufgrund der Verkehrssicherung gefällt werden müssten. Dazu haben die Grünen an die Stadtverwaltung eine Anfrage gerichtet, um zu klären, ob die Fällungen im vollen Umfang notwendig seien und ob es für eine Wiederaufforstung mögliche Fördermittel gäbe. Der Fraktionsvorsitzenden Thomas Schmitz spricht von der „immensen Wichtigkeit“, zukünftig „den grünen Charakter Sprockhövels“ zu bewahren und besonders klimafolgenresistente Bäume zu pflanzen.

**BRÜCKNER**  
IMMOBILIEN  
VERWALTUNG · VERMITTLUNG · VERKAUF

Wir wünschen unseren Kunden ein schönes Osterfest!

Bruchstraße 45 · 45525 Hattingen  
☎ 02324/53767

## Vier typische Osterbräuche

### Die Ostersemmel backen

Die Ostersemmel (oder auch Osterzopf genannt) wird aus einem Hefeteig geflochten und symbolisiert die heilige Dreifaltigkeit. Im Spreewald beispielsweise ist die Semmel ca. 50 cm lang und 20 cm breit. Sie soll ein Palmenblatt darstellen. Traditionell gehen die Kinder am Ostersonntag oder Ostermontag zu ihren Paten und holen sich ihre Geschenke ab. Das waren zum einen die Ostersemmel, Ostereier, Pfefferkuchen und eine kleine Brezel. Ein nach wie vor beliebter Brauch in Deutschland, der in verschiedenen Variationen zelebriert wird.

Quelle: stadtländflair.de

**Modestudio**  
Silke Mikoleit

Meinen Kunden wünsche ich ein schönes Osterfest!

**Modestudio - Silke Mikoleit**  
Hauptstr. 57 · 45549 Sprockhövel  
☎ 02324 71207

**SPD**

Wir wünschen allen Mitbürgern ein frohes Osterfest!  
Bleiben Sie gesund!

### Das Osterrad rollen lassen

Vor allem in den ländlichen Gefilden wird am Ostersonntag eine besonders wichtige Tradition zelebriert. Es wird das Osterrad angezündet und vom Hügel oder Berg gerollt. Diesen Brauch gibt es seit über 2.000 Jahren. Es ist ein mit Stroh ausgeschmücktes Holzrad. Kippt das brennende Rad um, bedeutet dies eine schlechte Ernte für die Bauern. Rollt es gerade herunter, kann man mit einer guten Ernte rechnen.

Quelle: stadtländflair.de

**Reiseservice**  
Gabriela Bierwirth

Ich wünsche allen meinen lieben Kunden ein frohes Osterfest. Kommen Sie gut durch die Feiertage und genießen Sie die kleine Pause vom Alltag.

[gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de](mailto:gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de)  
[www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de](http://www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de)

Goethestraße 29  
45549 Sprockhövel  
Mobil: 0173 8911748

## Schnee, verfrühtes Frühjahrserwachen und Osterwasser

Ehe am 4. April das Osterfest eingeläutet wird, werde ich die Überraschungen der vergangenen drei Monate Revue passieren lassen, in denen trotz der wiederholten Coronamaßnahmen manches anders war als im letzten Jahr.

Der 17. Januar wirbelte dicke Schneeflocken auf die Hausdächer, kleidete die Bäume und Sträucher weiß ein, versteckte die Autos unter einer duftigen Schicht. Schnell schippten die Hauseigentümer die Gehwege frei, bestreuten die glattgewalzten Flächen, damit auch niemand zu Fall käme. Der Winter zog ein.

Kinder formten Schneebälle, rutschten auf Plastikschlitten die Abhänge hinunter. Doch der erste Wintertag verabschiedete sich bereits am Abend mit dicken Regentropfen, die der aufkommende Wind gegen die Fensterscheiben trommelte. Drei Tage später, am 20. Januar, zauberte die Vormittagssonne einen Hauch von Frühlingsahnung in die klare Luft. Nein, kein „Frühlingserwachen“, Wedekind hielt sich zurück.

Es war noch Januar. Wir wissen, dass der Februar meist ein bitterkalter Monat war, so auch dieser. Er brachte am Montag, dem 8., plötzlich Eisregen und Schnee, viel Schnee, verursachte zuerst ein Verkehrschaos, hüllte dann die Welt in erstarrte Stille ein. Aber am 16. Februar kündigte die frühe Rückkehr eines laut rufenden Kranichzuges den Frühling

an. Schneereste schmolzen dahin, Gartenstühle wurden in die Sonne gestellt. Es war noch Februar, der März wartete noch, um am 20. den Frühlingsanfang kalendarisch zu dokumentieren. Von nun an dürfen keine Bäume gefällt werden, um den Vögeln Schutz zum Nisten zu gewähren. Eigentlich lassen im März die ersten Motorradfahrer ihr Freiheitsgefühl knattern, doch in diesem Jahr war auch das bereits in den Februar vorverlegt. Und ob auch der Bauer erst im März seine Rösslein anspannt, ist fraglich, der Traktor wird wohl eher mobil gemacht werden.

Wenn ich nun den April mit seinem Osterfest heraufrufe, denke ich an den in unserer Familie überlieferten Brauch des Osterwassers. Drei Dinge müssen beachtet werden: Vor Sonnenaufgang - schweigend - ein fließendes Gewässer. Sind wir in Sprockhövel, stehen wir in der Dunkelheit auf, laufen schweigend zum plätschernden Bach, leuchten mit der Taschenlampe, um durch das Gestrüpp eine Stelle zu finden, von der aus wir eine Flasche mit frischem Wasser füllen können. Auf dem Rückweg erhellt die aufgehende Sonne zögernd den Himmel. Immer noch schweigend erreichen wir unser Haus, stellen die Wasserflasche ab und wün-

schen uns ein frohes gesegnetes Osterfest. Dieser vielleicht heidnische Brauch verspricht ein gesundes Jahr. Doch nicht überall fließt ein Bach in der Nähe, nicht immer schickt der Wettergott Sonnenstrahlen zum Osterfest. So auch am 1. April 2018.

Erwarten Sie aber jetzt bitte keinen Aprilscherz. Wir waren bei unseren Kindern in Rostock. Es hatte seit Tagen heftig geschneit, unmöglich zur Warne oder zur Ostsee zu fahren, um Osterwasser zu holen. Was tun? Man muss sich nur zu helfen wissen. Meine Tochter, tief verummelt, tippete mich in aller Frühe auf die Schulter, gab mir schweigend ein Zeichen, sie vor die Haustür zu begleiten. Dort löffelten wir in einen großen Kochtopf den frisch gefallenen Schnee. Bevor wir alle um den Frühstückstisch saßen, der mit Narzissen und grün (Spinat), braun (Zwiebelschalen) und rot (rote Beete) gefärbten Ostereiern geschmückt war, hatten wir den geschmolzenen Schnee in Schraubgläser gefüllt, um einem gesunden Jahr entgegenzusehen. Vielleicht schöpfen auch Sie in diesem Jahr am 4. April schweigend vor Sonnenaufgang Osterwasser aus einem fließenden Bach? Fröhliche Ostern!

Barbara Hoth-Blattmann

### Das Osterwasser holen

Ein besonders schöner Osterbrauch, der vor allem bei den Sorben im Spreewald noch heute zelebriert wird, ist das Osterwasser. Man sagt dem Osterwasser heilende Kräfte nach. Es wird in der Nacht zum Ostersonntag in einem Tonkrug aus einer Quelle aus östlicher Richtung von den Mädchen geholt. Auf dem Hin- und Rückweg darf nicht gesprochen werden. Andernfalls verliert das Wasser seine Wirkung. Dem Brauch nach wird mit dem Osterwasser das Vieh besprenkelt, damit es gesund bleibt. Aber auch die jungen Mädchen waschen sich mit dem Wasser. Das verleiht Schönheit und Frische. Wohl weiter verbreitet ist heutzutage in Deutschland aber der Genuss eines kleinen Osterwassers zum Essen. Damit ist in der Regel ein kleiner Schnaps gemeint.

Quelle: stadtländflair.de

**cut'n colour**  
ihr friseur!

Nur mit Terminvereinbarung!

cut'n colour inhaber rolf bähner  
hauptstraße 15  
45549 sprockhövel ☎ 02324/73097

dienstag-freitag 9.00-18.00 uhr  
samstag 8.00-13.00 uhr

Wir wünschen Ihnen und Ihrer Familie frohe Ostern!

### Ostereier und Osterhasen suchen

Wir alle haben es als Kind geliebt, das Auspusten und Bemalen von Eiern. Traditionell werden die Eier dann im Garten versteckt und gesucht. Oft gibt es die eine oder andere Süßigkeit in Form eines Hasens dazu. Wusstet ihr, dass es den Osterhasen bereits seit 300 Jahren gibt? Oder dass sich die Chinesen bereits vor etwa 5.000 Jahren bemalte Eier zum Frühlingsanfang schenkten? Ganz schön alt, diese Traditionen und Bräuche. Sowohl der Hase als auch die Eier gelten in unseren Breiten als Symbol der Fruchtbarkeit und des erwachenden Lebens (bzw. der Auferstehung).

Quelle: stadtländflair.de

**Ihr Absatzjäger**

Uwe Bodschwinn

Ich wünsche meinen Kunden ein schönes Osterfest!

**Schuhreparaturen Schlüssel - Schilder**  
Hauptstr. 23 · 45549 Sprockhövel · ☎ 02324/71421  
Mo.-Fr. 9 - 18 Uhr, Sa. 9 - 13 Uhr, Mi. geschlossen

**CDU**

Wir bedanken uns bei allen Sprockhövelern für ihr unermüdetes Engagement und wünschen ein frohes Osterfest!

**Mode pro te**  
DAMEN UND HERREN

Damen- und Herrenmode

Ich wünsche meinen Kunden ein schönes Osterfest!

Mode pro te Annette Müller  
Hauptstr. 31 · 45549 Sprockhövel  
Telefon: 02324-9027229

**Wenn's um Kaffee geht**

**Lulus Coffee Factory**  
Ihr Kaffeehändler in Sprockhövel  
Hauptstraße 42 • 45549 Sprockhövel  
☎ 02324 3443707  
[www.luluscoffeeactory.de](http://www.luluscoffeeactory.de)  
„Corona Öffnungszeiten“:  
Mo. 10-15 Uhr, Di. Ruhetag, Mi.-Fr. 10-15 Uhr, Sa. 10-13 Uhr, So. Ruhetag

**Espresso Becker**  
Wir leben Kaffee  
Verkauf und Reparatur  
von Espressomaschinen und Zubehör  
Zum Ludwigstal 3a • 45527 Hattingen  
☎ 02324/594383 • Mo.-Fr. 9-18 Uhr

**Alte Kastanie muss erneut eingekürzt werden**

Augenscheinlich hat die alte Kastanie auf Höhe der Hauptstraße Nr. 37 den Verhältnissen entsprechend gut wieder ausgetrieben. Doch die Fäule im verbliebenen ca. 6 Meter hohen Stamm setzt sich unaufhaltsam fort. Der Baumstamm, der sich in ca. 3 Metern Höhe erstmalig teilt, ist besonders straßenseitig von einer schweren Fäule betroffen. Die nach der Entfernung der Baumkrone verbliebenen Einzelstammteile oberhalb dieser Vergabelung wurden zum damaligen Zeitpunkt durch eine feste Stammschraube in Form von Metallstangen gegeneinander gesichert, um einen Abbruch zu verhindern.

Anfang Februar fiel einem städtischen Mitarbeiter plötzlich ein Riss auf der Vorderseite des Baumstammes auf. Der daraufhin benachrichtigte städtische Bauhof stellte wenige Minuten später mit Hilfe eines Steigers fest, dass sich auf der Gehwegseite des Stammes durch Fäule ein großes Holzstück gelöst hatte und auf den Gehweg zu stürzen drohte. Daraufhin wurden die losen Holzbereiche kontrolliert zu Fall gebracht und damit eine mögliche Gefährdung von Passanten für den Moment behoben. Danach wurde der Stamm eingehend in Augenschein genommen. Hierbei bestätigte sich das, was sich während der Entfernung des

losen Holzes bereits angedeutet hatte. Die ehemals eingebauten Halterungen haben sich zum Teil gelöst. Auch die mit Trieben versehenen hinteren Stammbereiche weisen große und tief reichende Fäulen auf. Um die an diesem Standort dringende erforderliche Verkehrssicherheit wiederherzustellen, und doch so viel wie möglich des Stammes dabei zu erhalten, wird der Stamm kurzfristig bis knapp oberhalb der bruchgefährdeten Vergabelungen gekürzt, dem Baum bleibt trotzdem noch ein Teil der unteren Austriebe, die er in den letzten Jahren entwickelt hat. Die Verkehrssicherheit ist damit dann wieder hergestellt.



**Freizeitangebote online**

Stöhnen und Ächzen gilt nicht. Da Capo und die Funny Singers e.V. haben keine Angst vor Veränderungen. Anstelle der Chorproben dreht sich ab sofort alles um Online-Freizeitangebote, denn ihnen fehlen besonders die Kontakte zu Gleichaltrigen.

**Einfach drauflosbasteln geht nicht**

Ein erstes Angebot war die Funny BOX mit Bastelangeboten für Kinder zwischen fünf und zehn Jahre. Die Idee: damit die Bastelvorschläge nicht bereits an den notwendigen Utensilien scheitert, schickte der gemeinnützige Verein den Kindern frühzeitig eine kleine Schatzkiste mit dem Bastelmaterial nach Hause. Vorsitzende Frauke Schittek zeigte dann regelmäßig in online-Bastelstunden, wie aus den Materialien schrittweise Grasmännchen, Insekten-Hotels oder sogar selbstgemachte Seifen entstehen. Das gemeinsame Basteln dient jedoch nicht nur dem Zeitvertreib und der Übung von Fingerfertigkeiten: „Es wird viel gequatscht und gelacht und sich gegenseitig gezeigt, was alles Großartiges entstanden ist“, freut sich Frauke Schittek über die zwischenmenschlichen Kontakte, die zumindest online gepflegt werden. Eingebunden werden auf Wunsch auch die Eltern, die so eine gemeinsame Zeit mit ihren Kindern verbringen können – oder einfach mal Zeit für sich haben.

**Jugendliche steigen auf Online-Angebote um**

Zusammen mit dem Vorstand wurden auch neue Ideen geboren, die sich an die jugendlichen Vereinsmitglieder zwischen 12 und 20 Jahren richten. Dank Fördergelder konnten für sie sogar Laptops angeschafft werden. Von zu Hause aus haben sie Möglichkeiten zu Onlinekursen in den Fächern Mathematik, Französisch und Spanisch oder sich auch wöchentlich durch einen Dozenten in Filmschnitt und Bildbearbeitung schulen zu lassen. „Gerne würden wir auch Senioren mit in die Kurse nehmen, um von ihren Lebenserfahrungen zu profitieren“, so Frauke Schittek.

Die Vereinsmitglieder zahlen keine Extra-Gebühren. Für externe Teilnehmer öffnet sich für 25 € im Monat das Angebot oder der Beitritt in den gemeinnützigen Verein. Weitere Pläne, wie die Produktion eines eigenen Musikvideos mit der Unterstützung von Dozenten aus der Film- und Musikszene, liegen schon in der Schublade. Was in der Stadt und im Umfeld der Teens so fehlt und was für sie interessant sein könnte, soll sich in dem Forum „VISIONEN-Stammtisch für Jugendliche“ überlegt werden. Alternativ können Erwachsene sich bei Frauke Schittek Rat und Tat in Fragen der Projektorganisation und Fragen zu Fördermitteln holen (fraukschittek@googlemail.com; www.da-capos.de oder auf facebook unter „Da Capos Projektschmiede“). Der engagierte Vorstand mit Britta Diermann, Frauke Schittek und Sonia Sfragara hat schon jetzt ein gutes Händchen bewiesen, sich schnell auf die neue Situation der Distanzangebote einzustellen. dx

**Bebauungsplan „Im Beisenbruch“**

In dem neu zu schaffenden Wohnbaugebiet soll eine aufgelockerte Wohnbebauung in Form von Einzel- und Doppelhäusern entstehen. Um dem demographischen Wandel Rechnung zu tragen, sind Teile im Plangebiet mit Mehrfamilienhäusern in Form von barrierefreien Wohnungen, z.B. für Senioren, vorgesehen.

Die vorhandene straßenbegleitende Wohnbebauung an der Brinkerstraße und Hölterstraße soll im Wesentlichen im Bestand gesichert werden, zum Teil werden Erweiterungsmöglichkeiten vorgesehen. Die im nördlichen Planbereich vorhandenen Gewerbebetriebe werden in die Planung einbezogen, um Konflikte zu bewältigen. Die Gewerbebetriebe sollen im Bestand gesichert werden, zur Stärkung des Wirtschaftsstandortes Niedersprockhövel werden erforderliche Erweiterungsflächen insbesondere im Hinblick auf ein verträgliches Nebeneinander von Wohnen und Gewerbe berücksichtigt.

Die vorhandene Bebauung entlang der Straßen Beisenbruch und Wuppertaler Straße wird entsprechend des vorhandenen Charakters als Mischgebiet gesichert, ein Gewerbebetrieb an der Ecke Beisenbruch-/Brinkerstraße wird als Gewerbegebiet festgesetzt, hier sind ebenfalls Erweiterungsflächen vorgesehen. Der Bebauungsplan Nr. 73 „Im Beisenbruch“ wird bei der Stadt Sprockhövel im Rathaus, Zimmer Nr. 2.11, Rathausplatz 4 in 45549 Sprockhövel, während der Dienststunden zu jedermanns Einsicht bereitgehalten.

Zur Eindämmung der Ausbreitung des Coronavirus ist der Zugang zum Rathaus in dieser Zeit möglicherweise weiterhin eingeschränkt. Alle Interessierten können dennoch die Planunterlagen im Rathaus einsehen und Auskünfte erhalten. Aus Infektionsschutzgründen sind dabei folgende Maßgaben zu beachten: Eine vorherige Besuchsanmeldung ist erforderlich (telefonisch 02339 / 917-220, per Mail an planen-umwelt@sprockhoevel.de). Zusätzlich sind die Unterlagen auf der Homepage der Stadt Sprockhövel abrufbar unter: [www.sprockhoevel.de/rathaus/planen-umwelt/bebauungsplaene](http://www.sprockhoevel.de/rathaus/planen-umwelt/bebauungsplaene). Alle interessierten Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen, sich während der o.g. Dienststunden über die Planung zu informieren.

**INFO BEBAUUNGSPLAN NR. 73**

„Im Beisenbruch“ liegt innerhalb des Siedlungsschwerpunktes Niedersprockhövels. Die Grenze des Geltungsbereiches wird durch die Hölterstraße im Norden, die Glückauf-Trasse im Osten, die Wuppertaler Straße (L70) im Süden sowie die Brinkerstraße im Westen gebildet.

**STEAKHOUSE ROSE**  
Abhol- und Lieferservice  
**Frohe Ostern!**  
An den Ostertagen (Donnerstag, Karfreitag, Samstag, Ostersonntag und Ostermontag) von 12 bis 20 Uhr verschiedene Ostermenüs (einsehbar unter: [www.steakhouse-rose.de](http://www.steakhouse-rose.de)) zur Abholung und Lieferung.  
Hauptstraße 79 · 45549 Sprockhövel · Telefon: (023 24) 97 16 13  
Coronabedingte Öffnungszeiten:  
Di. – Do. 17.00 – 20.00 Uhr, Fr. – So. 12.00 – 20.00 Uhr

**Siegerin beim Malwettbewerb**

**Emma macht das Rennen**

Die Judo-Abteilung der TSG hat im Februar für die kleineren Judoka einen Malwettbewerb gestartet. Ein festes Thema gab es dabei nicht. Die kleinen Judoka durften sich selber ein Thema aussuchen, was ihnen gefällt oder auch am Herzen lag. Von den eingereichten Bildern konnte das Bild von Emma Ulrich die Jury am meisten überzeugen. Jetzt fand die Preisübergabe coronakonform statt. Die kleine Emma durfte sich über einen Geschenkgutschein vom Zwergenhäuschen freuen. Da wird sich sicherlich etwas Schönes finden...

Zur Zeit läuft für die Judoka bis 12 Jahre eine kleine Fitness-Challenge, bei der es auch etwas zu gewinnen gibt; aber lieber möchten alle wieder auf die vertraute Judomatte.

Bild und Text: Andrea Haarmann



**VARILUX**  
EIN TAG BRAUCHT MEHR ALS EINE BRILLE!  
**MEHR ERLEBEN**  
Jetzt attraktives Varilux Mehrbrillenangebot sichern!  
Egal ob für Mode, Sport & Freizeit, zur Entspannung im multimedialen Alltag oder einfach als Ersatz – für jede Sehsituation gibt es die passende Brille. Sichern Sie sich jetzt beim Kauf einer Brille **attraktive Angebote für jede weitere Zusatzbrille** – z. B. mit Varilux Gleitsichtgläsern, Eyezen für entspanntes Nahsehen oder den intelligenten farblosen Gläsern Crizal Transitions von Essilor. Lassen Sie sich diese sensationellen Angebote nicht entgehen!  
**Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!**  
Nach Rücksprache machen wir auch **Hausbesuche!**  
Hauptstr. 45 · 45549 Sprockhövel  
Telefon 02324/78164  
Augenoptikermeister  
Gunnar Brandes und Pilar Quiles Porta

<b>Delikates Hinterkochschinken</b> 100 g nur <b>2,29 €</b>	<b>Ihr Fleischerfachgeschäft in Sprockhövel</b> <b>FLEISCHEREI GRANEL PARTYSERVICE</b> Hauptstraße 28 45549 Sprockhövel ☎ 02324 73210 <a href="http://www.fleischerei-granel.de">www.fleischerei-granel.de</a>	<b>Für Ihre Osterbestellung: Wild und Geflügel von regionalen Betrieben</b>
<b>Rinderbraten</b> aus der Keule, Nuss oder Unterschale 100 g nur <b>1,39 €</b>		<b>Hausgemachter Lachsschinken</b> mild geräuchert 100 g nur <b>2,79 €</b>
<b>Schweinefilet lang</b> 100 g nur <b>1,69 €</b>	Täglich kleine <b>Leckereien</b> aus der warmen Theke! Donnerstag und Freitag ständig wechselndes <b>Mittags-Menü</b> zum Mitnehmen!	<b>Hausgemachte Wurstbrötchen</b> Stück <b>2,00 €</b>
<b>Schweinefilet Köpfchen</b> 100 g nur <b>1,10 €</b>	<b>Frische Zwiebelmettwurst</b> 100 g nur <b>1,69 €</b>	<b>Jetzt wieder zu Ostern! Schlesische Weiße</b> aus feinstem Kalbfleisch 100 g nur <b>1,45 €</b>

**Blumen Teich**  
INH. SANDRA SCHREINER  
Schöne Osterdeko!  
Blumen für alle Anlässe – Hochzeits- und Trauerfloristik  
**Blühen Sie mit uns auf!**  
Hauptstraße 63 · 45549 Sprockhövel  
☎ 02324 3446004

**Handwerk**  
Ihr Friseurteam Tabea / Schaub

Öffnungszeiten:  
Montag + Dienstag 9 bis 18 Uhr, mittwochs geschlossen,  
Donnerstag 10 bis 19 Uhr, Freitag 9 bis 18 Uhr, Samstag 8 bis 13 Uhr

Mittelstraße 55 | 45549 Sprockhövel | Tel. 0 23 39 / 12 75 300  
E-Mail: kontakt@handwerk-sprockhoevel.de | www.handwerk-sprockhoevel.de

## Lockdown-Zeit effektiv genutzt

**Der Friseursalon Handwerk hat die Zeit im Lockdown für Weiterbildungen und Optimierungen im Ablauf genutzt.**

„Wir haben die Zeit des Lockdowns genutzt, um unsere Arbeitsabläufe mit den aktuellen Hygienebestimmungen zu optimieren“, erzählt Tabea Schaub, Inhaberin des Friseursalons. „Daher erhielten auch unsere Räumlichkeiten ein Facelift.“

Außerdem hat das Team in einigen Webinaren seine Fachkenntnisse im Bereich „Farbtechniken“ gefestigt und Neues dazugelernt. Schließlich gehören ein Face-Framing sowie eine Balayage zu den Farbtrends 2021 dazu.

### Neu und exklusiv beim Friseursalon Handwerk:

K18 Peptide™ ist einzigartig in der Beautyindustrie. Ein bahnbrechendes Molekül, das geschädigte Haarstrukturen tatsächlich nachhaltig repariert und das in nur 4 Minuten. Die patentierte Formulierung ermöglicht chemische Behandlungen, ohne das Haar zu schädigen, sorgt für lebendige Sprungkraft und setzt das Haar in seinen ursprünglichen jugendlichen Zustand zurück – für ein Haar wie neu.



Ob Blondierung oder Farbe, je stärker das Haar geschädigt ist, desto eindrucksvoller sind die Ergebnisse. Das Haar wird dauerhaft „geheilt“ und erhält Kraft, Geschmeidigkeit, Glätte und Elastizität zurück. Doch nicht nur Farbe strapaziert das Haar, auch Hitze, Sonne oder Wasser können das Haar schädigen. Auch verschiedene Umwelteinflüsse leisten ihren Beitrag unser Haar zu belasten. Deshalb kann K18 bei allen Arten von strapaziertem und geschädigtem Haar angewendet werden und bringt es in seinen ursprünglichen Zustand zurück. Und noch ein paar besondere Pluspunkte: Die Produkte sind unter anderem frei von Sulfaten, Paraben, Silikonen und künstlichen Farbstoffen. Sie sind außerdem tierversuchsfrei und vegan. Fangen Sie an, Ihr Haar von innen zu heilen und vereinbaren Sie gerne einen Termin unter: 02339/1275300. Das Team vom Friseursalon Handwerk freut sich auf Sie!



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

## Schüler\*innen nahmen an Quizshow teil Sprockhöveler bei „1, 2 oder 3“

Bei der ZDF-Quizshow „1, 2 oder 3“ ging es rund ums Bike. Ins Studio lud Moderator Elton die mehrfache deutsche Junior-Meisterin im Bahnradfahren Paulina Klimsa ein. Sie erklärte, warum bei der Sportart die Bahnen gebogen sind, und was eine Einerverfolgung ist. Aber warum muss ein Radfahrer im Wettkampf auch langsam fahren können? Oft lernt man schon früh das Fahrradfahren, ob mit Stützrädern oder ohne. Die richtigen Profis kriegen sogar gefährliche Sprünge wie Rückwärtssalto hin, während sie auf dem Rad sitzen. Um diese üben zu können, müssen sie sichergehen, dass ihnen nichts passiert. Aber wie machen sie das? Diese und weitere Fragen wollte Elton von den Kandidat\*innen wissen. Mit dabei waren drei Schüler\*innen der Gemeinschaftsgrundschule Haßlinghausen. Die Sendung ist in der ZDF-Mediathek verfügbar.

Wohlfühlen inmitten der Natur

**physio & mehr**

Wir bedanken uns für Ihre Treue  
und wünschen frohe Ostern!

Therapiezentrum Hermessiepen  
Dipl.-Ök. Marion Siegel  
45549 Sprockhövel  
0 23 39 / 13 80 00  
Fax: 9 24 98 98

# Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung



über  
**55**  
Jahre

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



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

# Ihre Fachanwälte in Sprockhövel



**Hubertus Mayer**  
Notar a.D. und  
Rechtsanwalt



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



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



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



**Tanja Kühn**  
Rechtsanwältin  
Tätigkeitsschwerpunkt:  
Arbeitsrecht  
und Strafrecht



**Tristan Niemann**  
Rechtsanwalt  
Tätigkeitsschwerpunkt:  
Verkehrsrecht und  
Miet- und WEG-Recht



[www.anwaelte-mayer.de](http://www.anwaelte-mayer.de)

## Beständige Herausforderung im neuen Gewand

Die letzte normale Woche unseres Lebens liegt über ein ganzes Kalenderjahr zurück. Das letzte Jahr hat unser gesamtes Leben auf den Kopf gestellt und eine kurzfristige Rückkehr in die Normalität liegt in weiter Ferne.

Die Einschränkungen und Auswirkungen der globalen Corona-Pandemie wirken sich nicht nur auf unser Privatleben aus, sondern spielen auch in unserem Arbeitsleben eine große Rolle.

Die einen sind systemrelevant und arbeiten bis über die persönlichen Grenzen hinaus, die anderen finden sich seit einem Jahr in Kurzarbeit wieder. Aktuell tun sich in der Arbeitswelt weit auseinanderklaffende Extreme auf – auch in juristischer Hinsicht. Vieles muss im Lichte der Pandemie neu bewertet werden. Für vieles gibt es keinen Präzedenzfall oder Erfahrungswerte, auf die man durch vergangene Gerichtsverfahren zurückgreifen kann. Für das deutsche Arbeitsrecht bestehen ohnehin im BGB kaum Regelungen. Es sind neun Paragraphen an der Zahl, die explizit das Arbeitsrecht nennen. Allein das Reisevertragsrecht ist mit 25 Paragraphen umfassender geregelt. Das Arbeitsrecht lebt von der Rechtsfortbildung und von gerichtlichen Entscheidungen.

Diese Entscheidungen werden in einigen Jahren als die Grundsatzentscheidungen zitiert werden, wenn auf ähnlich gelagerte Fälle zurückgegriffen werden muss. Einige dieser Entscheidungen werden sicher-



## Arbeitsrecht

lich bis zum Bundesarbeitsgericht vorgelegt, um sie auf die Rechtmäßigkeit überprüfen zu lassen.

Die Pandemie hat gezeigt, dass sich im Arbeitsrecht neue Schlagworte herausgebildet haben: Es geht um das Homeoffice, Infektionsschutz, Entgeltfortzahlung im Falle einer Infektion, Kurzarbeit und allen voran geht es um Kündigungen.

Die Kündigungswelle rollt über Deutschland. Unternehmen sind gezwungen, Umstrukturierungen vorzunehmen, Stellen abzubauen oder

sind gezwungen, den Weg in die Insolvenz zu gehen. Doch wo sind die Grenzen? Wann ist die Kündigung betriebsbedingt und vor allem: Ab wann hält sie vor einem Arbeitsrichter?

Eine Kündigung in einem Betrieb von mehr als zehn Arbeitnehmern ist niemals uneingeschränkt möglich. Ein Betrieb dieser Größenordnung fällt unter das sog. Kündigungsschutzgesetz. Hiernach darf der Arbeitgeber nur (zumindest ordentlich!) aus drei bestimmten Gründen kündigen: nämlich nur verhaltensbedingt, personenbedingt oder betriebsbedingt.

Das Kündigungsschutzgesetz schützt – wenn es dann anwendbar ist – den Arbeitnehmer umfassend und stellt den Arbeitgeber vor größere Herausforderungen, was einen wirksamen Kündigungsausspruch betrifft. Dies gilt vor allem und gerade aufgrund der aktuellen Pandemie-Lage.  
RA'in Tanja Kühn

## Flüchtlingshilfe trotz Corona aktiv



Ob Sonnenschein oder Schneegestöber: Die Flüchtlingshilfe fährt Hilfsbedürftige zum Impfzentrum nach Ennepetal. Somaie Mohammadi (links) begleitete nicht nur Erika Röllinghoff, sondern später auch ihren Ehemann zum Impfen.

Trotz der inzwischen ein Jahr andauernden Beschränkungen durch die Corona-Pandemie bleibt die Flüchtlingshilfe Sprockhövel aktiv.

Nun leisten Ehrenamtliche auch Unterstützung bei der Fahrt zum Impfzentrum in Ennepetal.

Ehrenamtliche – vor allem Geflüchtete – haben inzwischen hunderte Fahrten für Hilfsbedürftige durchgeführt. Seit März 2020 kaufen sie kontinuierlich jede Woche für Seniorinnen und Senioren in Sprockhövel Lebensmittel ein. Dazu kamen andere Fahrdienste, zum Beispiel zum Arzt. Zusätzlich haben Ehrenamtliche über 500 Masken genäht und an Pflegeeinrichtungen und gemeinnützige Initiativen verschenkt. Nun beteiligt sich die Flüchtlingshilfe auch am vom Seniorenbüro der Stadt Sprockhövel organisierten Fahrdienst zum Impfzentrum in Ennepetal. Interessenten können sich dort melden bei Bärbel Mays, Tel.: 02339/917-356, Mail: baerbel.mays@sprockhoevel.de. Sie steht für eine Vermittlung zur Verfügung. Nachrichten können auch auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden. Die Fahrt zum Impfzentrum dauert wegen einer Baustelle zwischen 45 Minuten und einer Stunde, insgesamt sollten für den Impftermin rund zweieinhalb Stunden eingeplant werden.

Die regulären Angebote der Flüchtlingshilfe laufen wo möglich weiter. Dazu gehören allein 14 Online-Deutschkursstermine pro Woche, individuelle Online-Hausaufgabenhilfe, Kochtreff, Yoga und Spielertreff. Beratungen finden online oder mit Einzelterminvergabe statt. Die Kleiderkammer öffnet aktuell nur noch im Notfall. Nähere Informationen auf der Webseite [www.fluechtlingshilfe-sprockhoevel.de](http://www.fluechtlingshilfe-sprockhoevel.de).



## Homeoffice: Tipps gegen trockene, gereizte Augen

In diesem Winter leiden mehr Menschen als gewöhnlich unter trockenen, schmerzenden oder sogar entzündeten Augen. Der Wechsel von kalter Außen- und trockener Zimmerluft ist purer Stress für das empfindliche Organ. Lange Bildschirmzeiten im Homeoffice, das Tragen von Masken und falschen Sehhilfen verschärfen die Situation noch. Das Kuratorium Gutes Sehen gibt Tipps, worauf jetzt geachtet werden sollte.

Das besondere Problem dieses Winters ist der Mund-Nasen-Schutz: Schließt der obere Rand nicht richtig ab, entweicht hier die Luft. Das lässt Brillengläser beschlagen und reizt die Augen zusätzlich. So wird in Fachkreisen bereits die Möglichkeit eines masken-assoziierten trockenen Auges (MATA) diskutiert.

Noch weiter verbreitet ist das sogenannte Trockene Auge (Dry Eye Syndrome). Allein in Deutschland sind rund 15 Millionen Menschen betroffen. Als Ursache gilt u. a. das steigende Durchschnittsalter, das Einfluss auf die Menge und Zusammensetzung des Tränenfilms hat. Auch Medikamente und lange Bildschirmzeiten machen sich negativ bemerkbar: Mehr als drei Viertel aller Bildschirmtutzer klagen über trockene Augen. Kein Wunder: Wer konzentriert auf den Monitor schaut, blinzelt weniger oder schließt das Auge dabei nicht richtig. Die Tränenflüssigkeit wird so seltener über die Augenoberfläche verteilt.

### Folgende sechs Maßnahmen schaffen Abhilfe:

1. Regelmäßige Pausen von digitalen Geräten. Hier greift die 20-20-20-Regel: Die Augen alle 20 Minuten für 20 Sekunden auf einen Punkt fokussieren, welcher mehr als 20 Fuß (= ca. 7 Meter) entfernt ist.
2. Regelmäßiges Lüften und/oder ein Raumluftbefeuchter erhöhen die Luftfeuchtigkeit.
3. Bewusstes Blinzeln, Lidrandpflege und benetzende Augentropfen verbessern den Tränenfilm. Letztere sollten möglichst konservierungsmittelfrei sein.
4. Der richtige Sitz der Maske vermeidet aufströmende Luft, welche die Augen zusätzlich belastet (AAA-Formel siehe [www.sehen.de](http://www.sehen.de)).
5. Bildschirmbrillen entlasten die Augen bei der Computerarbeit. Sie sind speziell für das deutliche und entspannte Sehen am Monitor konzipiert und als Einstärken- oder Gleitsichtbrillen erhältlich. Wer hier Probleme hat, wendet sich am besten an einen Optiker, welcher auch während des Lockdowns zur Verfügung steht.
6. Auch eine nicht richtig korrigierte Fehlsichtigkeit strapaziert die Augen. Deshalb sind regelmäßige professionelle Seh-Checks wichtig. Wer sich wann an welchen Experten wenden sollte, ist unter [www.sehen.de](http://www.sehen.de) nachzulesen.

KGS

Weiterführende Links: <https://www.sehen.de/sehen/rund-ums-auge/trockene-auge/>



# DUO

## Optik & Akustik

Das Hattinger Haus für Sehen und Hören



### Sonnenbrillen • Brillen • Kontaktlinsen • Hörgeräte

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

## Gutes Hören für körperliche und geistige Gesundheit

Antriebslos, erschöpft, ausgebrannt? Die geistige, körperliche und seelische Kraft lässt nach. Stimmungsschwankungen und Schlafstörungen machen sich breit. Spätestens dann ist es Zeit, die Notbremse zu ziehen.

Eine sanfte Therapiemöglichkeit ist die Tomatis-Methode, die der französische HNO-Arzt Professor Alfred Tomatis entwickelt hat. Dabei handelt es sich um ein Hörtraining, das bei Erschöpfung und Burnout genauso eingesetzt wird wie bei Gleichgewichts- und Konzentrationsstörungen.



Das Gehör spielt bei vielen Prozessen im Körper eine Rolle – auch bei der Stressbewältigung. Foto: Spilles/Tomatis/akz-o

### Hilfe mit Hörtraining

„Das Gehör spielt bei vielen Prozessen im Körper eine Rolle – auch bei der Stressbewältigung“, sagt Claudia Krüger, Leiterin des Tomatis Instituts in Papenburg ([www.tomatis-papenburg.de](http://www.tomatis-papenburg.de)). „Die Ohren sind mit dem Vagus-Nerv verbunden. Er gilt als Selbstheilungsnerv, der Körper und Psyche in Balance bringt“, erklärt sie.

„Wenn wir Reize, die wir über die Ohren aufnehmen, nicht filtern können, werden oft selbst banale Alltagssituationen zum Problem“, so die lizenzierte Tomatis-Trainerin.

Katharina L. aus Münster fühlte sich von Familie, Haushalt und Beruf so ausgebrannt, dass sie morgens nicht mehr aufstehen wollte. „Als ich von der Tomatis-Methode erfuhr, vereinbarte ich mit Frau Krüger einen Termin für einen qualitativen Hörtest“, erzählt sie.

### Von Stress, Schlafstörungen bis Burnout

Das Ergebnis war so aufschlussreich, dass sie sich zur ersten 12-tägigen Hörkur im Tomatis Institut Papenburg anmeldete. Sie hörte täglich zwei Stunden über besondere Kopfhörer individuell für sie aufbereitete Musik. „Mit dem von Tomatis entwickeltem Hörsimulator, das elektronische Ohr, wird Musik so verändert, dass Hammer- und Steig-

## Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt!



### Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

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



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

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

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

bügelmuskel im Ohr trainiert werden“, so Claudia Krüger. „Das habe ich intensiv und als angenehm wahrgenommen“, sagt Katharina L. Inzwischen hat sie die zweite Hörkur hinter sich. „Ich habe aufgetankt. Der Alltag stresst mich jetzt weniger. Ich spüre Kraft, die ich schon lange nicht mehr hatte“, freut sich die Klientin. Vitalität und Lebensfreude sind zurückgekehrt – eine Wirkung, die auch Stressforscher der Tomatis-Methode bescheinigen. akz-o

## Gesundheitsberatung beim Jobcenter

Akute gesundheitliche Probleme, chronische Erkrankungen oder psychische Belastungen – Leistungsbeziehende des Jobcenters EN haben die Möglichkeit, sich individuell und ausführlich in Gesundheitsfragen beraten zu lassen. Das Projekt „Mein Coach und ich“ bietet das Jobcenter EN in Zusammenarbeit mit Medical Contact in Essen an. Dort sind medizinisch ausgebildete Fachkräfte beschäftigt, die den Teilnehmern telefonisch als Coach zur Seite stehen. Die Gespräche sind selbstverständlich vertraulich. Auch über die Ergebnisse wird das Jobcenter nicht informiert, wenn die Teilnehmer das nicht möchten. Wer sich für die Teilnahme entscheidet, kann mindestens fünf Telefongespräche à 45 Minuten mit seinem Coach führen. Bei Bedarf, zum Beispiel in Krisensituationen, steht ein Ansprechpartner bei Medical Contact auch rund um die Uhr zur Verfügung.

Interessierte Leistungsbeziehende können sich an ihre persönlichen Betreuer beim Jobcenter EN wenden. pen



### Praxis für Physiotherapie und Naturheilkunde

Christina Schwoerer-Böhning – Heilpraktikerin

**Unsere Behandlungsschwerpunkte:**

- Physiotherapie (Manuelle Therapie, Vojta, Bobath, Lymphdrainage)
- Akupunktur
- Ohrakupunktur
- Craniosacrale Osteopathie
- Injektionstechniken



Hattinger Straße 36 · 45549 Sprockhövel (gegenüber Zeche Alte Haase)  
☎ 023 24/59 18 97 · [physio-handundfuß@t-online.de](mailto:physio-handundfuß@t-online.de)

Logopädie & Stimme  
**Silvia Grünitz**

30 Jahre Berufserfahrung

- Individuelles Stimmcoaching (Einzel / Gruppen)
- logopädische Therapie

Bodenborn 68 • 58452 Witten  
Telefon 02302 1782747  
www.logopaedie-und-stimme.de

kostenlose Parkplätze direkt vor der Praxis



## Heiserkeit und Mundtrockenheit vorbeugen: Im Homeoffice bei Stimme bleiben

In Coronazeiten arbeiten viele Menschen gerne im Homeoffice. Wenn persönliche Meetings mit Kollegen ausfallen und man in stundenlangen Online-Konferenzen zusammenkommt, wird die eigene Stimme zum wichtigsten Kommunikationsmittel. Wer dann viel reden muss, merkt bald ein unangenehmes Kratzen im Hals. Eine überbeanspruchte Stimme neigt zudem zu Heiserkeit oder macht sich durch Mundtrockenheit bemerkbar.

Dass einem buchstäblich die Spucke wegbleibt, ist ganz logisch. Beim Sprechen atmen wir hauptsächlich durch den Mund. Dadurch geht Feuchtigkeit, die wie ein Schutzfilm funktioniert, verloren und die Schleimhäute trocknen aus. Wenn dann noch Wärme, stickige Raumluft oder ein häufiger Wechsel zwischen kalter und warmer Luft dazukommen, verstärkt sich dieser Effekt. Auch Stress und Anspannung sorgen für eine reduzierte Speichelbildung. Die Folge – die Stimme klingt dünn, kratzig oder leicht belegt.

Um seiner eigenen Stimme Gutes zu tun, sollte man auf eine gute Stimmhygiene achten. Dazu gehört eine natürliche und individuell angenehme Tonlage. Diese sollte auch in Stresssituationen beibehalten werden und nicht in dünn klingende Höhen oder eine gepresste Lage rutschen.

### Mundtrockenheit vorbeugen

Wer viel redet, braucht viel Flüssigkeit. Deshalb am besten immer ein großes Glas Wasser oder Kräutertee bereithalten. Eine Flüssigkeitsaufnahme von rund zwei Litern täglich hilft, die Schleimhäute feucht zu halten. Zusätzlich regen Lutschtabletten, die lange im Mund bleiben, aktiv den Speichelfluss an und befeuchten die Schleimhäute. „anginetten Halstabletten Stimme“ z. B. können mit dem enthaltenen Isländisch Moos und einem Hydro-Schutzfilm mit Hyaluronsäure eine intensive und anhaltende Befeuchtung der trockenen Schleimhäute unterstützen. Das kann einer belasteten Stimme helfen und das unangenehme Kratzen im Hals verringern.

### Tipps für entspanntes Reden

Kleine Übungen bringen die Stimme ganz entspannt auf Trab: Zum Aufwärmen der Stimme vor längeren Konferenzen oder Diskussionen einfach ein bisschen summen. Dabei leicht den Brustkorb klopfen, um Schleim auf den Stimmbändern zu lösen. Für eine deutliche Aussprache sorgt Mundgymnastik. Hierfür Kiefer, Lippen und Zunge aktivieren, den Kiefer öffnen und schließen und zwischen intensivem Schmolzmund und breitem Grinsen wechseln.

akz-o

## Logopädie & Stimme Silvia Grünitz Online-Meeting leicht gemacht

Online-Meetings stellen uns nicht nur vor technische Herausforderungen. Auch die Sprechsituation und die körperliche Positionierung sind oft unbekanntes Terrain. Wie vermittele ich meine Botschaft am besten? Wie formuliere ich meine Aussage wirkungsvoll? Silvia Grünitz, Inhaberin von Logopädie & Stimme in Bommern, hat einige Tipps für IMAGE zusammengetragen.

### Ein Online-Meeting steht bevor. Ich muss mich vorbereiten:

Auf die Sprechsituation vor der Kamera, die Bedienung der notwendigen Technik, die körperliche Positionierung vor dem Monitor/den Teilnehmenden und auf meine Botschaften bzw. die passenden Formulierungen. Dies alles kann eine Anspannung bei mir verursachen, die evtl. erkenn- oder spürbar ist und in hochgezogenen Schultern, einem harten Nacken, flacher Atmung, unnatürlich versteinerten Miene, zusammengebissenen Zähnen, angestrenzter oder monotoner Stimme, erkennbar sind.

### Welche Hilfen kann ich mir selber geben?

Prinzipiell kann man sagen: hier gilt es, verbale und nonverbale Ressourcen zu nutzen und aufeinander abzustimmen. Ich sollte mich darin üben, Inhalte durch sprechdynamische Mittel zu strukturieren. Dies geschieht zum Beispiel durch:

- Sprechpausen („nutze die Satzzeichen“)
- Blickkontakte halten und suchen, so oft es geht (am Ende eines Gedankens/ Sprechabsatzes)
- deutliche Aussprache nutzen (nicht übertrieben und künstlich den Mund bewegen, aber lebendig und authentisch)
- Verdeutlichung von Sinnzusammenhängen gelingt besser mit gezieltem Einsatz von Satzmelodie und Betonung
- Gestik mit Händen nicht übermäßig, sondern gezielt einsetzen
- meine Körperhaltung vor dem Monitor: beim Zuhören entspannt zurücklehnen, vor dem Sprechen schon aktiv aufrichten, die Augen sollten möglichst auf Kamerahöhe sein.

### Internationaler „Tag der Stimme“

Wenn Sie interessiert an persönlichen Tipps sind, rufen Sie Frau Grünitz gern am 16.4.21, dem internationalen „Tag der Stimme“, in ihrer Praxis an. Sie wird von 8 bis 18 Uhr telefonisch zu erreichen sein.

## Essen und Trinken bei Demenz Mit Genuss gegen Mangelernährung

Für Demenzkranke wird Ernährung oft zum Problem. Zu den frühen Störungen bei einer Demenz gehört unter anderem, dass der Appetit schwindet und Essen nicht mehr schmeckt, später vergessen die Betroffenen ihre Mahlzeiten und verlernen, wie sie die Nahrung zu sich nehmen müssen. Dies kann eine Mangelernährung zur Folge haben. Angehörige können jedoch viel dafür tun, damit Demenzkranke ausreichend mit Nährstoffen versorgt werden.

So regt ein schön gedeckter Tisch in entspannter Atmosphäre zum Essen an. Hilfreich ist auch, Speisen und Getränke in kräftigen Farben anzubieten. Bewährt hat sich das Einfärben mit rotem Trauben-, Kirsch- oder Holundersaft.



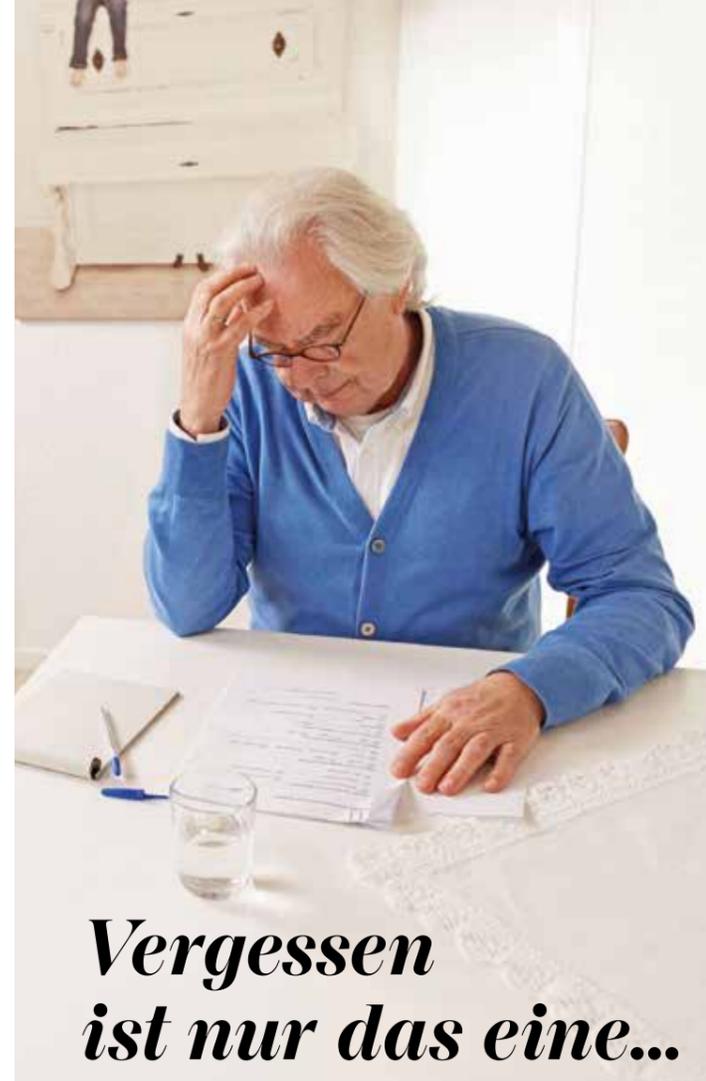
Wenn Demenzkranke nicht genügend Nährstoffe aufnehmen, kann Trinknahrung aus der Apotheke eine Lösung sein.

Foto: Squaredpixels/istock

Werden herzhaftere Speisen geschmeckt, schmecken sie vielen besser. Um den erhöhten Energiebedarf von Demenzkranken zu decken, kann Trinknahrung eine zusätzliche Lösung sein. Sie liefert viel Energie und alle essenziellen Nährstoffe in konzentrierter Form und ist in vielen Geschmacksrichtungen erhältlich.

Welche Menge davon täglich erforderlich ist, sollte der Hausarzt entscheiden. Stellt er ein Rezept aus, werden die Kosten von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet.

txn



## Vergessen ist nur das eine...

Hilfsangebote sind für Menschen mit Demenz oft schwer zugänglich. Eine gute Beratung kann vieles erleichtern. Foto: djd/compass private pflegeberatung

## Bei Verhaltensänderungen von Demenzkranken brauchen Pflegende Beratung

Eine Demenzerkrankung bedeutet nicht nur, Dinge zu vergessen oder sich nicht mehr im Alltag zurechtzufinden. Bei vielen Betroffenen zeigen sich im Verlauf der Krankheit auch schwerwiegende Verhaltensstörungen, zum Beispiel Aggressionen, Gewalt, rastloses Umherwandern, endloses Fragen, Ängstlichkeit, Weinen oder Apathie. Für die pflegenden Angehörigen ist das eine riesige und oft unerträgliche Belastung und einer der häufigsten Gründe, die Betroffenen in ein Heim zu geben.

### Gemeinsam reflektieren

Damit die Pflege zu Hause gelingen kann, ist deshalb gerade bei Demenz gute Beratung und Begleitung erforderlich, die alle Beteiligten einbezieht. „Je früher man offen über die Krankheit sprechen kann, desto besser gelingt später der Umgang damit“, weiß dazu Claudia Paulick von der compass private Pflegeberatung. Dort können Betroffene und Angehörige unter der Telefonnummer 0800 - 101 88 00 anrufen, wenn sie Unterstützung benötigen. Für Privatpatienten gibt es zudem eine persönliche Beratung – unter www.compass-pflegeberatung.de finden sich alle Kontaktmöglichkeiten. „Wichtig ist die Frage: Was brauche ich, damit ich das auch über einen längeren Zeitraum machen kann“, erklärt Paulick. „Hier kann eine Pflegeberatung in den Familien vor allem durch gemeinsames Reflektieren viel bewirken: Was läuft gut, was nicht? Wie reagiert der Kranke worauf? Wie ist die Kommunikation?“ Dadurch könnten sich Angehörige besser auf den Erkrankten einstellen und vermeiden, dass Situationen eskalieren. So sollte man zum Beispiel Demenzpatienten nicht das Gefühl geben, be-

# Deutscher Roter Hausnotruf

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

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

**02324 / 20 11 11**  
Informieren Sie sich jetzt.

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

vormundet zu werden. „Gerade Menschen, die immer sehr selbstständig und eher dominant waren, reagieren oft aggressiv, wenn plötzlich der Partner alles bestimmt. Hier gilt es, eine andere Ansprache zu finden oder abzulenken. Hinter herausforderndem Verhalten steckt immer ein Bedürfnis“, so Paulick. Bei passiven und apathischen Personen sei vor allem notwendig, sie immer wieder einzubinden – am Esstisch, bei Alltagstätigkeiten oder im Gespräch.

### Entlastungsmöglichkeiten kennen

Neben praktischen Tipps für den Umgang mit schwierigen Verhaltensweisen informieren die professionellen Berater auch über die Entlastungsangebote der Pflegeversicherung. „Damit Angehörige regelmäßig Auszeiten nehmen können, gibt es die Möglichkeit der stundenweisen Verhinderungspflege“, nennt Paulick ein Beispiel. „Manchmal ist auch Tagespflege eine gute Sache. Dort bekommen Menschen mit Demenz Anregungen und Betreuung – und die Angehörigen haben regelmäßig Zeit für sich.“

djd

Physiotherapie Vanderborcht

## Haben Sie Rücken?

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

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

Das Gelernte können Sie in ihren Alltag umsetzen, damit erhalten Sie die Kontrolle über den eigenen Körper nachhaltig zurück.

Rufen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie, Ihr Praxisteam Vanderborcht

Physiotherapie Vanderborcht

Tel.: 02324/ 743 51  
www.vanderborcht.de  
Alte Bergstr. 2 | 45549 Sprockhövel



## Wie die Psyche unser Immunsystem beeinflusst

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. Auch in diesem Jahr greift IMAGE gemeinsam mit Dr. med. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie (Tiefenpsychologie) in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen auf und stellt verblüffende Antworten aus der Psychologie vor.



mit Dr. med. Willi Martmöller

„Unser zentrales Nervensystem, unsere Psyche und unser Immunsystem beeinflussen sich. Wir wissen heute, dass die seelische Verfassung Auswirkungen auf unser Immunsystem hat. Wer unter chronischem negativen Stress leidet, ist häufig anfälliger für Infektionen. Die Belastung hat ein Absinken von bestimmten Substanzen des Immunsystems zur Folge, die der Abwehr von Krankheitserregern dienen. Umgekehrt können körperliche Erkrankungen auch zu psychischen Problemen führen. Zu den Ursachen gehören unter anderem der dauerhaft erhöhte Spiegel des Stresshormons Cortisol sowie die ständige Aktivierung des sogenannten sympathischen Nervensystems“, erklärt Dr. Willi Martmöller.

## Es wirkt kein Wirkstoff, sondern die Erwartung

Dass die Konditionierung (Reiz-Reaktion-Assoziation) des Immunsystems beim Menschen funktioniert, zeigt eine Studie von 2008. Hausstaubmilben-Allergikern wurde vor der Verabreichung eines Antihistaminikums eine grün gefärbte Erdbeermilch gegeben. Einige Tage nach der Lernphase reichte allein das Trinken der Milch aus, um die Allergiesymptome zu mildern (Placebo-Effekt). Tatsächlich war es Schedlowski gelungen, das menschliche Immunsystem zu konditionieren. Das konnte er auch an der Aktivität der Immunzellen sehen, die normalerweise bei allergischen Reaktionen für die Ausschüttung von Histamin verantwortlich sind. Gehirn und Immunsystem kommunizieren miteinander. Eine gelernte Immunsuppression ist für die Medizin hochinteressant. Könnte sie zum Beispiel den Abstoßungseffekt nach einer Transplantation beeinflussen? (Schedlowski, Uniklinikum Essen)

„In Urzeiten, aus der die Stressreaktion stammt, bedeutete diese fast immer Gefahr für Leib und Leben. Heute fährt der Körper bei akutem Stress noch immer sein Immunsystem hoch und sorgt damit kurzfristig sogar für eine Steigerung seiner Aktivität. Folgt aber auf die Stress-Situation keine Erholung, wird unsere Abwehr schwächer. Forschungen, beispielsweise von Manfred Schedlowski, Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie und Verhaltensimmunobiologie am Uniklinikum Essen, haben ergeben: Gute soziale Beziehungen wirken sich positiv auf die Infektabwehr aus – obwohl sie doch eigentlich bei Erkrankungen das Ansteckungsrisiko erhöhen. Zu den psychischen Faktoren, die das Immunsystem ebenfalls positiv beeinflussen, gehören eine optimistische Lebenseinstellung und ein gutes Selbstwertgefühl. Eine Hilfe beim Dys-Stress ist auch Bewegung und die Kräftigung der Muskulatur, weil Muskelzellen für einen schnelleren Abbau von Stresshormonen sorgen und damit deren hemmende Funktion auf das Immunsystem ausschalten. Die Beziehung zwischen Nervensystem, Psyche und Immunsystem ist aber keine Einbahnstraße: Ein dauerhaft aktives Immunsystem kann für die Psyche schädlich sein. Menschen mit chronischen Entzündungskrankheiten leiden beispielsweise öfter an Depressionen. Forscher dachten zunächst, die Ursache sei die psychische Belastung durch die Krankheit. Das Umdenken begann, als bei Immuntherapien, die künstlich eine Entzündung erzeugten, Depressionen als Nebenwirkung auftraten. Inzwischen glauben Forscher, dass die Ursache psychischer Störungen auch die dauerhafte Entzündung selbst sein kann, die zu Funktionsveränderungen im Gehirn führt.“ *anja*

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

## Corona-Pfunde adé

Die Coroneinschränkungen machen sich bemerkbar. Treffen mit Freunden fallen aus, statt des Arbeitsweges sind es nur noch wenige Schritte ins Homeoffice. Insgesamt verbringt der Mensch deutlich mehr Zeit zu Hause - und bewegt sich weniger. Eine ungesunde Ernährung mit Fertiggerichten und öfters ein Stück Schokolade locken den ganzen Tag. Ein Glas Wein am Abend und die nächste Kalorienbombe schlägt ein. Schnell klettert so die Anzeige auf der Personenwaage. Was Sie machen können, verraten wir Ihnen hier.

### Menschlicher Körper will überleben

Es reicht nicht aus, sich ein paar Tage zusammenzunehmen und etwas weniger zu essen. Der Körper hat seit Urzeiten gelernt, dass dann möglicherweise eine Hungersnot vor der Tür steht – und reagiert sofort. Der Stoffwechsel fährt schlagartig runter, der Energiehaushalt kommt mit weniger Kalorien aus. Isst der Mensch nach der radikalen Diät wieder im normalen Umfang, nimmt sein Gewicht ganz schnell wieder zu. Der Grund: jetzt will der Körper vorsichtshalber Depots für die nächste Hungerphase anlegen. Diesen Jo-jo-Effekt können Sie vermeiden, indem Sie konsequent auf eine langfristig vernünftige Ernährung mit viel Bewegung umsteigen.

Fangen Sie mit einer Bestandsaufnahme an. Wie oft und was essen Sie am Tag, wieviel bewegen Sie sich? Ermitteln Sie Ihren Grundumsatz, also die Menge an Kalorien, die Ihr Körper im Ruhezustand verbraucht. Er macht 50 bis 70 Prozent des Energiebedarfes eines Tages aus. Ein Daumenwert lautet bei fit for fun: Körpergewicht x 24. Bei 70 kg Körpergewicht beträgt der Grundumsatz also  $70 \times 24 = 1.680$  Kalorien pro Tag im Ruhezustand. Hinzu kommt noch der Verbrauch aus dem Leistungsumsatz, wenn Sie sich normal bewegen. Frauen zwischen 25 und 51 Jahre kommen so auf 1.900 Kalorien, Männer auf 2.400. Wenn Sie den Muskelanteil in Ihrem Körper erhöhen, können Sie Ihren Grundumsatz steigern. Einfache Übungen finden Sie im Internet - bauen Sie diese fest in Ihren Tagesablauf ein. Muskeln verbrauchen auch im Ruhezustand Kalorien, also auch im Schlaf.

### Ausgewogene Ernährung und Bewegung helfen

Erhöhen Sie Ihren Energiebedarf durch mehr Bewegung im Alltag wie Treppe statt Aufzug oder Fahrrad statt Auto. Ein Schrittzähler als App oder Gerät motiviert zusätzlich. Richtig viel Kalorien verbrennen Sie aber mit Ausdauersport wie Joggen oder Radfahren. Dabei verbrennt der Körper zur Energiegewinnung nicht nur Kalorien, sondern holt sich auch aus den Fettreserven entsprechende Kraft. Ausdauer- und Krafttraining sollte am besten beides betrieben werden, um den Grundumsatz und den Leistungsumsatz zu steigern. Beginnen Sie aber mit kleinen Einheiten, sonst raubt ein Muskelkater ganz schnell jegliche Motivation.

### Jedes Pfund geht durch den Mund

Essen Sie aus Langeweile und Frust? Lenken Sie sich rechtzeitig ab, rufen Freunde an, räumen Ihr Bücherregal mal gründlich auf oder gehen eine halbe Stunde spazieren. Es hilft auch, ein Glas Wasser zu trinken, damit Ihr Magen was zu tun hat. Aber: Eile mit Weile:

- Setzen Sie sich realistische Ziele mit kleinen Schritten, am besten festgemacht an bestimmten Stichtagen.
- Vitamine sind gesund, Kalorien sind lecker. Stehen Obst und Gemüse, pflanzliche Öle, Hülsenfrüchte, Vollkornbrot sowie Quark und Fisch für den Eiweißhaushalt auf dem Speiseplan, werden Sie lecker satt. Konsumieren Sie maßvoll: ein Schokoriegel statt einer ganzen Schokolade reicht.
- Planen Sie Ihre Einkäufe sorgfältig mit gesunden Zutaten und schaufeln nicht nur das in den Einkaufswagen, was Ihnen im Supermarkt in den Blick gerät.
- Kochen Sie gleich mehrere Mahlzeiten und frieren diese ein. Sie haben so gute Alternativen im Kühlschrank zur Tiefkühlpizza.
- Ausreichende Flüssigkeitszufuhr kurbelt den Stoffwechsel an und nimmt auf dem Weg nach draußen auch Rückstände aus dem Körper mit. Zwei bis drei Liter Flüssigkeit in der Nahrung und durch zuckerfreie Getränke sollten es am Tag sein.
- Essen Sie in Ruhe und essen Sie sich satt. Bleiben Sie nicht unter dem individuellen Grundumsatz. Erst nach 10 Minuten und mehr stellt sich das Sättigungsgefühl ein. Pause zwischen den Mahlzeiten: drei bis fünf Stunden.

Geben Sie sich Zeit, die über einen längeren Zeitraum aufgebauten Pfunde durch eine dauerhafte Umstellung der Ernährungs- und Lebensweise wieder abzubauen, aber: bleiben Sie dran! Sie tun es für sich. *dx*

# Winter

Wir freuen uns auf Sie!

Wir ♥ Lebensmittel.

Weingut Rainer Heil Brauneberg/Mosel  
WINZER AUS LEIDENSCHAFT

- vegane Weine
- histaminarme Weine

Dorfstraße 21  
45527 Hattingen-Holthausen  
Tel. 02324 / 9350 98  
[www.edeka-winter.de](http://www.edeka-winter.de)

Öffnungszeiten:  
Mo - Fr: 7 - 19 Uhr,  
Sa: 7 - 18 Uhr

Weine direkt vom Winzer Rainer Heil,  
Brauneberg an der Mosel.  
Exklusiv bei Edeka Winter!

## Mischung aus verschiedenen Rebsorten in Gärbehältern

Fachleute werden das bestätigen: Die besten Weine der (Winzer-)Welt sind „Cuvée“

„Cuvée“ bedeutet „Verschnitt“. Das klingt zunächst nicht nach erstklassig. Aber zu den besten Weinen der (Winzer-)Welt gehören solche edlen Tropfen. Wein-fachleute werden das bestätigen. Auf die Mischung kommt es an – wie auch sonst im Leben.

Und was genau steckt hinter dem Begriff? Was wird da überhaupt „verschnitten“? „Wein-verstehen.de“ beschreibt das im Internet so: „...das Mischen eines Weins aus verschiedenen Rebsorten in einem Gärbehälter. Auch das bewusste Verscheiden von Trauben, welche aus verschiedenen Lagen stammen, führt dazu, dass ein Wein als Cuvée bezeichnet wird. Grundsätzlich kommen zwei verschiedene Zeitpunkte in Frage, zu denen unterschiedliche Rebsorten und Lagen verschnitten werden können. Einige Winzer vermischen die Trauben bereits beim Keltern. Dies führt dazu, dass das vermischte Traubengut



Für Cuvée-Weine gelten in Deutschland unter anderem diese Regeln: Es ist verboten Tafel- und Qualitätsweine zu mischen, auch Qualitätsweine aus verschiedenen Anbaugebieten dürfen nicht miteinander verschnitten werden. Foto: Bigstock

jeweiligen Gärbehälter gärt. Aber auch vom nachträglichen Verscheiden wird häufig Gebrauch gemacht. Dabei werden bereits vergorene Weine miteinander verschnitten, um lediglich während der Lagerung gemein-

sam zu reifen. Dabei gibt es in Deutschland gewisse Regeln, die eingehalten werden müssen. So ist es verboten Tafel- und Qualitätsweine zu mischen, auch Qualitätsweine aus verschiedenen Anbaugebieten dürfen nicht miteinander verschnitten werden.“ Kurzum gilt

unter Kennern: Einige Cuvéés zählen zu den teuersten Weinen der Welt. Bordeaux aus Frankreich mit den höchsten Punktzahlen oder internationale Top-Weine aus Rioja in Spanien zählen ebenso zu den Cuvéés. Auch die besten Champagner der Welt gelten als Cuvée.

NOLL WEIN ...und mehr

Qualitätsweine • Schaumweine • Spirituosen  
Feinkost • Süßwaren

Wir wünschen unseren Kunden  
fröhliche Ostertage!

Marco Isaack  
Tel. 02 02/2579727 · Fax 02 02/2579728  
Mobil 01 73/543 8657  
[www.wein-noll.de](http://www.wein-noll.de)  
[m.isaack@wein-noll.de](mailto:m.isaack@wein-noll.de)

Wein • Lebensart

Enoteca

Leckere Weine für den Frühling  
Auch als Probeflasche/Probenpaket für Sie zusammengestellt.  
Rufen Sie an – ich bin gerne für Sie da: **+49 171 833 27 78**

Enoteca | Marion Oberbossel  
Am Halloh 21 | 45549 Sprockhövel | Mobil +49 171 833 27 78  
[enoteca-wein.de](http://enoteca-wein.de) | [enoteca@enoteca-wein.de](mailto:enoteca@enoteca-wein.de)



**SONNENSCHEIN**

Genuss seit 1875 · Witten/Ruhr

WIR LIEBEN DEN  
*Genuss!*

Spirituosen

Feinkost

Weinhandel

Craftbier

Präsente

Restaurant

Events



Sonnenschein GmbH

Alter Fährweg 8

58456 Witten/Ruhr

Tel.: 023 02-560 06

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

# Wein ZUM SPARGEL

0,75 l Flasche  
**5,99** €  
(7,99 €/l)



WEINGUT JULIUS ZOTZ  
(BADEN)

**2020 WEISSER  
GUTEDEL  
QBA TROCKEN**

→ 12 % Alc. Vol. → 0,75 Liter

- ✓ feinfruchtige Aromatik
- ✓ milde Säure
- ✓ frischer Nachhall

STAATLICHER HOFKELLER  
WÜRZBURG (FRANKEN)

**2020 SILVANER  
QBA TROCKEN**

→ 12 % Alc. Vol. → 0,75 Liter

- ✓ griffig
- ✓ saftige gelbe Früchte
- ✓ feine Kräuternoten

0,75 l Flasche  
**8,99** €  
(11,99 €/l)



0,75 l Flasche  
**9,99** €  
(13,32 €/l)



WEINGUT MARKGRAF  
VON BADEN (BADEN)

**2020  
MÜLLER-THURGAU  
QBA TROCKEN**

→ 11 % Alc. Vol. → 0,75 Liter

- ✓ intensive Frucht (Birne, Apfel)
- ✓ angenehm mineralisch
- ✓ ausgewogener Nachhall



CANTINA VALPANTENA  
(VENETO/ITALIEN)

**2020 GARGANEGA  
„TORRE DEL  
FALASCO“ IGT**

→ 12 % Alc. Vol. → 0,75 Liter

- ✓ blumig fruchtig
- ✓ ausgewogen frisch
- ✓ elegant

0,75 l Flasche  
**4,99** €  
(6,65 €/l)



PIGOUDET AIX EN PROVENCE  
(PROVENCE/FRANKREICH)

**2020 PREMIERE  
BLANC**

→ 13 % Alc. Vol. → 0,75 Liter

- ✓ saftige exotische Frucht
- ✓ zart würzig
- ✓ milder Nachhall

0,75 l Flasche  
**8,99** €  
(11,99 €/l)

VIER JAHRESZEITEN  
WINZER EG (PFALZ)

**2020 GRAUER  
BURGUNDER  
QBA TROCKEN**

→ 12,5 % Alc. Vol. → 0,75 Liter

- ✓ kräftige Fruchtaromatik
- ✓ zart nussig
- ✓ weiche Säurestruktur

0,75 l Flasche  
**5,99** €  
(7,99 €/l)



**Passend zu Ostern**

SONNENSCHN  
**WEISSE SCHOKOLADE  
LIKÖR**

0,7 l Flasche  
**13,99** €  
(19,98 €/l)



0,35 l Flasche  
**10,99** €  
(31,40 €/l)

SONNENSCHN  
**EIERLIKÖR**

**FRIEDE, FREUDE,**  
*Likörchen*  
**SUCHEN**

EXKLUSIV AM  
**OSTER-  
SAMSTAG  
03.04.**



Ab einem Einkaufswert von 25,- € laden wir euch zur Oster-Suche in unseren Garten ein. Nur solange der Vorrat reicht.

# INS SCHWARZE TREFFEN

MIT ANZEIGEN  
IN DEN IMAGE-MAGAZINEN

UND BEI IMAGE KOSTET FARBE NICHT EXTRA!

# STELLENMARKT

JETZT  
NEU



**Wir bieten weiterhin:**  
Heizungswartungen • Reparaturen  
• Bad-Sanierungen • Neuanlagen-Beratung  
Fragen Sie uns nach aktuellen Angeboten!



Wir suchen sofort:  
**Anlagenmechaniker m/w/d**  
für  
**Heizung - Sanitär - Solarthermie**

Sie suchen eine neue Herausforderung  
und möchten sich beruflich verändern?  
Wir bieten neben tariflicher Bezahlung auch andere  
übertarifliche Leistungen.

Sprechen Sie uns an - bewerben Sie sich jetzt unter  
02324 / 40682 oder [n.ostrowski@rittermeiergmbh.de](mailto:n.ostrowski@rittermeiergmbh.de)



Rittermeier GmbH - Hattingen - [www.rittermeiergmbh.de](http://www.rittermeiergmbh.de)

## Tipps zum Vorstellungsgespräch

Eine große Hürde ist geschafft: Etwas über eine Woche ist die Bewerbung zum hoffentlich neuen Arbeitgeber raus, heute kam der Brief mit der Einladung zum Vorstellungsgespräch. Damit sind Sie in der engeren Auswahl! Ein bisschen können Sie schon stolz auf sich sein: den schriftlichen Eindruck, den Sie mit Ihrer Bewerbung erweckt haben, hat den neuen Arbeitgeber überzeugt und er möchte Sie nun persönlich kennenlernen. Bis dahin können Sie noch einige Punkte vorbereiten, die im Vorstellungsgespräch äußerst wichtig werden können.

Verschaffen Sie sich einen genauen Überblick, was Ihren zukünftigen Arbeitgeber ausmacht. Beliebte Frage, auf die Sie vorbereitet sein sollten: „Sie haben sich bei uns, der XY-GmbH beworben, was wissen Sie denn über uns?“ Gut wäre es, wenn Sie dann die wichtigsten Fakten wie Unternehmensgeschichte, Umsatz, Kundenkreis und Märkte, Mitarbeiterzahl, Standorte und Produktionsprogramm in ein bis zwei Minuten darstellen könnten.

Bereiten Sie eine flüssige und strukturierte Selbstpräsentation vor, wenn der Gesprächspartner Sie auffordert, sich nochmal kurz vorzustellen. Seien Sie in der Lage zu erklären, warum Sie sich auf die ausgeschriebene Stelle beworben haben und was Sie als neuen Stelleninhaber qualifiziert.

Lesen Sie sich in der Vorbereitung die Stellenausschreibung genau durch und bereiten Sie eine Antwort zu jeder formulierten Anforderung vor. Oft hat der Arbeitgeber alles in seine Ausschreibung hineingeschrieben, was der ideale Bewerber mitbringen sollte. Erfüllen Sie eine Anforderung nicht hundertprozentig, sollten Sie aber eine plausible Erklärung parat haben, wie z. B., dass dieser Bereich bisher von einer anderen Abteilung wahrgenommen wurde. Sie aber über ein Grundverständnis verfügen und sich gerne einarbeiten wollen. Seien Sie auch auf die beliebte Frage nach Ihren Stärken und Schwächen vorbereitet. Nennen Sie ggf. eine relativ harmlose Schwäche wie Ungeduld – und erklären, dass Sie daran arbeiten.

### Anreise planen

Planen Sie die Anreise mit Zeitpuffer für eventuelle Verzögerungen wie Verspätungen, Staus und Zeit für die Parkplatzsuche ein. Varianten sind aber auch Telefon- oder Videointerviews.

Wählen Sie Ihre Kleidung passend zur Position und passend zu Ihnen. Sie müssen sich wohlfühlen. Denken Sie daran, Sie gehen zu einem Unternehmen und nicht zu einer Party.

### Gespräch dauert 30 Minuten bis über eine Stunde

Zeigen Sie sich im Gespräch vom anfänglichen Smalltalk an freundlich, aufgeschlossen und interessiert – indem Sie auch selbst Fragen an den Gesprächspartner, z. B. über das Aufgabengebiet und Weiterentwicklungsmöglichkeiten, stellen. Bleiben Sie aber Sie selbst, sprich authentisch. Nehmen mehrere Personen an dem Gespräch teil, halten Sie abwechselnd Augenkontakt mit allen Anwesenden und beziehen Sie so alle mit ein. Nicken Sie ab und zu als Zeichen, dass Sie das Gesagte verstanden haben. Abschließend könnten Sie auch gefragt werden, was Sie in Ihrer Freizeit machen. Zeigen Sie da nochmal, dass Sie aktiv am Leben teilnehmen.

Ein Bewerbungsgespräch dauert – je nach Position – eine halbe bis über eine Stunde. Je länger, desto mehr Interesse besteht für Sie als neues Mitglied des Unternehmens. Am Ende des Gesprächs bedanken Sie sich nochmal für die Einladung und bekräftigen Sie, dass Sie gerne für das Unternehmen arbeiten wollen. dx

**Am Schlagbaum**  
Restaurant für Leib & Seele

Nach Modernisierung suchen wir für unser Restaurant  
**eine gelernte Servicefachkraft**  
und für Küche & Service  
**zwei Aushilfen.**

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung unter  
[info@am-schlagbaum.de](mailto:info@am-schlagbaum.de)

Haßlinghauser Str. 65 · 45549 Sprockhövel · Tel. 02324 / 77388  
[info@am-schlagbaum.de](mailto:info@am-schlagbaum.de) · [www.am-schlagbaum.de](http://www.am-schlagbaum.de)

**Teamgeist erleben. Wir suchen dich:**  
**Physiotherapeut (m/w/d)**



Du bist **Physiotherapeut** aus Leidenschaft,  
zielstrebig, verantwortungsbewusst im Umgang  
mit Patienten, aufgeschlossen und vor allem teamfähig?

Dann bist du sicher bereit für:  
Eine neue Herausforderung mit  
flexibler Arbeitszeit, überdurchschnittlichem Gehalt und der Möglichkeit auf bezahlte Fortbildung.

Des Weiteren profitierst du von einer  
konstant besetzten Rezeption, die  
dir den Rücken freihält, damit du  
dich voll auf die Behandlung deiner  
Patienten konzentrieren kannst.

Du willst Teil unseres Teams werden? Dann freuen wir uns auf  
deine Kontaktaufnahme: 02324 / 77958



Physio Kimm · Bochumer Str. 6 · 45549 Sprockhövel  
Telefon: 02324 / 77958 · Email: [physio-kimm@web.de](mailto:physio-kimm@web.de)

**Monika Prahl**  
Friseurmeisterin

Wir suchen für unseren Salon in Witten-Rüdinghausen eine  
**kreative Friseurin**  
zur Aushilfe.




Wir bieten TOP-Weiterbildung und ein nettes Betriebsklima  
in einem fröhlichen Team. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.

Kreisstr. 126 · 58454 Witten · ☎ 02302 89864 · [www.monika-prahl.de](http://www.monika-prahl.de)  
Di.-Fr. 8.30-18.00 Uhr, Sa. 8.30-14.00 Uhr

**Wir suchen**  
**genau Sie als Mitarbeiter\*in mit**  
**Herz und Engagement!**



Für unsere **Ambulanten Dienste und Tagespflege**  
für Senioren in Sprockhövel stellen wir ein:  
**Gesundheits- und Krankenpfleger\*in, Altenpfleger\*in**  
sowie  
**Krankenpflege-\*Altenpflegehelfer\*innen**

Haben Sie Interesse, dann bewerben Sie sich bei uns!

Weitere Infos gibt's hier: 02332 7004-15  
Homepage: [www.awo-en.de](http://www.awo-en.de)  
oder online unter: [www.awo-en.de/stellenboerse](http://www.awo-en.de/stellenboerse)



Unterbezirk  
Ennepe-Ruhr

**WERDE TEIL UNSERES TEAMS!**



**Wir suchen für sofort:**  
**Verkäufer/innen**  
für unsere Bäckerei und Käsetheke.

Sie haben Spaß im Umgang mit Kunden?  
Sie sind freundlich und teamfähig?  
Dann sind Sie bei uns richtig!

Wir bieten Ihnen auch als Quereinsteiger die  
Möglichkeit der Weiterbildung wie Käsegrund-  
seminare, Käse-Fachberater und Sommelier. Na-  
türlich haben Sie auch die Möglichkeit eine Ausbil-  
dung (2-jährig) als Frischspezialist/in zu machen.

**Ausführliche Bewerbung unter**  
[edeka-gruetter@t-online.de](mailto:edeka-gruetter@t-online.de) oder im Markt.

Weiterhin suchen wir auch Mitarbeiter für unsere  
Fleisch-, Wurst- und Fischtheke.

Wittener Str. 12, 58456 Witten-Herbede, Tel. 02302/972026  
[www.edeka-gruetter.de](http://www.edeka-gruetter.de), Öffnungszeiten: Mo. - Sa. 07:00 - 21:00 Uhr



**Familie Grütter**  
& Team

Mit Herz in Herbede

Bewerbung  
bitte  
schriftlich

**RPS Polstertechnik**  
 Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

**Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel**

Inh. J. Lasberg      Tel.: 02302/9142266  
 Annenstr. 87      Fax: 02302/9142267  
 58453 Witten      Mobil: 0170/1901135  
 www.polsterei-witten.de · info@polsterei-witten.de

## Die Reiselust ist ungebrochen

**AWO Seniorentouristik**  
 Reisebüro der AWO Energie-Ruhr, Dortmund und Hagen-Märkischer Kreis

2021

- Haus-zu-Haus-Reisen
- Widernachts- und Silvesterreisen
- Kur- und Erholungsreisen
- Mutterkater-Kind-Kuren
- Aktiv- und Erlebnisreisen
- Jugend-Sprachreisen

Noch ist das Reisejahr 2021 eine große Unbekannte. Wie die gerade veröffentlichte Reiseanalyse der Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen (FUR) allerdings zeigt, herrscht unter den Menschen ein starkes Bedürfnis zum Verreisen und die Urlaubslust ist nach wie vor auf höchstem Niveau. Reise-warnungen, Ängste und Bedenken in dieser immer noch unsicheren Coronazeit verhindern aber oft eine konkrete Reiseentscheidung, wobei lediglich 16 % der Befragten definitiv keine Reise planen, so die Prognose aus dieser Studie.

### Das Coronavirus bremst den Reisedienst der AWO aber immer noch vorübergehend aus

Diese Entwicklung gilt momentan leider auch für den Sozialen Reisedienst der AWO. „Sie trifft umso mehr zu, als wir es weitgehend mit der Risikogruppe ab 70 Jahren zu tun haben, die ebenfalls hart vom Lockdown betroffen ist“, so Julia Weinhold, die Leitung des Reisedienstes. Gleichzeitig stellt sie aber auch fest, dass gerade diese Zielgruppe möglichst schnell wieder auf Reisen gehen möchte und nur darauf wartet, sich endlich wieder Urlaubsluft um die Nase wehen zu lassen. Ein Motiv dafür ist sicherlich die Zunahme von Vereinsamung, die sich gerade in dieser Personengruppe zeigt, deren Sozialkontakte zumeist sowieso schon auf ein Minimum beschränkt waren.

Julia Weinhold und ihr Team sind für den zu erwartenden Ansturm gerüstet, wenn die Reisebeschränkungen wieder aufgehoben werden. Sie empfiehlt allen Interessent\*innen eine schnellstmögliche Anmeldung, weil es jetzt noch genügend freie Zimmer gibt. Eine Buchung kann risikolos vorgenommen werden, denn wenn zum Reisezeitpunkt weiterhin ein Reiseverbot gelten sollte, kann kostenlos storniert werden. „Wir sind als Reiseveranstalter bislang mit großem Aufwand und wenig Ertrag, dafür aber mit aufrechtem Gang, professionellem Geschick und hoher Krisenkompetenz durch dieses Coronajahr gegangen. Diese Tatsache erfährt auch ihre Würdigung durch die vielen positiven Rückmeldungen, die wir von unseren Kund\*innen und Lieferanten erhalten“, so die Leiterin des AWO Reisedienstes. Jetzt kommt es darauf an, stark zu bleiben, noch einmal tief Luft zu holen und der Krise mit einem neuen attraktiven Programm zu begegnen, das dem der Vorjahre in nichts nachstehe. Der neue Reisekatalog ist Zeugnis dafür, dass dieser Weg konsequent beschritten wird. Wer sich davon überzeugen will, kann ihn kostenlos anfordern bei der AWO-Gewelsberg/ Ennepetal/ Schwelm 02332-70 04 25.



Foto: djd-mk/Zehnder Group Deutschland

Feinstaub, CO2 und chemische Schadstoffe belasten die Luft in den eigenen vier Wänden. Dies kann oft sogar gesundheitsgefährdend sein. Moderne Komfort-Lüftungssysteme wie zum Beispiel von Zehnder schaffen Abhilfe und sorgen zuverlässig für eine frische, gesunde und hygienisch einwandfreie Qualität der Raumluft. Mehr Infos gibt es unter [www.zehnder-systems.de](http://www.zehnder-systems.de)

# Heimvorteil für mich!

Engagiert, ökologisch, sicher – und von hier.



AVU Treffpunkt in Ihrer Stadt  
 02332 73-123  
[www.avu.de](http://www.avu.de)

# AVU...



Foto: djd-mk/www.4seasonsoutdoor.de

Die Ansprüche an die Einrichtung der Terrasse oder des Wintergartens sind gestiegen. Besonders stark gefragt für die Saison 2021 sind extragroße Loungesitzmöbel mit dicken, gemütlichen Kissen. Hochwertige Bezüge und Gewebe sowie Aluminium und Edelstahl sorgen für einen wohnlichen Look und garantieren die Langlebigkeit der Ausstattung. Inspirationen: [www.4seasonsoutdoor.de](http://www.4seasonsoutdoor.de)

Das Arbeiten im Homeoffice hat seit der Corona-Krise einen großen Schub bekommen. Ein wesentlicher Faktor, um sich im Zuhause wohlfühlen, ist ein gutes Raumklima. Beim badischen Fertighaushersteller WeberHaus etwa tragen alle Häuser das Zertifikat „wohnmedizinisch empfohlen“. Infos gibt es unter [www.weberhaus.de](http://www.weberhaus.de).



Foto: djd-mk/Weber Haus

# Mein schönes Heim

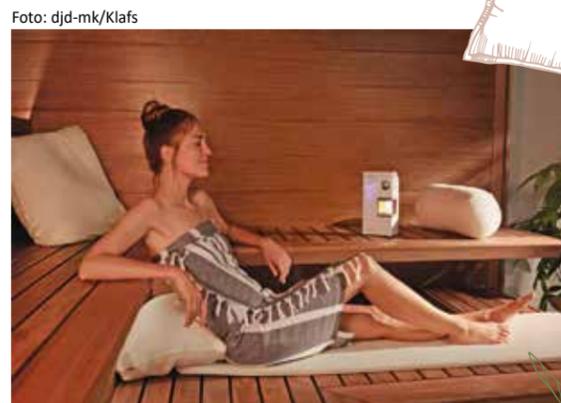


Foto: djd-mk/Klafs

Regelmäßiges Saunieren kann dazu beitragen, den Körper fit zu machen. Hersteller wie Klafs bieten Saunen in zahlreichen Varianten und Größen, die sich auf einfache Weise ins Zuhause integrieren lassen. Salzhinhalationsgeräte wie der handliche SaltProX verteilen dabei einen feinen Trockensalznebel, der entzündungshemmend und desinfizierend wirken kann.

Frühlingszeit ist Dekozeit, nach den dunklen Monaten wird das Zuhause farbenprächtig geschmückt. Bastelanregungen und Vorlagen zum Download gibt es beispielsweise unter [www.kreativ-mit-ferrero.de](http://www.kreativ-mit-ferrero.de). Wie wäre es mit einem Kranz aus Gardinenringen oder Papierhussen für Vasen?



Fotos: djd-mk/Ferrero/Silke Zander

[www.image-witten.de](http://www.image-witten.de)  
 Regelmäßige Aktualisierung von Meldungen und Terminen – natürlich auch nach Redaktionsschluss der Printausgabe!  
**topaktuell – kostenlos**

Nächster Erscheinungstermin:  
**Image** Donnerstag, 29.4.2021  
 Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.4.2021

**Berkermann Bauelemente GmbH**

Kirchweg 8  
 45549 Sprockhövel  
 02324-971885  
 02324-971886  
[info@berkermann-bauelemente.de](mailto:info@berkermann-bauelemente.de)  
[www.berkermann-bauelemente.de](http://www.berkermann-bauelemente.de)

**Unsere Leistungen:**

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

## Bogenschützen finden neues Trainingsgelände

Vier Jahre hatten die Bogenschützen Ennepe-Ruhr e.V. Ausschau nach einem neuen Außengelände für ihren Sport gehalten, jetzt hatte die Suche Erfolg. Nicht zuletzt Dank der Hilfe des 1. Beigeordneten Volker Hoven und des Leiters der Zentralen Gebäudebewirtschaftung ZGS der Stadt Sprockhövel Ralph Holtze konnte ein Gelände neben dem Sportplatz in Hiddinghausen gefunden werden. Finanziert wird die Baumaßnahme u.a. mit Fördergeldern aus der Sparkassenstiftung Sprockhövel und mit Fördergeldern aus dem Programm „Moderne Sportstätte 2022“ des Landessportbundes NRW.

„Es passt nun mal nicht jeder Platz. Das Gelände muss rechteckig und relativ groß sein, damit ein Sicherheitsabstand zum Nachbargrundstück gewahrt bleibt und über die Wettkampfdistanz von 70 Metern trainiert werden kann“, erklärt Vorsitzende Katja Denninghaus. Der neue Platz ist zwar gefunden, aber bis zur Nutzung als Trainingsgelände warten noch eine Menge von Erdarbeiten, um das relativ steil ansteigende Gelände zu ebenen. Viel Erde wollen die rund 40 Freunde des Bogensports dabei in Eigenarbeit bewegen.

### Bogenschützen e.V. wurde 2010 gegründet

Elf Jahre ist es her, als sieben teilweise sehr erfahrenen Mitgliedern im März 2010 beschlossen, einen eigenen Verein zu gründen. Das Bogenschießen kann seitdem sowohl mit dem olympischen Recurvebogen oder dem Compoundbogen wie auch traditionell mit dem Langbogen oder Recurvebogen erlernt und trainiert werden. Neben dem Breiten-sport treten die Bogenschützen auch mit einer eigenen Ligamannschaft bei Wettkämpfen an.

Schnell wuchs die Zahl der Aktiven zwischen 8 und Ü60, sank aber aufgrund der eingeschränkten Trainingsmöglichkeiten über die Jahre. „Es macht einfach Spaß, sich in der frischen Luft zu bewegen. Beim Schießen geht viel über Konzentration und die mentale Einstellung“, verrät Katja Denninghaus und freut sich jetzt schon darauf, endlich auf eigenem Gelände trainieren zu können. Geplant sind dann auch Anfängerkurse und ein Tag der offenen Tür. dx



Schon einige Kubikmeter Erde hat der Bagger auf dem neuen Außengelände des Bogensportvereins in Hiddinghausen bewegt. Ralph Holtze (ZGS), Katja Denninghaus (1. Vorsitzende) und Volker Hoven (1. Beigeordneter) freuen sich.

### INFO

„Ich freue mich, dass wir mit den nun erteilten Förderentscheidungen unseren Vereinen tatkräftig unter die Arme greifen können. Wir haben uns zum Ziel gesetzt, einen spürbaren Beitrag zur Modernisierung unserer Sportstätten in Nordrhein-Westfalen zu leisten. Dies ist uns mit diesem Förderprogramm gelungen. Nun können wir den Sanierungsstau deutlich reduzieren“, übermittelte die Staatssekretärin für Sport und Ehrenamt der Staatskanzlei des Landes NRW, Andrea Milz.

## Salamanderpest bedroht Lurche



### Salamanderbestand im Ennepe-Ruhr-Kreis stark gefährdet

„Es ist dramatisch“, sagt Ralf Löchel von der Unteren Naturschutzbehörde. „Vor allem im Raum Hattingen ist der Feuersalamander nahezu verschwunden. Ehemalige Verbreitungsgebiete mit großen Populationen am Isenberg oder im Felderbachtal sind bereits traurige Geschichte.“

Im Ruhrgebiet wurde die sogenannte „Salamanderpest“ erstmals 2017 festgestellt. Es handelt sich um den Hautpilz Batrachochytrium salamandrivorans, kurz „Bsal“. Der Pilz frisst Löcher in die Haut der Amphibien und stört damit wichtige Hautfunktionen wie die Hautatmung und den Schutz vor Austrocknung. In den Wunden können sich außerdem Bakterien ansiedeln, die Sekundärinfektionen auslösen. Die allermeisten infizierten Tiere sterben deshalb innerhalb von 14 Tagen. Neben den Feuersalamandern können auch verschiedene Molcharten erkranken.

### Naturschützer erklärt: „Wir können alle helfen“

Der Pilz vermehrt sich durch Sporen, die lange in Gewässern oder feuchten Böden in einer kühlen Umgebung überleben können. Menschen, die sich in den Lebensräumen der Amphibien aufhalten, tragen die Sporen weiter. Gleiches gilt für Hunde, wenn sie die Sporen über ihr Fell oder die Pfoten aufnehmen.

Viele Salamander leben in Natur- oder Landschaftsschutzgebieten, in denen das Verlassen der Wege für Menschen und Hunde ohnehin verboten ist. Aber auch außerhalb der Schutzgebiete sollten Bach- oder Teichufer nicht betreten werden, um die weitere Verbreitung der Salamanderpest zu vermeiden.

Wer sich doch in den Wasser- oder Landlebensräumen der Amphibien aufgehalten hat, sollte alles, was mit Wasser oder feuchtem Boden in Berührung gekommen ist, gründlich reinigen und auf der Heizung vollständig trocknen. Hände, Geräte und Schuhe sollten desinfiziert werden.

### KRANKE UND TOTE TIERE NICHT BERÜHREN

„Hilfreich wäre aber ein Foto, das uns mit Angabe des genauen Fundortes per E-Mail an unb@en-kreis.de geschickt wird“, bittet Löchel um Mithilfe. Der Kreis werde an den betroffenen Stellen mit Hinweisschildern auf Verhaltensregeln zur Rettung der Salamanderbestände hinweisen.

Wer Fragen zum Thema Salamanderpest hat, kann sich an Ralf Löchel, Telefon: 02336-932346, E-Mail: r.loechel@en-kreis.de, oder Sascha Clausdeinken, Telefon 02336-932308, E-Mail: s.clausdeinken@en-kreis.de wenden.



## Neue Wege – Natursteine im Garten

Foto: BGL – Höhere Mauern aus Naturstein baut der Landschaftsgärtner mit Mörtel.

Um dem eigenen Garten neue Strukturen zu verleihen, die durch Individualität und Qualität bestechen und dabei natürliches Flair zu bewahren, sind Natursteine das ideale Material. Sie sind einer der ursprünglichsten Baustoffe überhaupt, praktisch ewig haltbar und benötigen im Grunde keinerlei Pflege. Wer sich dafür interessiert, eine Terrasse zu errichten, eine neue Wegeführung zu realisieren oder einfach dem Garten ein neues Gesicht zu geben, erhält die beste Beratung bei einem Landschaftsgärtner.

Naturstein besitzt eine sehr hohe Belastbarkeit und hat kaum Abrieb, weswegen er sich hervorragend als Belag für Wege eignet. Wege, Stufen und Plätze bilden das Gerüst des Gartens, sie verleihen ihm Struktur und Tiefe, im Sommer wie im Winter. Ein einladender Weg aus Natursteinplatten im Vorgarten sieht nicht nur gut aus, sondern er steigert die Wertigkeit des ganzen Grundstücks. Bei der Planung der Wegführung sollte von vornherein der gewünschte Gesamteindruck berücksichtigt werden. So sind geschwungene Wege zwar nicht der kürzeste Weg von A nach B, aber sie bringen Romantik und Verträumtheit in den Garten. Wer dagegen eine moderne Ästhetik mit geometrischen Akzenten bevorzugt, für den sind gerade Weglinien eher passend.

Gartenmauern dienen der Abgrenzung zum Nachbargrundstück oder zur Straße hin, aber sie können auch als schützender Hintergrund oder als Trennelement im Garten wirken. Bei der Errichtung einer Mauer aus Naturstein hat man grundsätzlich die Wahl zwischen Trockenstein und Mörtel. Die Trockensteinmauer ist die älteste Form des Mauerwerks. Feld- oder Bruchsteine werden ohne verhärtende Bindemittel übereinandergelegt, dabei wird die Stabilität allein durch die Anordnung der Steine und die Kunst der Schichtung erzeugt. Zwischen die Steine wird lediglich eine dünne Schicht Erde aufgebracht, die verhindert, dass die Steine wackeln und die für eine spätere Bepflanzung das notwendige Substrat bildet. Trockenmauern bringen Charakter und Ursprünglichkeit in den Garten. Ihre Spalten bieten auch eine Behausung für Nützlinge aus dem Tierreich, wie Eidechsen oder Steinhummeln. Bepflanzt werden Trockenmauern mit verschiedenen Steingartenpflanzen. Mörtelmauern dagegen haben den Vorteil einer höheren Stabilität – sie eignen sich vor allem für höhere Mauern, außerdem können damit auch dekorative Details wie Torbögen, Nischen oder Wandbrunnen realisiert werden.

Landschaftsgärtner können mit Natursteinen Sitzecken erschließen, Kräuterspiralen einfassen und Hangkanten formen, Begrenzungen für Teiche und Wasserläufe festigen oder einzelne Gestaltungselemente setzen. Gut überlegt lassen sich verschiedenste Ideen mit Naturstein umsetzen und dafür ist der Landschaftsbaubetrieb in der Nähe die beste Adresse. BGL

## Bommerholzer Baumschulen

### Starten Sie mit uns in den Frühling!

Wir bieten Ihnen zu jeder Jahreszeit ein breites Sortiment hochwertiger Containerpflanzen auf 1,2 ha Verkaufsfläche.

Beste Qualität und fachliche Beratung sind in unserer Baumschule selbstverständlich!

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





**Wir haben Sie alle!**  
Und den Service dazu.





























Besuchen Sie uns!

**G. Dammertz**  
Motor- und Gartengeräte  
Wittener Straße 192  
45549 Sprockhövel-Hiddinghausen  
Telefon (0 23 39) 45 17

...mehr als nur Steine



**Für Haus und Garten**

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

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

Natursteinbrüche Bergisch Land GmbH, Hahnenfurth 5, 42327 Wuppertal

**Fon +49 20 58 78 26 90**

## The Honeyclub: Musiker leben das Gefühl des Rock'n'Roll

Leadsänger und Gitarrist Lukas Schwermann (G.Lou), Bassist Alexander Böhmer (Bo J. Al) sowie Schlagzeuger und Background-Sänger Jonas Klein (Feety Joe) sind „The Honeyclub“. Sie sind jung, cool und wollen nur eines: Musik machen und irgendwann davon leben.



V.l. Jonas Klein, Alexander Böhmer und Lukas Schwermann - The Honeyclub.

Foto: Miriam Janclaus

Die drei Sprockhöveler, „The Honeyclub“, wurden beim Wettbewerb „Ruhrcomer“ als studentische Spitzenband des Ruhrgebiets ausgezeichnet und dürfen bei „Bochum Total“ zeigen, was sie draufhaben. Nach der Veröffentlichung der ersten EP „Chemistry, Baby!“ im September 2020, folgte im Februar die Vorab-Single „You Get The Wrong Idea“ und jetzt im März die zweite EP „Biology, Baby!“ Im Kopf hat das Trio nur eines: Musik machen. Diagnose: lebenslänglich.

Die drei Freunde kennen sich seit ihrer Hattinger Schulzeit und hatten vor der Gründung ihrer Band schon lange Musikerfahrung. „Wir haben auch gemeinsam Musik gemacht, Songs gecovered. Aber wir wollten unsere eigenen Sachen machen und deshalb haben wir im September 2019 unsere Band gegründet“, berichtet Lukas Schwermann. Acht Wochen später dann das Live-Debut im ausverkauften „Rottstr5-Theater“ in Bochum mit ersten acht eigenen Songs. Die schreibt in der Regel Lukas Schwermann. Er studiert Sozialwissenschaften in Bochum, Bandkollege Alex

Physik, ist aber Maschinenbauer. Der Dritte im Bunde, Jonas, hat eine Ausbildung als Fotograf in der Tasche. „Aber unser absoluter Lebensmittelpunkt ist die Musik und unsere Band“, sagen sie. Im Sommer 2020 dann der Sieg bei „Campus Ruhrcomer“. Im September die Debut-EP, im Oktober eine Studio-Session bei Monkey Moon Recordings. Jetzt also das erste Musikvideo und die zweite EP. Corona-Blues? „Nicht bei uns. Wir sind hochmotiviert. Wir brennen für unsere Musik und wenn man was mit Leidenschaft macht, dann trägt das auch

# THE HONEYCLUB

durch schwierige Zeiten. Klar, wer finanzielle Belastungen hat, für den ist die Krise existenziell. Für uns ist sie im Moment etwas, was uns absolut kreativ werden lässt. Wir müssen ja auch andere Wege finden, uns zu präsentieren“, erzählen Lukas und Jonas. Aber – das ist natürlich auch klar – das Schönste ist auf jeden Fall der Live-Auftritt. „Noch besser wäre

eine Tour“, meint Jonas. Und das möglichst bald. „Die Reichweite über Online-Streaming-Konzerte und Social Media ist einfach eine andere Art der Präsentation.“ Aber eben im Moment die Form, die geht. O-Ton der Musiker: Corona ist unsexy. Was die Band auf der Pflanze hat, ist DAS Lebensgefühl vom Rock'n'Roll. Loud. Hot. No plastic, everything ist real. Elf Minuten Rock'n'Roll-Tracks erwartet die Hörer auf der neuen EP. „Wir wollen eine lebensbejahende und positive Message überbringen. Wir wollen ein Statement

setzen, denn für uns ist Depressiv eben nicht das neue Verwegen“, beschreiben sie ihren Stil. Freiheit, Selbstbestimmtheit, Leichtigkeit, aber auf keinen Fall belanglos – so verstehen sie ihre Texte und ihre Musik. Inhaltlich geht es natürlich auch um Zwischenmenschliches. Geprüft wird auf einem Sprockhöveler Bauernhof. Da sind sie für sich.

„Wir machen alles selbst – von den ersten Ideen über Texte, Musik, Fotos, Booking, Presse – was so dazugehört.“

Gesungen wird auf Englisch. „Wir haben internationalen Anspruch“, sagen sie selbstbewusst. Und fügen mit einem Grinsen hinzu: „Wir machen Musik und das ist für uns kein Hobby oder eine Freizeitbeschäftigung. Wir wollen davon leben. Das ist jedenfalls unser erstes Ziel vor den Grammys.“ Wenn man 23, 24 Jahre alt ist und eine Band kurz vor einer weltweiten Pandemie gegründet hat, dann muss man den Mund aufmachen und darf große Ziele haben. Es heißt ja immer im Rückblick auf das Leben, man hätte seine Träume nicht so schnell aufgeben sollen.

Gute Songs schreiben, das sei viel Arbeit. Zwei gemeinsame Proben pro Woche sei der geringste Teil der Aufgaben. „Wir gehen volles Risiko, weil wir das wirklich so wollen.“ Ehrliche Kritik nehmen sie gerne an. Unterstützung vom persönlichen Umfeld gibt es sowieso.

„The Honeyclub“ dürfen sich nicht nur beste studentische Band des Ruhrgebiets nennen, sondern dürfen auch beim Festival „Bochum Total“ auftreten. Ob das in diesem Jahr der Fall sein wird – keiner weiß das. Denn nach dem Streaming-Event 2020 will Bochum-Total-Gründer Marcus Gloria unbedingt live performen. Vom 8. bis 11. Juli soll es soweit sein. Das letzte Jahr war übrigens die erste Absage nach 35 Jahren Sommerfestival und die Verantwortlichen hoffen, es jetzt irgendwie hinzukriegen. Noch gibt es keine Absage. Noch steht auch der Auftritt am 14. August beim Jubiläumsprogramm der Stadt Sprockhövel „50plus 1“. Einen Corona-Song wird es von diesem Trio definitiv nicht geben. Das Leben ist kurz und kann schnell vorbei sein. Also habt Spaß, genießt den Augenblick! Kontakt: Lukas Schwermann, E-Mail [thehoneyclub@web.de](mailto:thehoneyclub@web.de); [www.thehoneyclub.de](http://www.thehoneyclub.de). anja



Skoda Enyaq iV 50. Foto: Auto-Medienportal.Net/Skoda

## Skoda Enyaq iV 50 ab 33.800 Euro verfügbar

Mit dem Enyaq iV 50 bietet Skoda ab sofort eine Einstiegsversion seines Elektro-SUV für 33.800 Euro an. Nach Abzug der Prämien liegt der Basispreis bei 24.230 Euro. Der Enyaq iV 50 hat eine Batterie mit einer Bruttokapazität von 55 kWh, die für rund 360 Kilometer Reichweite stehen. Das Einstiegsmodell hat Heckantrieb und einen ebenfalls hinten eingebauten Elektromotor mit 109 kW (148 PS) und 220 Newtonmetern Drehmoment. Die leistungsstärkeren Varianten besitzen einen zweiten Elektromotor für die Vorderachse. Je nach Leistungsvariante kann der Enyaq Lasten bis zu 1200 Kilogramm ziehen – eine Seltenheit in der Welt der Elektromobile. Beim Enyaq iV 60 steigt die Kapazität auf 62 kWh und die Reichweite auf rund 390 Kilometer. Er leistet 180 PS (132 kW). Das Spitzenmodell iV 80 mit 204 PS (150 kW) schließlich kommt auf eine Reichweite von 500 Kilometern.

Die neue elektrische Antriebstechnik ermöglicht den Designern bei der Gestaltung des Innenraums ganz neue Wege zu gehen und zusätzlichen Freiraum für Fahrer und Passagiere zu schaffen. Der Enyaq besitzt den größten Innenraum der Skoda-SUV-Flotte. Fahrer und Copilot blicken auf einen 13-Zoll-Bildschirm, der alle wichtigen Informationen liefert und über den das Infotainment gesteuert werden kann. Vor dem Lenkrad platzierten die Skoda-Kreativen übersichtlich angeordnete digitale Anzeigen.

Die neue Baureihe ist 4,50 Meter lang, der Radstand beträgt 2,77 Meter. Das Kofferraumvolumen liegt bei 585 Litern. Serimäßig ist der Enyaq mit dem virtuellen Cockpit ausgestattet. Zum Aufladen befinden sich ein Schnellladeanschluss für die Standards CCS/Combo 2 sowie ein Ladekabel für AC-Ladestationen (Mode-3-Ladekabel, Typ 2, 16A) an Bord.

Bis Ende 2022 plant das Unternehmen mehr als zehn elektrisch angetriebene Modelle und investiert in diesem Zeitraum insgesamt zwei Milliarden Euro.

**Übrigens:** Enyaq ist eine Kombination aus dem gälischen „enya“ und dem markttypischen „q“, das Skoda-Modelle als SUV ausweist. „Enya“ bedeutet Quelle des Lebens und soll wohl den Aufbruch in eine nachhaltige Zukunft markieren. Bei der Namensfindung für die noch kommende Modelle werden die Skoda-Linguisten bis dahin noch die eine oder andere vergessene Sprache finden. *ampnet/jri*



**DER NEUE, 100% ELEKTRISCHE SKODA ENYAQ iV.**

**ab 24.04.21 bei uns!**

**iv**

» WIR SIND FÜR SIE DA – AUCH MIT EIN WENIG MEHR ABSTAND «

### Was, wenn Fortschritt auf einmal alle voranbringt?

Nicht nur für Pioniere, sondern für alle – der Neue SKODA ENYAQ iV. Der erste vollelektrische SUV von SKODA ist das jüngste Mitglied der wachsenden Familie von iV-Modellen. Ihre Abkürzung steht für intelligent Vehicle: So beeindruckt der ENYAQ iV mit modernsten Konnektivitäts- und Infotainmentlösungen, jeder Menge Platz für Ihre Ideen sowie über 500 Kilometern<sup>1</sup> Reichweite und lässt sich in nur 40 Minuten wieder bis zu 80 % aufladen<sup>2</sup>. Damit ist er genau das richtige Fahrzeug für den Alltag von heute. Und passt zu allen, die nicht auf die Zukunft warten möchten. Sichern Sie sich jetzt ein attraktives Angebot. SKODA. Simply Clever.

<sup>1</sup> Beim SKODA ENYAQ iV 80. Wert im WLTP-Messverfahren ermittelt. Tatsächliche Reichweite abhängig von Faktoren wie persönlicher Fahrweise, Streckenbeschaffenheit, Außentemperatur, Witterungsverhältnissen, Nutzung von Heizung und Klimaanlage, Vortemperierung, Anzahl der Mitfahrer.

<sup>2</sup> Bezogen auf einen Schnellladevorgang von 10 % auf 80 % Batteriekapazität unter optimalen Bedingungen.

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.



**Automobile Friedenseiche GmbH**  
Casterper Hellweg 109, 44805 Bochum  
Tel.: 0234352914, Fax: 02349362186  
[info@automobile-friedenseiche.de](mailto:info@automobile-friedenseiche.de)  
[www.automobile-friedenseiche.de](http://www.automobile-friedenseiche.de)

Nächster Erscheinungstermin:  
**Donnerstag, 29.4.2021**  
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.4.2021

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

**NISSAN** HU/AU täglich!

**Für alle Fabrikate.  
Werkstatt geöffnet!**

**autohaus  
KOHLMANN**  
seit 1933

**Autohaus Kohlmann GmbH & Co. KG**  
Wittener Straße 216 • 45549 Sprockhövel  
Tel.: 0 23 39/12 05 80 • www.kohlmann.de

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

Nächster Erscheinungstermin:  
**Image** **Donnerstag, 29.4.2021**  
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.4.2021

**Lanwehr** **Heizöl**  
MINERALÖL



Seit 1919 steht die Firma Lanwehr mit Ihrer umfangreichen Dienstleistungspalette für stetig kundenorientierte und optimale Leistungen.

**Tel.: 0 23 02/91 42 50**  
**Witten · Liegnitzer Straße 42**

## Sommerreifen vor der Montage gründlich prüfen



Messung der Profiltiefe am Reifen.  
Foto: Auto-Medienportal.Net/GTÜ

Das Frühjahr hat offiziell begonnen, und damit nähert sich die Zeit für die Sommerreifen. Eine verbreitete Faustregel besagt, dass Winterreifen von „O bis O“ – von Oktober bis Ostern – gefahren werden sollten.

Viele Autobesitzer greifen selbst zu Radkreuz und Wagenheber. Nicht mehr verkehrstaugliche oder unsachgemäß montierte Reifen bergen allerdings Gefahren, warnt die Gesellschaft für Technische Überwachung (GTÜ). Geprüft werden sollten dabei beim Reifenwechsel in Eigenregie bei den zu montierenden Reifen das Profil, der Luftdruck, das Alter und mögliche Beschädigungen. Wichtig ist natürlich auch das richtige Drehmoment beim Anziehen der Radmutter.

Beim Profil schreibt der Gesetzgeber für Winterreifen eine Mindestprofiltiefe von vier Millimetern vor, für Sommerreifen dagegen nur 1,6 Millimeter. Werden sie eingehalten, gibt es bei Verkehrskontrollen nichts zu beanstanden. Ein geringeres Profil kann jedoch beispielsweise bei Starkregenfällen dennoch kritisch werden. Mit der Abnahme des Profils steigt die Aquaplaning-Gefahr. Deswegen empfiehlt die GTÜ für Sommerreifen eine Mindestprofiltiefe von drei Millimetern. Der erste Blick sollte möglichen Fremdkörpern im Reifen gelten. Hat sich ein Nagel im Gummi versteckt, der im schlimmsten Fall zum Platzen des Pneus führen kann? Ist das Profil ungleichmäßig abgefahren, empfiehlt sich die Fahrt zur Fachwerkstatt. Diese sieht sofort, ob die Unregelmäßigkeiten auf eine falsch eingestellte Fahrwerkgeometrie oder auf nicht mehr korrekt arbeitende Stoßdämpfer zurückzuführen sind. Zudem sollten die Reifen nicht überaltert sein. Feine Risse im Gummi sind eindeutige Hinweise darauf. Eine

## Wenn das Auto im Wasser steht

In mehreren Bundesländern steigen in diesen Tagen die Pegel dramatisch, und einzelne Flüsse sind schon über die Ufer getreten. Wenn Straßen und Wege überflutet werden, sind auch ganz schnell dort geparkte Autos in Gefahr. Wie sieht es da eigentlich mit der Versicherung aus?

Wird ein geparktes Auto durch plötzlich auftretendes Hochwasser beschädigt, ist dies ein typischer Teilkasko-Schaden. Betroffene sollten so schnell wie möglich mit ihrer Versicherung Kontakt aufnehmen, rät die HUK-Coburg. Am besten ist ein Anruf noch von der Schadenstelle aus. Versichert ist übrigens nicht allein das Auto, auch fest eingebaute Teile wie Navigationssystem, Telefon oder Autoradio mit Lautsprechern sind mit eingeschlossen. Dasselbe gilt für Zubehör, das – wie zum Beispiel der Kindersitz – gesetzlich vorgeschrieben ist oder der Pannenhilfe dient. Es wird dringend davon abgeraten zu versuchen, den Motor eines überschwemmten Autos selbst zu starten. Auch wenn das Wasser abgeflossen ist, droht noch Gefahr. Sobald es in den Motorblock eindringt, kann der Ölfilm reißen. Für bewegliche Teile des Motorblocks, wie zum Beispiel Kolben, heißt das, wenn der Motor anspringt, reibt Metall auf Metall und es droht wegen des fehlenden Schmiermittels ein Motorschaden. Darum sollte das Auto auf jeden

exaktere Angabe bietet der auf der Reifenflanke hinterlegte Herstellungsmonat: Die letzten vier Ziffern der DOT-Nummer geben Auskunft. Steht dort beispielsweise „4216“, wurde der Reifen in der 42. Kalenderwoche des Jahres 2016 produziert. Genügend Profil vorausgesetzt, wäre in diesem Fall alles in Ordnung. Doch auch ohne gesetzliche Vorschriften wird empfohlen, Reifen nach acht bis zehn Jahren auszutauschen. Denn mit der Zeit härtet der Gummi aus, und die Reifen verlieren an Haftung. Ist alles in Ordnung, steht der Montage nichts mehr im Wege. Die Gesellschaft für Technische Überwachung empfiehlt, beim letzten Anziehen der Radmutter einen Drehmomentschlüssel zu benutzen. Denn zu locker oder zu fest angezogene Muttern können in beiden Fällen dazu führen, dass sie sich lösen. Und natürlich sollte der Reifendruck stimmen, denn sonst werden Fahrverhalten, Bremsweg, Abnutzung der Reifen und auch der Benzinverbrauch negativ beeinflusst. Wer nicht selbst einen Reifendruckmesser und eine Luftpumpe zu Hause hat, der fährt zur Tankstelle. Ob ein Reifen eine Unwucht hat, bemerkt man oft schon während dieser Fahrt – und der Besuch einer Fachwerkstatt ist ratsam. Weil der richtige Reifendruck generell wichtig ist, sollte er alle zwei Wochen überprüft werden. Wenn die Reifen nicht mehr in Ordnung sind und eine Neuanschaffung ansteht, können Reifentests eine Orientierung beim Kauf geben. So nimmt die GTÜ regelmäßig mit dem Auto Club Europa aktuelle Pneus unter die Lupe. Aktuell wurden Sommerreifen der großen Zweitmarken geprüft: Unter anderem Namen versuchen die bekannten Reifenhersteller, ihre Erfahrungen und ihr Know-how ein zweites Mal zu vermarkten. Getestet wurden neun Reifen der verbreiteten Größe 215/55 R17, die etwa auf kompakte SUV und Mittelklassekombis passen. Der Test ist auf der GTÜ-Homepage zu finden (www.gtue.de).  
ampnet/jri



Reifenwechsel in der Fachwerkstatt.

Foto: Auto-Medienportal.Net/GTÜ



Für Hochwasserschäden am Auto ist die Teil- oder die Vollkaskoversicherung zuständig.  
Foto: Auto-Medienportal.Net/HUK-Coburg

Fall abgeschleppt und fachgerecht gereinigt werden. Vorsicht ist auch an anderer Stelle geboten. Wer sich mit dem Auto einem Hochwassergebiet nähert, sollte es weiträumig umfahren. Selbst geringe Wasserhöhen bergen die Gefahr eines Wasserschlags, dabei gelangt durch den Ansaugstutzen unter der vorderen Stoßstange Wasser in den Motorblock. Wichtig zu wissen: Wer Motorschäden geltend machen will, die während einer Fahrt durch das Wasser oder durch Restwasser im Motor entstanden sind, muss eine Vollkaskoversicherung abgeschlossen haben, so die HUK-Coburg.  
ampnet/jri

**Feix** Autohaus  
**KURZ-ZULASSUNGEN**  
**JETZT EXTRA GÜNSTIG!**

**BESTE AUTOHÄNDLER 2020**  
**BESTE KFZ-WERKSTÄTTEN 2020/21**

**Auch im Lockdown sind unsere Werkstätten geöffnet.**  
BO-Zentrum: Oskar-Hoffmann-Str. 63-69  
BO-Stadion: Castroper Str. 180-188  
Tel.: 0234-30 70 80  
Witten: Dortmunder Str. 56  
Tel.: 02302-20 20 20

**Unser Verkaufsteam ist für Sie erreichbar.**  
**Feix** Autohaus Feix GmbH  
info@auto-feix.de

**Auto**  
**Dieter Kuhlmann**  
Inh. Sven Wieschermann

Spezialwerkstatt für Seat und Skoda  
**Meisterwerkstatt**  
für alle Fabrikate

**AGS** Autoglas  
Autoglas-Fachbetrieb

Klare Sicht. Klare Sache.  
Bochumer Str. 4 a, 45549 Sprockhövel, Tel. 0 23 24 / 90 75-0

**A&D** REIFENHANDEL **A&D** Fahrzeugpflege  
... damit es rund läuft

**Räderwechsel 15,00 €**  
**Felgenwäsche 2,50 €**

**Räderwechsel + Reifenlagerung 39,50 €**  
**ab 29,95 €**  
Außen- & Innenwäsche

Schmiedestraße 10  
45549 Sprockhövel  
Tel. 02339 911 80 24  
service@a-d-reifen.de

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr.: 8:00 - 18:00 Uhr  
Sa.: 8:00 - 14:00 Uhr  
und nach Vereinbarung



Die letzten und freudigsten Stunden bei der Sportplatz Arbeit

Letzte Arbeiten am ersten Sportplatz, von links: Ewald Potthoff, Walter Munkert, Fritz Löhken, Gustav Pennekamp, Willi Pennekamp, Fritz Brandenberg, Walter Pennekamp, Fritz Pöling, Emil Munkert



1. Mannschaft und Westdeutscher Meister 1929

## Am 1. März 1921 gegründet – SC Obersprockhövel ist 100 Jahre alt

Heute zählt der SC Obersprockhövel insgesamt **550 Mitglieder** (über 18 Jahre), **252 Mitglieder** (unter 18 Jahren) und **120 Mitglieder** im SCO Freundeskreis, **4 Seniorenmannschaften**, **3 Altherren-Mannschaften** und **13 Jugendmannschaften** mit fast **30 ehrenamtlichen Trainern** und blickt auf 100 Jahre Vereinsgeschichte zurück.

Unter dem Motto „**Der freie Quell, der aus dem Felsen bricht, du freier Sport, empore aus Nacht zum Licht**“ wurde der Sportclub Obersprockhövel am 1.3.1921 gegründet. Es wurde auf der Hellhammers Wiese „Schewe Kop“ (hintern Restaurant Schlagbaum) Fußball gespielt, bis in Eigenarbeit die Vereinsmitglieder 1931 den Sportplatz am Schlagbaum anlegten.



Die Jugendabteilung des S.C. Obersprockhövel

### 3 x Westdeutscher Meister in der Fußballgemeinschaft des Arbeiterturn- und Sportbundes

In den Jahren 1929 bis 1931 wurde der SCO dreimal Westdeutscher Meister in der Fußballgemeinschaft des Arbeiterturn- und Sportbundes und als Highlight erreichte man am 12.4.1931 in Hamburg das Finale um die Bundesmeisterschaft. Das Spiel vor 20.000 Zuschauern gegen Lorbeer 06 Hamburg wurde mit 2:1 verloren.

Die Freude über den eigenen Sportplatz währte nicht all zu lange, denn 1933 wurde der Verein, der zu der Zeit ca. 200 Mitglieder hatte, von den Nazis verboten und das Vermögen beschlagnahmt.

Der Arbeitsdienst machte 1934 aus dem Sportplatz wieder einen Acker. Nach dem Krieg wurden dem Verein als Wiedergutmachung für die erlittenen Verluste im Jahr 1948 5.000 DM gezahlt. Im Jahre 1951 wurde ein Bauantrag für einen neuen Sportplatz (wo jetzt das Kleinfeld ist) gestellt, es folgte 1961 die Erbauung des neuen Asche-Sportplatz (wo der heutige Platz steht), 1988 die Modernisierung des neuen Platzes und 1992 die Erbauung der Umkleidekabinen.

### Weitere Highlight des SCO seit dem Jahre 2000

- 2000 Erbauung Vereinsheim SCO- Treff
- 2006 Gründung SCO-Freundeskreis
- 2007 Erbauung des Kunstrasenplatzes
- 2008 Aufstieg in die Bezirksliga
- 2012 Erbauung des Kleinspielfeldes
- 2014 Aufstieg in die Landesliga
- 2015 Erbauung der neuen Kabinen (Anbau)
- 2017 Erneuerung des Kunstrasenplatzes
- 2020 Aufstieg der B-Jugend in die Bezirksliga

Der SC Obersprockhövel hat in 100 Jahren NUR 8 erste Vorsitzende, fünf Kassierer, 10 Jugendleiter und 27 Trainer der 1. Mannschaft.



1. Mannschaft des S.C. Obersprockhövel

## Traditionsgaststätte erfährt Generationenwechsel

Wenn alles gut läuft und die Handwerker und Lieferanten mitspielen, wird „Am Schlagbaum“ in Sprockhövel bald in neuem Licht erstrahlen. Der neue Inhaber Robin Sonnenschein, gelernter Koch und zuvor tätig in anderen Gasthäusern, hat die Traditionsgaststätte übernommen und eine sechsstellige Summe investiert. Mit einem zeitgemäßen Farbkonzept, einer Lichtgestaltung von Lichtprofis und neuer Möblierung möchte der 30-Jährige seine Gäste überraschen. Der Landhausstil wird weichen und dafür eine moderne lichtdurchflutete Gaststätte entstehen, in der sich junge sowie ältere Gäste wohl fühlen, ist sich Robin Sonnenschein sicher.



Erstrahlt in Kürze in neuem Ambiente, Restaurant für Leib & Seele „Am Schlagbaum“

**Am Schlagbaum**  
Restaurant für Leib & Seele

Haßlinghauser Str. 65 • 45549 Sprockhövel • ☎ 02324/77388 • Fax: 02324/77543  
Mi. – Fr. ab 17.00 Uhr • Sa./So. & Feiertage ab 11.00 Uhr geöffnet • Mo. & Di. Ruhetag

**Außer-Haus-Lieferung**

Ungefähr 50 Gäste finden bald in der neugestalteten Gaststätte mit dem Bereich des „Stübchens“ Platz.

### Die Eltern führten das Haus erfolgreich seit 32 Jahren

Ihre Gäste kamen auch aus den umliegenden Städten Wuppertal, Witten, Gevelsberg und Schwelm und kehrten immer wieder gerne ein, diese Stammkunden liegen dem neuen Chef besonders am Herzen. Robin Sonnenschein möchte jetzt nicht alles anders machen, aber mit frischem Schwung, neuen Ideen und saisonaler Küche die Stammgäste überzeugen und neue Gäste zum Kennenlernen einladen. In diesem Jahr nimmt Robin Sonnenschein erstmalig mit seiner Gaststätte am „Menükarussell 2021“, mit einem ausgefallenen Menü zusätzlich der begleitenden Getränke teil. Image wünscht dem neuen Inhaber viel Erfolg und wünscht ihm, dass er „Am Schlagbaum“ in Kürze eröffnen kann!

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

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

**topaktuell – kostenlos**

Elektroinstallation • Hausgeräte • Haushaltsartikel • Küchenmodernisierung

**Kundendienst** ELEKTRO **SCHÖNEBORN**

Hauptstr. 46, 45549 Sprockhövel. Service ist unsere Tradition!

Tel.: 023 24/9 1957-0, Fax: 023 24/9 1957-29

# Image-Leser sind immer informiert

Monatsmagazine für Hattingen, Sprockhövel & Witten

Gesamtauflage ca. 90.000 Exemplare

lokale Neuigkeiten & informative Rubriken

Briefkastenverteilung



Image **Aktuelle Termine finden Sie unter [www.image-witten.de](http://www.image-witten.de)** ☎ **02302 9838980**

# Impressum

**Titelbild:**  
Foto: Bigstock – Ostermotiv

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

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

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

**Verteilung:**  
DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

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

**Erscheinungsweise und Auflage:**  
Monatlich, kostenlos, Auflage 16.500 Exemplare. Haushaltsverteilung unter anderem in Niedersprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen. Es gilt die Preisliste Nr. 6 ab Ausgabe 5/2020. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:  
**Donnerstag, 29.4.2021**  
Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.4.2021

Wir für Sie vor Ort...

# Gewinnen Sie 30 Euro

Auf dieser Seite finden Sie Kleinanzeigen, die alle mit Zahlen versehen sind. Bei drei dieser Anzeigen haben wir außerdem ein kleines Glückskleeblatt versteckt. Merken Sie sich die drei Zahlen derjenigen Anzeigen, die mit einem Kleeblatt gekennzeichnet sind. Diese drei Zahlen und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) schicken Sie per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Wasserbank 9, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an [gewinnspiel@image-witten.de](mailto:gewinnspiel@image-witten.de) mit dem **Stichwort „Glücksklee Image“**. Einsendeschluss ist der 19.4.2021.

Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des „Image“-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Der Gewinner des 30-Euro-Preises wird per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt.

## Gewinnspiel März 2021

Die Gewinner von jeweils 30 Euro sind: Doris Schneider, 58456 Witten; Michael Scherp, 58453 Witten; Elisabeth Kottke, 45549 Sprockhövel. Image sagt herzlichen Glückwunsch.

**WOHNMOBIL-CENTER**  
Am Wasserturm

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**

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

**Gutt Verkehr&Service UG**

Dresdener Straße 26  
45549 Sprockhövel

02324-9045665  
0176-23542903  
GuttV-S@gmx.de

- Funkmietwagen
- Flughafenstransfer
- Kranken- & Behindertenfahrten
- Trage- & Rollstuhlfahrten

...natürlich Baum!

**BAUM & NATUR**

Fachbetrieb für artgerechte Baumpflege

**Baumpflege, -kontrolle, -pflanzung, -fällung**

J. Schwardmann  
Fachagrarwirt für Baumpflege  
Tel. 0176 84220440  
Baum-und-Natur@outlook.de

Wir lieben Lebensmittel.

**EDEKA Markt**

**Familie Grütter und Team**

Wittener Str. 12 · 58456 Witten · ☎ 02302/972026  
Öffnungszeiten: Montag bis Samstag 7 bis 21 Uhr

**DUO**  
Optik & Akustik  
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

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

**Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!**

- Fenster- und Türsicherung
- Einbruchmeldeanlagen Funk & Draht
- Brandmeldeanlagen Funk & Draht
- Schließanlagen / Zutrittskontrolle
- Elektroarbeiten

zertifiziert nach DIN EN 16763

**NEU 0 % Finanzierung**  
und günstiges Leasing möglich

für Privat und Gewerbe

Behelstr. 19 · 58453 Witten  
Tel. (02302) 2781177  
[me-sicherheit.de](http://me-sicherheit.de)

**akf bank**  
der finanzpartner

»Kompromisslos kundenorientiert. Das ist meine akf.«

Ihr Spezialist für die Finanzierung mobiler Wirtschaftsgüter.

akf bank GmbH & Co KG  
Niederlassung Witten  
T +49 (0) 2302 2821-100  
t.drueke@akf.de

Ihr **NEUER WEG** zu uns:  
[www.renault-kost.de](http://www.renault-kost.de)

**EU-Neuwagen / Werkstatt Service / Gebrauchtwagen**

Wir sind nur dann zufrieden wenn Sie begeistert sind!

**AUTOHAUS KOST**

Hufeisenstr. 9 · 45525 Hattingen  
Telefon 02324 - 27001-3  
[www.renault-kost.de](http://www.renault-kost.de)

2								3
	5			1				8
7			6	5	2			9
	8	7					1	3
	4	6					8	9
4				5	2	1		8
	7				3			5
6								4

**Reiseservice**  
Gabriela Bierwirth

Goethestraße 29  
45549 Sprockhövel  
Mobil: 0173 8911748

[gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de](mailto:gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de)  
[www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de](http://www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de)

6	7	1	9	3	4	5	2	8
9	2	4	6	5	8	1	7	3
8	5	3	1	7	2	6	4	9
5	6	8	2	9	1	7	3	4
1	3	9	8	4	7	2	5	6
7	4	2	3	6	5	8	9	1
2	8	7	4	1	3	9	6	5
4	9	5	7	8	6	3	1	2
3	1	6	5	2	9	4	8	7

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

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

**topaktuell – kostenlos**