

ImageSprockhövel

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

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



www.blauer-engel.de/uz195

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

RG4



Oberstüter/Große Kuhstraße. Foto: Ulf Kathagen



Winter Wir freuen uns auf Sie!

Dorfstraße 21, 45527 Hattingen-Holthausen
 Öffnungszeiten: Mo - Fr: 7 - 19 Uhr, Sa: 7 - 18 Uhr
www.edeka-winter.de **Wir ♥ Lebensmittel.**



**Kaufen Sie bei uns –
 WIR LIEFERN
 nach Hause!**

**Bestellen Sie
 von zu Hause –
 WIR LIEFERN!**

INFO: Tel. 02324 / 93 50 98

**Wir LIEFERN Ihre
 LEBENS-
 MITTEL!
 FRISCHE-
 EXPRESS**

Liebe Leser,

ist das Erscheinen unserer September-Ausgabe für Sie nicht Grund genug zum Feiern, informiert Sie diese trotzdem über allerlei andere Gründe zum Feiern und Fröhlichsein. Allem voran steht in Niedersprockhövel natürlich das Stadtfest an – oh pardon! – die Veranstaltung „Feiern unter Freunden“ meinen wir natürlich. Hier ist das Motto Programm und es wird bei Speis und Trank und einem netten Bühnenprogramm dazu eingeladen eben drum: mit seinen Freunden zu feiern. Mehr zu der Veranstaltung und dem geplanten Programm lesen Sie auf unseren Sonderseiten 4 – 7. So..und was könnte man noch feiern? Sprockhövel wird des Feierns nämlich nicht müde. So feiert zum Beispiel der Lesekreis der Stadtbücherei 10-jähriges Jubiläum, das Frauenhaus Ennepe-Ruhr-Kreis feiert 30-jähriges Bestehen, seit 50 Jahren gibt es den Lionsclub Herbede – Sprockhövel und seit satten 150 Jahren gibt es Schemmann in der Nachbarstadt Witten. Puh – ganz schön viele Jubiläen! Um bei der ganzen Feierei bei Kräften zu bleiben benötigt man zwischendurch doch auch einmal eine Stärkung. Umso besser, dass am 30. September auch der Tag des Butterbrotes gefeiert wird. Über 3000 eingetragene Brotspezialitäten gibt es. Auf Seite 14 erfahren Sie alles rund um die begehrte Knifte.

Bei so vielen Anlässen zum Feiern bleibt uns nur eins: Wir wünschen viel Spaß – genießen Sie die Zeit!

Ihre Image-Redaktion



VITAL.NRW-Regionalmanagerin Carolyn Mrotzek übergibt den Scheck zur diesjährigen Kleinprojektförderung an Sprockhövels Bürgermeisterin Sabine Noll.

Vier Kleinprojekte in Sprockhövel

Auch 2022 werden wieder zahlreiche Projektideen über die Kleinprojektförderung unterstützt. Am Besucherbergwerk Stock und Scherenberg wurden sie jetzt vorgestellt.

„Das ehrenamtliche Engagement der Bürgerinnen und Bürger in Sprockhövel ist außergewöhnlich und verdient jede Unterstützung. Deshalb freue ich mich ganz besonders über die diesjährigen Förderzusagen für vier tolle Kleinprojekte in unserer Stadt. Geld, das in die unverzichtbare Arbeit von Vereinen und ehrenamtlichen Initiativen fließt, ist immer gut angelegt“, freut sich Sabine Noll, Bürgermeisterin der Stadt Sprockhövel, über die Förderung. Insgesamt fließen 43.313,79 € an Gesamtfördermittel nach Sprockhövel, mit denen die folgenden Kleinprojekte zu 80% unterstützt und finanziert werden:

😊 „Aus alt mach neu – Sprockhövels Wanderwege analog und digital“ Projektträger: Stadt Sprockhövel Wirtschaftsförderung gemeinsam mit Heimat- und Geschichtsverein e.V. und Stadtmarketing und Verkehrsverein e.V. Gesamtkosten: 19.958,16 €

😊 „Seniorenrechte Aufwertung der Rastplätze Glückauf-Trasse in Niedersprockhövel“ Projektträger: Glückauf-Trasse e.V. Gesamtkosten: 15.133,52 €

😊 „Neugestaltung Eingangsbereich Besucherbergwerk“ Projektträger: Bergbauaktiv Ruhr e.V. Gesamtkosten: 15.568,38 €

😊 „Renovierung des Jugendbauwagens“ Projektträger: Herzkamper Bürgergemeinschaft. Gesamtkosten: 3.482,18 €



Seniorensummerfest der Stadt am Börgersbruch. Fröhliche Gesichter der Senioren Union. Auf dem Foto von links: Gerd Ligensa (Stellvertretender Vorsitzender der SU), Barbara Ibing (Vorsitzende der SU) und CDU-Stadtverbandschef Torsten Schulte.

Neue Auszubildende

Bürgermeisterin Sabine Noll begrüßte Nina Kremer und Enes Asci, beide Auszubildende für den Beruf Verwaltungsfachangestellte*r, an ihrem ersten Arbeitstag im Rathaus. „Ich freue mich, dass Sie sich für die Stadt Sprockhövel entschieden haben und wünsche Ihnen einen guten und erfolgreichen Start“, sagte Bürgermeisterin Sabine Noll.



Die neuen Auszubildenden Enes Asci und Nina Kremer mit Bürgermeisterin Sabine Noll vor dem Sprockhöveler Rathaus. Foto: Stadt Sprockhövel

Rentenstelle vorübergehend geschlossen

Die Rentenstelle der Stadt ist bis zum Freitag, 30. September, geschlossen. In rentenversicherungsrechtlichen Angelegenheiten können sich Versicherte telefonisch an die Service-Hotline der Deutschen Rentenversicherung (Tel. 0800 10004800), deren Auskunfts- und Beratungsstellen, beispielsweise in Bochum (Tel. 0800 3007001), in Hagen (Tel. 02331 34790) oder Wuppertal (Tel. 0202 459501), sowie an die Versichertenberater Herrn Bernd Marsch (Tel. 02339 911411) oder Herrn Wolfgang Ernst (Tel. 0175 2540419) wenden.

Neues Schuljahr hat begonnen

218 i-Dötzchen haben sich zum ersten Mal auf den Weg zu ihrer neuen Grundschule gemacht, 215 weitere Jungen und Mädchen wechselten von der Grundschule auf eine weiterführende Schule und müssen sich ebenfalls auf einen neuen Schulweg einstellen.

Schulkinder sind im Straßenverkehr trotz aller Bemühungen um die Verkehrssicherheit auf ihrem Schul- und Nachhauseweg gefährdet. Sie sind von ihrem Entwicklungsstand her und wegen ihrer Körpergröße oftmals nicht in der Lage, die Verkehrslage zu überschauen oder Gefahrensituationen richtig einzuschätzen und können sich durch eigenes Fehlverhalten in große Gefahr bringen.

Die Sicherheit der Kinder im Straßenverkehr ist eine wichtige und ernst zu nehmende Aufgabe, die nicht allein den Schulen überlassen werden sollte. Alle Erwachsenen sind mitverantwortlich, dass sich Schulkinder sicher und unbeschwert im Straßenverkehr bewegen können. Die Eltern werden gebeten, den Schulweg in den ersten Tagen mit ihren Kindern gemeinsam zu gehen und zu trainieren und im Interesse der Kinder auf die Fahrt mit dem PKW bis vor das Schultor zu verzichten.

Vor allem aber die Kraftfahrerinnen und Kraftfahrer werden gebeten, in den ersten Wochen des neuen Schuljahres besonders vorsichtig und umsichtig zu fahren, damit die Schulkinder ihre Schulwege trainieren können und sicher an ihren neuen Schulen ankommen.

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

Pflege mit Gesicht:
 • freundlich
 • zuverlässig
 • gut beraten

Simone Boecker
 Pflege & Hilfe zu Hause

Bredenscheider Str. 139 • 45527 Hattingen

Ihr persönlicher Pflegedienst für Hattingen und Sprockhövel

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

Ihr Beratungstelefon: 023 24 / 9 02 35 23 (24 Std. erreichbar)

Mortimer
 English Club

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

Unsere Herbstaktionen finden Sie auf unserer Homepage.

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

Wer wird Musikzwerger?

Die Musikschule bietet einen Kurs für die Musikzwerge an: Der Unterricht findet mittwochs von 16 bis 17 Uhr in der Musikschule im Kulturhaus in Haßlinghausen, Gevelsberger Str. 13, statt. Das Angebot richtet sich an Kinder von zweieinhalb bis vier Jahren mit einer erwachsenen Begleitperson. Die monatliche Gebühr beträgt 25 Euro.

Durch gemeinsames Singen und Hören, Finger- und Bewegungsspiele und Spiel auf einfachen Instrumenten, wie Klanghölzern, Glöckchen und Rasseln, wird die musikalische Veranlagung sinnvoll gefördert und so die allgemeine Entwicklung der Kinder besonders unterstützt.

Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich. Gerne kann nach vorheriger telefonischer Absprache einmalig kostenlos geschnuppert werden. Weitere Informationen erhalten Sie bei der Musikschulverwaltung unter Tel. 02339 / 917-153 sowie unter musikschule@sprockhoevel.de.

D | K

Zum Dorfkerug
 RESTAURANT

Wir begrüßen Sie in unserem traditionsreichen Haus!

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

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



Leben und Sterben an Europas Grenzen

Fotoausstellung im IGM-Bildungszentrum

Breite Hilfsbereitschaft in Europa und zugleich Überlebenskampf und illegale „Pushbacks“ an drei europäischen Grenzen. Das zeigt die Fotoausstellung „Europas Grenzgebiete“. Der Fotograf und Videojournalist Markus Matzel ist in Sprockhövel schon durch mehrere Projekte gemeinsam mit der Flüchtlingshilfe bekannt. Seine eindrücklichen Fotos sind vor allem bei der Flucht vor dem Krieg in der Ukraine entstanden.

Die Bilder zeigen die Strapazen, die körperlichen und seelischen Belastungen der flüchtenden Menschen, aber auch das unermüdete Engagement einer großen Zahl freiwilliger Helferinnen und Helfer, die für Verpflegung, Unterkunft und die Versorgung mit dem Allernötigsten sorgen und sorgen, darunter auch Bilder aus Sprockhövel.

Im Schatten dieser breiten europäischen Hilfsbereitschaft für die Flüchtenden aus der Ukraine erfrieren, verhungern, verdursten oder ertrinken zahlreiche Menschen beim Versuch, die europäischen Grenzen zu überwinden. Menschen, die aus ähnlichen Gründen wie in der Ukraine ihre Heimat verlassen mussten.

Die Wanderausstellung besteht aus 24 großen Planen (ca. 3x1,6 Meter), zusätzlich gibt es zwölf Drucke (60x80 cm), die die Situation auf dem Mittelmeer und in Belarus zeigen. Nach Ende der Ausstellung im IGM-Bildungszentrum im Oktober stehen die Fotos auch anderen interessierten Initiativen zur Verfügung. Sie können kostenlos bei der Flüchtlingshilfe Sprockhövel ausgeliehen werden.

Wir treffen uns am 9. + 10. September auf der Meile in Niedersprockhövel



Statt drei Tage Stadtfest gibt's zwei Tage Feiern unter Freunden mit Musik und Gastro

Ich wünsche meinen Kunden ein schönes Fest: „Feiern unter Freunden“!

Modestudio
Silke Mikoleit

Hauptstraße 57 · 45549 Sprockhövel · ☎ 02324 71207
Mo. – Fr. 9.30 – 18.30 Uhr · Sa. 9.30 – 13.00 Uhr

Bis zur Corona-Pandemie war das zweite Wochenende im September das klassische Festwochenende für das Stadtfest in Niedersprockhövel. Die Hauptstraße für den Autoverkehr gesperrt, stattdessen Budenzauber und Fußgängermassen.

In diesem Jahr sollte es auch wieder so sein. Die Wirtschaftliche Interessengemeinschaft (WIS) hatte mit den Planungen bereits begonnen, zog dann aber die Reißleine, weil die Kosten immer höher stiegen und sich nach einer Mitgliederbefragung keine Mehrheit für eine finanzielle Umlage fand, deren Höhe noch nicht genau feststand – mindestens aber 150 Euro pro Mitglied betragen sollte.

Die WIS machte diese Entscheidung offiziell und nur wenige Tage später verkündete die Stadt Sprockhövel, mit einem Organisationsteam zum gleichen Termin am gleichen Ort ein Fest auf die Beine zu stellen.

Feiern unter Freunden
9. – 10. September

Kostenlose Veranstaltung auf der Hauptstraße und dem Volksbank Parkplatz in Niedersprockhövel. Mit abwechslungsreichem Speisen- und Getränkeangebot. Mit dabei ist das **Volksbank Kinderland mit Bühne**, verschiedene Aussteller & Marktstände, uvm.

Es erwartet euch ein umfangreiches Musikprogramm (Ecke Von Galen Str.):

KANAL 499 • EZB • WYME • BLUE HOUSE
HEARD BEFORE • S.O.S. MOBILBAND • STOLBERK
BLÄSERENSEMBLE SPROCKHÖVEL • JULINA

Veranstalter: **AVU... AHE**

Mit freundlicher Unterstützung von:

zehlhandels sei eine hohe Bereitschaft zur Beteiligung da, sagen die Organisatoren. Die Hauptstraße soll wie immer für den Autoverkehr gesperrt werden.

Auf einem Pressetermin wurde bekannt gemacht, dass die Sparkasse Schwelm-Sprockhövel mit ihrem Oktoberfestzelt ebenfalls vertreten sein wird. Weitere Sponsoren sind die AVU und die AHE. Insgesamt wollen über sechzig Aktive dabei sein und das Fest zu einem großen Erfolg machen.

Die Stadtverwaltung hatte im Vorfeld bereits deutlich gemacht, dass ihr das Fest gerade nach der Pandemie sehr wichtig sei. „Die Einzelhändler und Vereine sollen die Möglichkeit bekommen sich zu präsentieren. Und die Einzelhändler sollen die Chance erhalten, Einnahmen zu bekommen, die sie ohne die Feste in der Pandemie nicht erzielen konnten“, so Bürgermeisterin Sabine Noll.

Weil das Fest aufgrund der Kosten ohne den Sonntag auskommen muss und damit auch der verkaufsoffene Termin hinfällig ist, wollen viele Einzelhändler am Samstag ihre Geschäfte bis in den Abend hinein geöffnet halten.

Zur Finanzierung des Festes sagte Oliver Tollnick auf einem Pressetermin: „Wir werden eine in der Höhe gestaffelte Umlage von allen Beteiligten nehmen, die etwa für jeden die Hälfte der Kosten trägt, die die Teilnehmer an die WIS als bisherigen Veranstalter für drei Tage hätten zahlen müssen. Standgebühren wird es darüber hinaus nicht geben. Insgesamt rechnen wir mit Kosten zwischen 40.000 und 50.000 Euro, die über die Umlage sowie die Sponsoren größtmöglich abgedeckt sein sollte.“ Sollte das Fest in ein Defizit laufen, hat die Bürgermeisterin versprochen, dieses Defizit seitens der Stadt zu übernehmen. Von den Organisatoren geht davon aber niemand aus. Wie es im nächsten Jahr weitergehen wird, ist noch völlig offen. Für die WIS stehen Vorstandswahlen auf dem Programm. Der bisherige Vorstand will nicht mehr kandidieren. *anja*

Volksbank Kinderland – Feiern unter Freunden 2022

Zeit für leuchtende Augen und Kinderlachen.

Morgen kann kommen.
Wir machen den Weg frei.

Endlich! Wir freuen uns auf euren Besuch im Volksbank Kinderland am **9. & 10.9.22.**

Volksbank Sprockhövel eG

Wir öffnen während der Öffnungszeiten von „Feiern unter Freunden“ ebenfalls unsere Türen und laden ein...

... unser Museum mit heimatischen Exponaten kennen zu lernen,
... sich bei Kaffee und unseren hervorragenden Kuchen, Würstchen oder einem kühlen Getränk vom Trubel des Festes im Garten oder in der Heimastube zu erholen.

HEIMAT-& GESCHICHTS-VEREIN SPROCKHÖVEL e.V.

Ort: Hauptstraße 85

Das heißt jetzt aber nicht mehr Stadtfest, sondern nennt sich „Feiern unter Freunden“. So steht es auch auf dem gleichnamigen Plakat. Aus drei Tagen mit verkaufsoffenem Sonntag sind zwei Tage - Freitag und Samstag - geworden. Der Charakter des Festes soll unverändert bleiben: Marktstände entlang der Hauptstraße, kulinarische Angebote und auch das Volksbank Kinderland auf dem großen Parkplatz werden wieder dabei sein. Die kleinen Besucher dürfen sich auf Mini-Bagger und Bungee-Trampolin freuen. Kindertageseinrichtungen und Vereine finden hier eine Möglichkeit sich zu präsentieren. Auch eine Bühne wird es dort geben.

Die Hauptbühne steht wieder an der Ecke zur Von-Galen-Straße. Das Programm steht bereits fest (siehe Kasten).

Seitens der Stadt sind die Organisatoren Oliver Tollnick und Christiane Beumer, zuständig für Wirtschaftsförderung, Stadtmarketing, Tourismus, Kultur und Sport für das „Fest unter Freunden“ verantwortlich. Hilfe gab es unter anderem von Andre Meister (TSG Sprockhövel), Jan Schotte (Restaurant Sukhothai) und Max Nowag (Schausteller). Auch seitens des Ein-

verkaufsoffene Termin hinfällig ist, wollen viele Einzelhändler am Samstag ihre Geschäfte bis in den Abend hinein geöffnet halten.

Zur Finanzierung des Festes sagte Oliver Tollnick auf einem Pressetermin: „Wir werden eine in der Höhe gestaffelte Umlage von allen Beteiligten nehmen, die etwa für jeden die Hälfte der Kosten trägt, die die Teilnehmer an die WIS als bisherigen Veranstalter für drei Tage hätten zahlen müssen. Standgebühren wird es darüber hinaus nicht geben. Insgesamt rechnen wir mit Kosten zwischen 40.000 und 50.000 Euro, die über die Umlage sowie die Sponsoren größtmöglich abgedeckt sein sollte.“ Sollte das Fest in ein Defizit laufen, hat die Bürgermeisterin versprochen, dieses Defizit seitens der Stadt zu übernehmen. Von den Organisatoren geht davon aber niemand aus. Wie es im nächsten Jahr weitergehen wird, ist noch völlig offen. Für die WIS stehen Vorstandswahlen auf dem Programm. Der bisherige Vorstand will nicht mehr kandidieren. *anja*

Wfs - Wir für Sprockhövel
FREIE WÄHLER

Die freie Wählergemeinschaft Wfs – Wir für Sprockhövel – wünscht allen Bürgerinnen und Bürgern in Sprockhövel ein schönes Fest!

KULLIK RAUM AUSSTATTUNG

- Gardinen
- Polsterarbeiten
- Bodenbeläge
- Designmöbel
- Dekorationen
- techn. Sonnenschutz
- Nähatelier
- Wohntextilien

Hauptstraße 75 · 45549 Sprockhövel · Telefon 02324 6863903
www.raumausstattung-kullik.de



Die Band Blue House hat oft auf dem Stadtfest gespielt - wie hier 2018. Auch 2022 beim Fest „Feiern unter Freunden“ am traditionellen Stadtfest-Termin sind sie wieder dabei und spielen am Samstag, 10. September, 21 Uhr. *Foto: Pielorz*

Wir wünschen ein schönes Fest unter Freunden.

Doppelte Gewinnchance.

Jetzt unter payandwin.de registrieren, bargeldlos bezahlen und bis zum 02.10.2022 doppelte Gewinnchance sichern!

Neben dem pay&win Jackpot können Sie 3x 250 Euro zusätzlich gewinnen!

pay&win Die Bargeldlos-Lotterie Ihrer Sparkasse

Sparkasse Schwelm-Sprockhövel

Wir treffen uns
auf der Meile

9. - 10. September Feiern unter Freunden

Zwei Tage Freunde-Party
mit Musik und Gastro

20 Jahre
Täglich von
11.00 Uhr - 22.00 Uhr

Deniz Grill
türkische Spezialitäten

Vorbestellungen unter:
02324/ 59 65 86

Wir feiern Jubiläum!



Deniz Grill • Hauptstraße 67 • 45549 Sprockhövel

Inh. Ulrike Sieper

Foto Sieper

Ihr Fotofachgeschäft für analoge und digitale Fotografie in Sprockhövel

Wir freuen uns am 9. & 10. September auf
Ihren Besuch bei „Feiern unter Freunden“
Tolle Angebote erwarten Sie!

Öffnungszeiten:
Mo., Di., Do. + Fr. 9:00-13:00 und 14:30-18:00 Uhr,
Mi. + Sa. 9:00-13:00 Uhr

Hauptstr. 27 • 45549 Sprockhövel • Tel.: 0 23 24/9 19 57 47
Fax: 0 23 24/6 86 84 10 • info@foto-sieper.de

STEAKHOUSE Rose

Wir begrüßen Sie an den
Festtagen bei schönem Wetter
gerne in unserem Biergarten
oder auch in unserem
gemütlichen Restaurant!

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

BÜHNENPROGRAMM

Freitag, 09. September

16.00 Uhr Gottesdienst
17.00 Uhr S.O.S Mobilband
19.00 Uhr Heard Before
21.00 Uhr EZB

Samstag, 10. September

12.00 Uhr Bläserensemble Sprockhövel
13.30 Uhr StolBerk
16:15 Uhr Julina
17:00 Uhr WYME
19:00 Uhr Kanal 499
21:00 Uhr Blue House




Julina



StolBerk!
Back to the roots. Man nehme ein Tasten- und ein Saiteninstrument. Garniert mit einer Stimme. Das ist StolBerk! Aus Ihrem bunten Programm ist garantiert für jeden etwas dabei.



S.O.S. Mobilband
Erfahrung und Spielfreude vereint die vier Musiker. Zum Repertoire gehören Ohrwürmer aus acht Jahrzehnten, von den 50er Jahren bis heute, von Rock bis Reggae, von Oldies bis aktuell, nahezu alle Musikstile sind dabei.



Kanal499
Auf den ersten Blick sieht alles aus wie immer. Was macht diese Band also so besonders? Ganz einfach: Wenn Ihre Küche, der Weihnachtsbaum noch nicht brannte, die Katze nicht auf einem Baum saß, dann haben Sie mit uns noch nicht viel zu tun gehabt.

OKTOBERFESTZELT SPARKASSENFORPLATZ

Freitag, 09. September

16.00 – 24.00 Uhr
DJ Thomas Deffner

Samstag, 10. September

12.00 – 24.00 Uhr
DJ Thomas Deffner
12.00 – 16.00 Uhr
Kinder-Zirkusprogramm auf dem
Vorplatz mit Marion Palenschat
15.00 Uhr
Aufführung Zirkusprogramm



Volksbank Kinderland

Die Volksbank sponsert das Volksbank Kinderland, welches einen Baustein des Festes darstellt Auf dem großen Parkplatz können sich die kleinen Besucher auf Mini-Bagger und Bungee-Trampolin freuen. Kindertageseinrichtungen und Vereine finden hier eine Möglichkeit sich zu präsentieren. Auch eine Bühne wird es dort geben.



sukhothai



Bochumer Str. 15, Sprockhövel
Telefon: 02324-702009

www.sukhothai-sprockhoevel.de
info@sukhothai-sprockhoevel.de

Besuchen Sie uns bei „Feiern unter Freunden“
und genießen Sie unsere leckeren Cocktails
und unsere thailändische Küche!

Öffnungszeiten: Mittwoch bis Montag ab 17.30 Uhr
Sonn- und Feiertag 12.00-14.30 Uhr und ab 17.30 Uhr



Stöbern Sie bei uns!

hauszeit

Hauptstraße 61 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 24/ 6 82 72 22
www.hauszeit-sprockhoevel.de

Fashion Store

Inhaberin: M. Obermann

Saison- Eröffnung

Street One CECIL s.Oliver

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 10.00–18.30 Uhr • Sa. 10.00–14.00 Uhr
Hauptstraße 19 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 24/6 86 63 92

Wenn's um Kaffee geht



Lulus Coffee Factory
• Café und Rösterei



Lulus Coffee Service
• Kaffemaschinen Verkauf • Wartung
• Reparatur • Vertrieb

Hauptstraße 42 • 45549 Sprockhövel
☎ 02324 3443707 • www.luluscoffeefactory.de • ☎ 02324 594383 • www.luluscoffeeservice.de

als

an Ihrer Seite
Umsorgedienst Ulrike Kathriner
Onkolotsin

- Alltagsbegleitung & Betreuung
- Beratung Krebskranker & ihrer Angehörigen
- Betreuung an Demenz & Parkinson Erkrankter
- Kurse & Schulungen
- Abrechenbar über die Pflegeversicherung

Wir lotsen Sie da durch.

Menschlich | Kompetent | Umfanglich.



Matthias-Claudius-Haus: Anbau und Kernsanierung fertig

Rund zehn Millionen Euro flossen in die Baumaßnahme. Eine Tagespflege wurde neu eingerichtet

Im Matthias-Claudius-Haus, einer Altenhilfe-Einrichtung der Evangelischen Perthes-Stiftung e. V., wurde die bauliche Qualifizierung mit einer Feierstunde begangen. „Mit dem Abschluss der baulichen Qualifizierung des Matthias-Claudius-Hauses wird die wesentliche Forderung des Wohn- und Teilhabegesetzes NRW erfüllt, wonach wir in unserem Haus eine Einzelzimmerquote von 80 % vorhalten müssen. Das Matthias-Claudius-Haus verfügt weiterhin über 80 Plätze, verteilt auf 54 Einzelzimmer und 16 Doppelzimmer. Alle Zimmer verfügen über ein eigenes Bad. Im Zuge der baulichen Qualifizierung wurde ein neuer Anbau errichtet, wodurch die Einrichtung großzügiger geworden ist und an Aufenthaltsqualität gewonnen hat. Jede Etage hat nun einen eigenen Gemeinschaftsraum mit einer Wohnküche. Im Rahmen der Baumaßnahme sind auch die Küche modernisiert und die Außenanlagen um das Haus herum erneuert worden“, berichtet Geschäftsbereichsleiter Perthes-Altenhilfe Mitte Felix Staffehl. Alles hat seine Zeit – unter dieses Motto stellte Einrichtungsleiterin Andrea Flessa ihren Dank. „Die



Freuten sich über die gelungene Qualifizierung: Dr. Ute Wendel (Stv. Superintendentin des Kirchenkreises Hattingen-Witten), Andrea Flessa (Einrichtungsleiterin), Christa Fernholz (Bewohnerin und Mitglied im Bewohnerbeirat), Sascha Wiesemann (Vorsitzender der Mitarbeitervertretung des Matthias-Claudius-Hauses), Felix Staffehl (Geschäftsbereichsleiter Perthes-Altenhilfe Mitte), Bärbel Schnatzenberg (ehrenamtliche Mitarbeiterin), Wilfried Koopmann (Vorsitzender des Vorstands Ev. Perthes-Stiftung e. V.), Pastor Arne Stolorz, Sabine Noll (Bürgermeisterin Sprockhövel), Christina Hövels-Henrichs (Vertreterin der kath. Kirchengemeinde). Foto: MCH

Doppelbelastung durch den Bau, zeitgleich mit der Pandemie, hat uns alle vor große Herausforderungen gestellt: Aufgrund der baulichen Situation hatten wir weniger Raum zur Verfügung – und das in Zeiten, in denen Abstand oberstes Gebot war! Das war schon die Quadratur des Kreises“, erzählt Andrea Flessa.

Das, so die Einrichtungsleiterin, sei nur gemeinsam im Team mit den Mitarbeitern gelungen. Nach über vierjähriger Bauphase ist es jetzt vollbracht. Im Erdgeschoss des neuen Anbaus wurde im Mai 2019 eine Tagespflege für 12 Tagesgäste eröffnet, die das Angebot am Perthes-Ring abrundet.

Das, so die Einrichtungsleiterin, sei nur gemeinsam im Team mit den Mitarbeitern gelungen. Nach über vierjähriger Bauphase ist es jetzt vollbracht. Im Erdgeschoss des neuen Anbaus wurde im Mai 2019 eine Tagespflege für 12 Tagesgäste eröffnet, die das Angebot am Perthes-Ring abrundet.

HK üchen
Ihr Küchenteam mit Leidenschaft

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

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

PLANUNG VERKAUF MONTAGE & MODERNISIERUNG KÜCHENUMZÜGE

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73 + 75!

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

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

GuFit TSG Sprockhövel 1881
Gesundheits- und FitnessTREFF

Endlich: **ZUMBA** fitness
Sonntags, 10:00 Uhr

NEU: **Pilates**
Montags, 9:30 Uhr

Im Baumhof 15 + Hauptstrasse 19,
45549 Sprockhövel
Tel. 0 23 24 / 74 774
www.gufit.de

Musikalische Früherziehung und Ballettunterricht

Möchten Sie die musikalische Entwicklung Ihres Kindes fördern oder ihm Freude an Tanz und Bewegung vermitteln? Die Musikschule der Stadt Sprockhövel startet dazu passend ab dem 5. September einen neuen Kurs mit dem Ziel der musikalischen Früherziehung als vorschulisches Lern-Angebot für Kinder im Alter von vier Jahren. In einem weiteren Kurs möchte die Musikschule Kindern und Jugendlichen im Alter von vier bis 17 Jahren durch Ballettunterricht Freude an Tanz und Bewegung zu finden.

Musikalische Früherziehung in Kleingruppen

Die Musikalische Früherziehung findet montags von 17 bis 18 Uhr in der Musikschule im Bürgerhaus in Niedersprockhövel mit max. 12 Kindern statt. Die Inhalte drehen sich um Singen und Sprechen, Bewegung und Umgang mit Instrumenten. Der Kurs beginnt am 5. September 2022 und kostet 25 Euro pro Monat.

Balletteinstieg jederzeit möglich

Im Ballettunterricht gibt es vielseitige Übungen mit klassischer und moderner Musik zur Vermittlung von Körper- und Raumgefühl in spielerischer Form. Alles dreht sich beispielsweise um Bewegungskoordination, Schritt- und Sprungkombinationen und der Entwicklung von Musikalität und Kreativität. Regelmäßige Aufführungen sind geplant. Der Einstieg ist jederzeit möglich, die Unterrichtsgebühr beträgt 25 bzw. 28 €/Monat für wöchentlich 45 bzw. 60 min. Unterricht. Die Ballettgruppen treffen sich in verschiedenen Altersgruppen montags und donnerstags im Gymnastikraum der Glückaufhalle. Weitere Informationen und die Möglichkeit der Anmeldung zu den Kursen erhalten Sie bei der Musikschulverwaltung unter usikschule@sprockhoevel.de und unter 02339/917-153.

Saisonauftritt mit eigenem Fußball-Event



Die Nachwuchsspielerinnen und -spieler der Fußball-Jugendklassen auf einen Blick, auf einem Platz, im Match neu miteinander – das war das Ziel der TSG Sprockhövel.

Anfang August veranstaltete der Jugendvorstand der TSG Sprockhövel zum Saisonauftritt erstmalig ein vereinsinternes Fußball-Event, die „TSG Youngsters Saisoneröffnung“.

Engelungen zu der heimischen Sportanlage „Klein Arena“ (ehemals Baumhof Arena) waren auch die Sponsoren des Vereins, um das spielerische und technische Können der TSG Youngsters in gemischten Teams der TSG Sprockhövel während der Fußballsaison eigentlich in 16 festen Mannschaften, so wurden bei diesem Sport-Event per Losverfahren neue Teams innerhalb der Jugendklassen und auch klassenübergreifend zusammengestellt. Unter der sportlichen Leitung von Patrick Rohde traten sie anschließend in einem Fairplay gegeneinander an. Den wohl stimmungsvollsten Moment der Sportveranstaltung bildete die mit Konfetti-Kanonen und Tusch begleitete Siegerehrung der jüngsten Spielklassen (Mini-Kicker, F- und E-Jugend) mit der anschließenden Präsentation der älteren Jugend-Spielklassen (D-, C-, B- und A-Jugend). „Wir wollten zum Saisonauftritt das Miteinander unter allen Spielern und Spielerinnen stärken, das Vereinsleben leben und ein breites Kennenlernen innerhalb der Jugend und ihren Familien altersklassenübergreifend fördern“, so Matthias Vogel, Jugendleiter der Fußballabteilung der TSG Sprockhövel.

Den sportlichen Höhepunkt lieferte ein spannungsvolles Finale der D-/C-Jugend-Mannschaften, das am Ende im Elfmeterschießen entschieden werden musste. Dabei kommentierte ein Jugendspieler das Finale nicht nur zeitgemäß vom Spielfeldrand aus, sondern kannte die Finalisten auch namentlich und erläuterte den begeisterten Zuschauern deren individuelle Kompetenzen. Dabei durfte es dann auch etwas unkonventioneller vorgehen: der Torwart wurde beispielsweise im Tor während des Elfmeterschießens ad hoc zu seiner Performance befragt. Weitere sportliche Spielstationen auf der Anlage, wie eine Fußball-Hüpfburg, Fußball-Dart, Geschwindigkeitsschießen, aber auch eine Station zum Kinderschminken, sorgten für ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Zum Gelingen hatten viele freiwillige Helfer im Bereich der Organisation und des Catering beigetragen. Gemeinsam wurde der Kunstrasenplatz anschließend für den Start des Ligabetriebs wieder hergerichtet.

Den sportlichen Höhepunkt lieferte ein spannungsvolles Finale der D-/C-Jugend-Mannschaften, das am Ende im Elfmeterschießen entschieden werden musste. Dabei kommentierte ein Jugendspieler das Finale nicht nur zeitgemäß vom Spielfeldrand aus, sondern kannte die Finalisten auch namentlich und erläuterte den begeisterten Zuschauern deren individuelle Kompetenzen. Dabei durfte es dann auch etwas unkonventioneller vorgehen: der Torwart wurde beispielsweise im Tor während des Elfmeterschießens ad hoc zu seiner Performance befragt. Weitere sportliche Spielstationen auf der Anlage, wie eine Fußball-Hüpfburg, Fußball-Dart, Geschwindigkeitsschießen, aber auch eine Station zum Kinderschminken, sorgten für ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Zum Gelingen hatten viele freiwillige Helfer im Bereich der Organisation und des Catering beigetragen. Gemeinsam wurde der Kunstrasenplatz anschließend für den Start des Ligabetriebs wieder hergerichtet.

Den sportlichen Höhepunkt lieferte ein spannungsvolles Finale der D-/C-Jugend-Mannschaften, das am Ende im Elfmeterschießen entschieden werden musste. Dabei kommentierte ein Jugendspieler das Finale nicht nur zeitgemäß vom Spielfeldrand aus, sondern kannte die Finalisten auch namentlich und erläuterte den begeisterten Zuschauern deren individuelle Kompetenzen. Dabei durfte es dann auch etwas unkonventioneller vorgehen: der Torwart wurde beispielsweise im Tor während des Elfmeterschießens ad hoc zu seiner Performance befragt. Weitere sportliche Spielstationen auf der Anlage, wie eine Fußball-Hüpfburg, Fußball-Dart, Geschwindigkeitsschießen, aber auch eine Station zum Kinderschminken, sorgten für ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm. Zum Gelingen hatten viele freiwillige Helfer im Bereich der Organisation und des Catering beigetragen. Gemeinsam wurde der Kunstrasenplatz anschließend für den Start des Ligabetriebs wieder hergerichtet.



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

Therapie am Trainingsgerät mit Freude und Kompetenz ...



... für Ihre Gesundheit

Die Medizinische Trainingstherapie wird vom Arzt verordnet (KG am Gerät) und hat das Ziel der optimalen Regeneration (Therapie/ Rehabilitation) des verletzten oder erkrankten Menschen, um im Alltag (Beruf, Sport, Hobby und Freizeit) wieder bestehen zu können.

Rufen Sie uns an! 02324 / 74351

Mit freundlichen Grüßen
Ihr Team Vanderborcht



Oder nutzen Sie das Angebot zum **Reha-Sport** unseres Kooperationspartners dem GSVS e.V.

VARILUX
EIN TAG BRAUCHT MEHR ALS EINE BRILLE!
MEHR 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

Brillen Brandes
Augenoptikermeister
Gunnar Brandes und Pilar Quiles Porta

Pflegedienst Dahlhaus
Die kompetente Hilfe!

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

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

Handwerk
Ihr Friseurteam Tabca / Schaub

Öffnungszeiten:
Montag + Dienstag 9 bis 18 Uhr, mittwochs geschlossen,
Donnerstag 10 bis 19 Uhr, Freitag 9 bis 18 Uhr, Samstag 8 bis 15 Uhr

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

Podologische Fachpraxis Ingwald

Unser Leistungsspektrum beinhaltet z.B. die Behandlung von:
Risikopatienten/Diabetiker/Rheumatiker/Bluter
Nagelveränderungen/Nagelmykosen
eingewachsenen Nägeln/Rollnägeln
und vieles mehr

Ohne gesunde Füße läuft nichts!

*Orthopädische Leistungen
rund um den Fuß
(Einlagen etc.)*

Mittelstraße 69 · 45549 Sprockhövel · Telefon 02339 810295 · www.podologie-ingwald.de

Fußpilz: Was tun, wenn es zwischen den Zehen juckt?



Er zeigt sich häufig als erstes in den Zwischenräumen der Zehen und macht sich vor allem durch Juckreiz bemerkbar: Fußpilz. Etwa 30 Prozent der Menschen in Deutschland sind von der Erkrankung

betroffen (1) und stellen damit sogleich einen Risikofaktor dar. Der Grund: Fußpilz ist eine Infektionskrankheit und kann von Person zu Person übertragen werden. Eine schnelle Behandlung sowie Vorbeugung ist daher von besonderer Bedeutung.

Das Risiko für eine Fußpilzinfektion steigt, je öfter sich die Füße in feucht-warmer Umgebung befinden. Schwimmer, Wellness-Fans, aber auch Sportler sind daher häufiger betroffen. Gleiches gilt für stark schwitzende Personen und Menschen in Berufen, die auch bei hohen Temperaturen Strümpfe und Schuhe aus nicht atmungsaktivem Material tragen müssen.

Auch Personen mit einer Stoffwechselerkrankung wie Diabetes zeigen ein erhöhtes Risiko für Fußpilz. Gleiches gilt für Menschen mit einer übertriebenen Körperhygiene. Häufiges Waschen sorgt dafür, dass die Haut regelmäßig angefeuchtet wird, was den Säureschutzmantel beeinträchtigt. Durch die geschädigte Hautbarriere und kleine Verletzungen haben die Pilzerreger dann leichtes Spiel, in die Haut einzudringen und dort eine Infektion herbeizuführen.

Nicht leicht zu erkennen

Eine Fußpilzinfektion lässt sich im Anfangsstadium kaum erkennen. Erst wenn der Pilz tiefer in die Haut eindringt, treten Beschwerden auf. Oft ist das erste spürbare Symptom Juckreiz, der sehr hartnäckig sein kann. Im Verlaufe der Erkrankung beginnt die Haut dann zu nässen und einzureißen, sodass es auch zu Schmerzen kommen kann. Beim Fortschreiten kann die Haut aufquellen und Schuppen entstehen, unter denen gereiztes und entsprechend gerötetes Gewebe sichtbar wird. Wird nicht behandelt, lösen sich mit der Zeit immer größere Hautpartien ab.

Fußpilz tritt in verschiedenen Arten auf. Einige von ihnen lassen sich schwer als Fußpilz identifizieren, beispielsweise die Mokassin-Mykose (Mykose = Pilzerkrankung). Bei dieser Form bildet sich verstärkt an der Fußsohle und an den Fußrändern Hornhaut. Die Haut erscheint trocken, sodass sie fälschlicherweise oft nur mit Pflegecremes therapiert wird.

Fußpilz einfach und bequem behandeln

Zur Behandlung von Fußpilz stehen verschiedene freiverkäufliche pilzabtötende Mittel aus der Apotheke bereit. Die Selergo® Creme ist eines von ihnen. Sie enthält den bewährten Wirkstoff Ciclopirox-Olamin, der sowohl gegen die Pilze, als auch deren Sporen sowie gegen alle relevanten Hautpilzerreger wirkt. Er hat zudem eine entzündungs- und bakterienhemmende Wirkung.

Selergo steht für den individuellen Bedarf in zwei unterschiedlichen Darreichungsformen zur Verfügung: die Selergo Creme und die Selergo Lösung. Beide Formen enthalten keinen Alkohol und sollten zweimal täglich auf die erkrankten Hautstellen aufgetragen werden. Betroffene sollten die Behandlung solange fortführen, bis alle Hauterscheinungen abgeklungen sind. Um Rückfälle zu vermeiden empfiehlt sich, die Therapie im Anschluss zwei weitere Wochen durchzuführen.

Reinbek (ots)



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

eine Flasche* Stauder Helles Bierchen 0,33l

Einzulösen bis zum 10. September 2022.



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

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel

Qualität ist unser Prinzip

Unterstützung für Krebshilfe

Die Schönheitsexperten von Haar & Beauty-Zauber im Ludwigstal unterstützen ab sofort die Krebshilfe Sprockhövel-Hattingen.

„Ich kreierte gerne Schmuck, beispielsweise im Ibiza-Style. Ich male gern. Ich habe aber auch einige ausgefallene Kleidungsstücke in meinem Salon. Neben den zahlreichen Beauty-Angeboten berate ich auch Kunden und Kundinnen im Hinblick auf Haarpflege und Haarerersatz bei Krankheiten. Jetzt möchte ich einfach noch etwas mehr tun und habe daher beschlossen, die örtliche Krebshilfe Sprockhövel-Hattingen zu unterstützen und Erlöse aus dem Verkauf in die Hände des gemeinnützigen Vereins zu geben. Unterstützt werde ich mit der Idee von meinem Team, insbesondere neu seit Mai von Christiane Dombrowski, die bei uns Beautybehandlungen durchführt. Auch zwei Hattinger Geschäfte, das Sonnenstudio „Sun-Place“ in Welper und die Modeboutique in der Langenberger Straße in der Hattinger Innenstadt, helfen beim Verkauf mit“, freut sich Ute Berg. Die ersten 450 Euro konnten bereits an den Schatzmeister der Krebshilfe Sprockhövel-Hattingen, Dr. Ingolf Dammüller, übergeben werden.

Auf den Spendendosen, aber auch an den Schmuck- und Kleidungsstücken selbst, zeigen Logo und Flyer der Krebshilfe, wofür es geht: Mit schönen Kleinigkeiten sich selbst oder anderen eine Freude machen und gleichzeitig Gutes tun. Nach zwei Jahren Corona-Pandemie freut sich der kleine Verein ganz besonders über die Idee der Geschäftsfrau, mussten doch sämtliche Veranstaltungen entfallen. Jetzt, am Sonntag, 21. August, 16 Uhr, geht es wieder los – mit der Vernissage „Kunst spendet“ in den Räumen der Sparkasse Schwelm-Sprockhövel in Niedersprockhövel. Die Krebshilfe Sprockhövel-Hattingen arbeitet ehrenamtlich, finanziert psychoonkologische Therapien und unterstützt bei naturheilkundlichen Zusatzmaßnahmen.



Freuen sich über die Zusammenarbeit: Dr. Ingolf Dammüller, Schatzmeister der Krebshilfe Sprockhövel-Hattingen, Ute Berg und Christiane Dombrowski.

Foto: Pielorz

Das Orthomol-Multi-Sport-Prinzip, für alle die alles geben!

Die Orthomol-Sport-Serie bildet ein ganzheitliches Konzept von Ernährungsprodukten für Sportler – für die tägliche Versorgung sowie zur Unterstützung vor, während und nach dem Sport. Die hochwertigen Nährstoffe in den Produkten sind sorgfältig ausgewählt und unterstützen in jeder Phase des Sports die Leistungsfähigkeit, tragen zur Regeneration bei oder helfen die Widerstandskraft zu stabilisieren.



Egal ob Breiten- oder Spitzensportler – man verlangt seinem Körper einiges ab!

Quelle: Orthomol GmbH

GLÜCKAUF APOTHEKE

Bei uns finden Sie das **Orthomol-Sport-Sortiment**

Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich bei uns beraten!

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

Kinderschuhe mit Fachberatung: Natürlich bei uns!

Kinderschuhe ... **weit • mittel • schmal**

Online können viele – **wir sind Beratungsprofis!**



Schuhmode GELLER



„Nähe zu den Patienten schafft eine Vertrauensbasis“

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

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

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

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

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

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

IMAGE: Ängste setzen sich auf der Intensivstation fort?

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

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

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

IMAGE: Was ist Ihnen bei der Arbeit besonders wichtig?

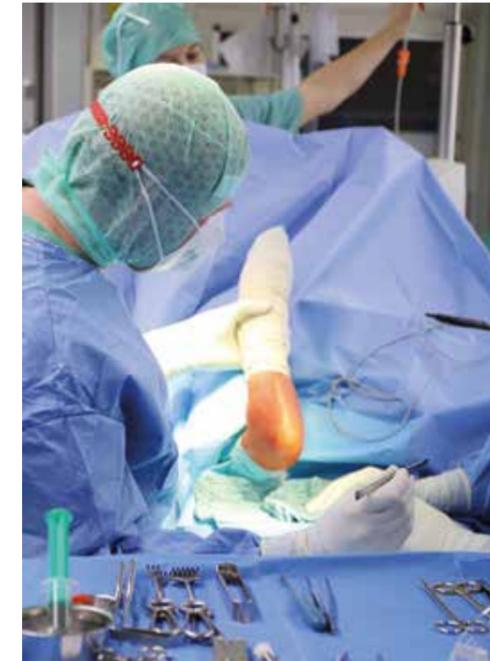
CLAAS: Die Nähe zu den Menschen ist kein Lippenbekenntnis, sondern gilt sowohl für Patienten als auch für die Mitarbeiter. Wer sich wertgeschätzt fühlt, der kommt gerne zur Arbeit. Angesichts von Mitarbeitermangel im Gesundheitswesen ist der Wohlfühlfaktor sehr wichtig. Und was die Patienten angeht,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

IMAGE: Wie sieht die Medizin der Zukunft aus?

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



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



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

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

UNSERE ABTEILUNGEN

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

Evangelisches Krankenhaus Hattingen
Klinik der Ev. Stiftung Augusta
www.augusta-kliniken.de

Bredenscheider Str. 54
45525 Hattingen
Telefon 02324 502-0

augusta
MEDIZIN PFLEGE BILDUNG

30. September Tag des Deutschen Butterbrotes



Foto: bigstock

Wir alle kennen es, wir alle lieben es, wir alle aßen es schon oft mit Genuss: das Butterbrot. Zum Tag des Deutschen Butterbrotes am Freitag, den 30. September, wollen wir die alltägliche beliebte, wie jedoch auch köstliche und abwechslungsreiche Speise würdigen. Schließlich ist das Butterbrot einfach gemacht, immer gut oder kurz gesagt: einfach gut. Und das schon seit Jahrhunderten. So taucht es bereits in klassischen Ölgemälden wie bei Pieter Bruegels „Bauernhochzeit“ ebenso auf wie es auch bei Luther und Goethes Werther thematisiert wurde. Viele genießen ihr Butterbrot als und zum Frühstück. Doch kann die beste Zeit für eine bestrichene Scheibe des Lieblingsbrotess jederzeit sein – ob mittags, als Snack zwischendurch oder zum Abendbrot (wo es ja schon im Namen steckt). Und nicht nur in Bayern macht man gerne Brotzeit, wenn es ums Butterbrot geht. In Sachsen greift man gern zur Bemme, im Ruhrgebiet zur Kniffte, im Norden und Osten Deutschlands lässt man sich die Schnitte oder Stulle schmecken. Im nördlichen Rheinland, am Niederrhein und

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

Über 3.000 eingetragene Brotspezialitäten

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

Quelle: Zentralverband des Deutschen Bäckerhandwerks e. V.



Die Bäckerei - Konditorei Stolte sucht ab sofort eine Verkäuferin/einen Verkäufer in Vollzeit, Teilzeit oder auf 450-Euro-Basis. Infos unter Tel. 02339/121345.

Bäckerei • Konditorei
Café **Stolte**

Wittener Straße 161 · 45549 Sprockhövel · Tel. & Fax: 02339/121345
Di.-Sa. 6-18 Uhr durchgehend · So. 12-18 Uhr · Montag Ruhetag

Image

Nächster Erscheinungstermin:

Donnerstag,
29.9.2022

Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.9.2022



Quelle: Kuratorium Gutes Sehen e.V.

Reinhold Beckmann ist Brillenträger des Jahres 2022. Bildquelle: KGS/Steven Haberland

„Eine tolle Garderobe mitten im Gesicht“

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

Herr Beckmann, seit wann sind Sie Brillenträger?

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

Welche Fehlsichtigkeit(en) korrigieren Sie mit Ihrer Brille?

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

Was mögen Sie am Brilletragen, was nicht?

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

Sind Sie im Fernsehen von Anfang an mit Brille aufgetreten?

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

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

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

Können Sie zwischen mehreren Brillen wählen?

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

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

Irgendwann waren da diese randlosen Brillen, nach dem Motto, man will zeigen, dass man gar keine Brille hat. Aus heutiger Perspektive ziemlicher Quatsch. Wenn man Brille trägt, dann soll man sie offensiv tragen. Wir haben eine Rennrad-Clique und meine Freunde tragen alle so coole Sportbrillen. Da kommt man gleich viel aerodynamischer daher. So eine fehlt mir noch.

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

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

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

Stellt sich die Frage heute wirklich noch? Also ich versuch's mal: Traut Euch, freut Euch! Herrlich, endlich verändert sich mal wieder was im Leben! Auf den Punkt gebracht: Brille ist für Sie ...?

...eine tolle Garderobe mitten im Gesicht!

DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

Spezialist für vergrößerte Sehhilfen

Brillen • Sonnenbrillen • Contactlinsen • Hörgeräte

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

LWL-Industriemuseum



Zeche Nachtigall | Witten

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

zeche-nachtigall.lwl.org



Termine Heimat- & Geschichtsverein,
Aktuelle Informationen immer unter hgv-sprockhoevel.de

9.9. bis 15.10. Ausstellung Bergbauzulieferer
Bedeutung und Geschichte der Bergbauzulieferer Industrie der Stadt Sprockhövel. Ausstellung zum 50. Geburtstag der Stadt. Ort: Veranstaltungssaal der Sparkasse Niedersprockhövel

9.9. bis 10.9. Feiern unter Freunden mit offener Heimatstube
Öffnungszeiten: Fr. 16 bis 19 Uhr, Sa. 12 bis 19 Uhr

11.9. Tag des offenen Denkmals
10 bis 15 Uhr, Ort: Hof Waskönig, Hackstückstraße 92, Hattingen

9.10. Erlebnisführung im Trainingsbergwerk
11 Uhr in Recklinghausen. 2,5 Stunden Führung mit anschließendem typisch bergmännischem Essen. Infos und Anmeldung unter 02324/74028

26.10. Vortrag: Sprockhövel – Auszüge aus einer postgeschichtlichen Heimatsammlung von Frank Schaub
Teil 1: Preußische Stempel

25.11. 34. Plattdeutscher Abend
Beginn: 19 Uhr, Ort: Forum Grundschule Börgersbruch
Infos und Anmeldung unter 02324/74028

30.11. Vortrag: Sprockhövel – Auszüge aus einer postgeschichtlichen Heimatsammlung von Frank Schaub
Teil 2: Reichspoststempel

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

Fr. 9.9. & Fr. 23.9.16 bis 17.30 Uhr
Natur am Werk
Spaziergang rund um den Hochofen. Erleben Sie das grüne Netzwerk der Industrienatur und erfahren dabei Wissenswertes über Natur und Technik. 2 Euro zzgl. Eintritt

Fr. 9.9. 20 Uhr
Mode mit Steel
Unter dem Motto „Mode mit Steel“ präsentieren Designer:innen aus dem Ruhrgebiet ihre Herbst-Winter-Kollektionen. Nach der Show haben die Gäste die Gelegenheit, die schicken Stücke in die Hand zu nehmen und anzuprobieren. Tickets im VKK online oder im Foyer. Kosten: 10 Euro

Sa. 10.9. 13 bis 17 Uhr
„Bildgestaltung“
Fotoschule Technik. Im Mittelpunkt des Tages steht die Bildgestaltung. Beim Fotografieren ist nicht nur die Technik der richtigen Belichtung wichtig. Auf Streifzügen durch das Henrichshüttengelände werden Bildideen, Perspektiven, Stilmittel und technische Hilfsmittel für die besten Motive erprobt. In der Besprechung der Bilder ergeben sich viele Anregungen und Ideen. Für Teilnehmende mit Vorkenntnissen; Voraussetzungen: digitale Spiegelreflexkamera, Stativ, robuste Kleidung. Weitere Infos unter www.aufnachtschicht.com Kosten: 85 Euro zzgl. Eintritt

So. 11.9. 11 bis 13 Uhr
Hütten-Safari: Spinnen - „schrecklich“ interessant
Auf Entdeckungstour im Industriemuseum werden wir Spinnen genauer unter die Lupe nehmen, ihre Lebensräume erkunden, Netzbau und Nahrungsverhalten erforschen und nebenbei Wissenswertes über die Lebensweise der faszinierenden Tiere erfahren. Wird es uns gelingen ein Spinnennetz zu bauen? 3 Euro zzgl. Eintritt

Fr. 16.9. 16 bis 17.30 Uhr
Eisenkraut u. Feuerblume
Bei einem Wildkräuterspaziergang über das Hüttengelände erfahren Sie Wissenswertes über Natternkopf, Königskerze, Wilde Karde und Co. Kosten: 2 Euro zzgl. Eintritt

Fr. 16.9. 20 Uhr
Henrichshütte bei Nacht
Fotoworkshop. Erforschen Sie mit Ihrer Kamera unter Leitung von Gerd Hehs das illuminierte Hüttengelände bei Nacht. Max. 8 Teilnehmer. Bitte Stativ und Lampe mitbringen. Anmeldung unter (02324) 9247 140. 40 Euro zzgl. Eintritt

So. 18.9. 16 Uhr
Experiment HEIMAT
Präsentation „Memento Ruhr“. Lesung und Gespräch mit der Autorin Nora

Gomringer und dem Fotografen Nikita Teryoshin. Die Künstler:innen gingen in Hattingen und Waltrop auf Erkundung. Entstanden ist dabei die Text-Foto-Serie: „Memento Ruhr“. Eintritt frei.

Di. 20.9. Einlass 19.30 Uhr, Beginn 20 Uhr
Best of Nachtschnittchen
Sparkassen Comedy Gala mit Auslosung der Sparlotterie. Einen unterhaltsamen Abend mit vielen erstklassigen Künstlern verspricht die Sparkasse. Mit dabei sind Johann König, Dave Davies, Christoph Brüske und Kevin O’Neil. VKK Sparkasse Hattingen, Tickets 25 Euro bei freier Platzwahl

Mi. 21.9. 19 Uhr
Hüttenkino
Frankenstein (1931, USA, 71 Min., FSK16, Regie: J. Whale, mit Boris Karloff)
Nosferatu – Eine Symphonie des Grauens (1922, D, 94 Min., FSK 12, Regie: F.W. Murnau, mit Max Schreck) Eintritt frei.

Sa. 24.9. Einlass 19 Uhr, Beginn 19.30 Uhr
6. Volksbank Hüttenkracher Party
Die Schlagernacht Charity-Party zur Sportförderung. Karten LWL + Volksbank HAT.

Sa. 24.9. 19.30 bis 21 Uhr
Nachts im Museum
Natur und Technik bei Nacht. Anmeldung unter Tel. (02324) 9247 140. Treffpunkt am Museumseingang.

So. 25.9. 11 bis 12.30 Uhr
Der Grüne Weg
Führung zur Industrienatur. Erleben Sie die vielfältige Natur auf dem „Grünen Weg“ und erfahren dabei Wissenswertes über den Wandel des ehemaligen Industriestandortes zu einem Rückzugsraum für Flora und Fauna.

Fr. 30.9. 8 bis 17 Uhr
Berufsbildungsmessen ZukunftEN
Auf den Berufsbildungsmessen Zukunft EN kannst Du Dich über die vielen Ausbildungsmöglichkeiten in Deiner Region informieren. Weitere Infos unter www.zukunft-en.de, Eintritt frei



Lesekreis der Stadtbücherei feiert 10-jähriges Jubiläum

Der Lesekreis der Stadtbücherei wird zehn Jahre alt: Vergangene Woche wurde das Jubiläum feierlich im Innenhof der Stadtbücherei begangen. Bei bestem Wetter sprach der Kreis über das Werk „Würde“ von Gerald Hüther, das gemischte Lese-Reaktionen hervorrief, sodass der Austausch in eine lebhaftere Diskussion mündete. Anschließend gab es zur Feier des Tages ein gemeinsames Kaffeetrinken und diverse Köstlichkeiten zu essen.

2010 gründete die damalige BÜchereileiterin Kornelia Wilberg den Kreis mit einigen engagierten Leser*innen, von denen noch heute drei zum festen Kern gehören. Wilbergs Ziel war es, Anregungen zu schaffen, neue Bücher kennenzulernen und darüber gemeinschaftlich zu sprechen. Die Buchauswahl wird immer gemeinsam getroffen – den Auftakt machte „Der Vorleser“ von Bernhard Schlink. Seitdem wurden 111 Bücher gelesen und besprochen, wobei das Themenfeld stets heterogen gehalten wird. So fallen Klassiker, moderne Belletristik, Sachbücher oder auch Biographien in die Auswahl. Der Lesekreis trifft sich einmal im Monat.

Nächster Lesekreis-Termin: Mittwoch, 14. September, 11 Uhr, Zweigstelle Haßlinghausen, Text: „Die Anomalie“ von Hervé Le Tellier. Interessierte Bürger*innen sind immer willkommen. Informationen telefonisch zu den Öffnungszeiten der Bücherei; keine Anmeldung erforderlich.

Gespräche und Ausflüge

BAMF-Förderung ermöglicht Neustart für RedMit

Der Gesprächskreis RedMit der Flüchtlingshilfe Sprockhövel weitet sein Angebot aus. Nun soll es zwei Gesprächsgruppen geben, die jeweils zweimal wöchentlich zu einem Online-Gespräch zusammenkommen und Ausflüge in die Region machen. Dieser Neustart wird möglich durch eine großzügige Förderung durch das Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (BAMF).

RedMit – miteinander reden – voneinander lernen. So lautet das Motto. „Wer Freude an Austausch, Gesprächen und gemeinsamen Ausflügen hat, ist zum Mitmachen herzlich eingeladen, noch sind Plätze in den Gruppen frei“, sagt Projektkoordinatorin Franziska Erhof, die gemeinsam mit Hala Alnashef das neue RedMit betreut (siehe Foto rechts). Im September soll es losgehen.

Ziel von RedMit ist die Stärkung von Sprachkompetenz für Zugewanderte und gesellschaftlichem Zusammenhalt. Es richtet sich vorrangig an Menschen, die am Anfang ihres deutschen Spracherwerbs stehen und soll die Integrationskurse begleiten oder sich als Praxisübung anschließen. Deshalb soll die Zusammensetzung der Gruppen möglichst stabil sein. Es besteht jedoch keinerlei Verpflichtung zur Anwesenheit oder Teilnahme an jedem Termin. Wer mitmachen möchte, kann sich melden unter 0176-23142394 oder redmit@fluechtlingshilfe-sprockhoevel.de.

KATHAGEN
media+kommunikation

Autobeschriftung & Folien



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

DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

- Brillen
- Sonnenbrillen
- Contactlinsen
- Hörgeräte

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

WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen



03944-36160
www.wm-aw.de

JUWELIER LÜTTGEN
UHREN & SCHMUCK
SEIT 1980

Goldankauf

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

10 % Gutscheine*



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

INTERSPORT im UG
GUEVENC

Stadt Galerie Witten

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

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




Wichtige kleine Dämpfer

Die Bandscheibe federt so einiges ab

Eigentlich ist es uns allen doch bewusst. Mangelnde Bewegung, ständiges langes Sitzen, Übergewicht, falsches und schweres Heben. Das



Foto: Bigstock

kann nicht gut für unsere Gesundheit sein. Und eh man sich versieht ist es dann auch schon passiert – der sogenannte Bandscheibenvorfall.

Was passiert bei einem Bandscheibenvorfall?

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

Selten ist Operation nötig

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

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

Blut: wertvoll und einzigartig

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

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

Blutgruppe „Null Rhesus negativ“: selten und begehrt

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

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

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

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

Das Herz ist die Pumpstation im Körper

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

Blutspenden sind wichtig

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

Vor allem in den Sommerferien kommt es immer wieder zu Engpässen in der Versorgung, sodass auch Operationen verschoben werden müssen. Im Schnitt spenden nur drei Prozent der Bevölkerung ihr Blut – benötigt werden jedes Jahr 4,5 Millionen Konserven.

Dabei hat eine Blutspende neben dem Beweis der Nächstenliebe auch für volljährige und gesunde Spender Vorteile: im Rahmen einer ärztlichen Untersuchung werden unter anderem Blutdruck und Puls gemessen, das Blutbild bestimmt und der Lebenssaft auf ansteckende Infektionen wie Hepatitis B und C, HIV und Syphilis untersucht. Zwar nicht als Diät geeignet, aber die Neubildung des entnommenen Blutes verbraucht auch Kalorien und senkt bei Bluthochdruck den Blutdruck. Zudem heben sich Wohlbefinden und Stimmung. Was hält Sie ab? dx



Gestörte Kommunikation - Du hörst mir nicht zu!

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

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

Mein „Ich-Ohr“ und mein „Du-Ohr“

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

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

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

anja

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

Praxis für Naturheilkunde & Physiotherapie
Osteopathie Homöopathie Bodiagnostik

Christina Schwoerer-Böhning
Heilpraktikerin
Physiotherapeutin



Hattinger Str. 36
45549 Sprockhövel

02324/591897

physiohandundfuss.de

Blutspender retten Leben

Neben großen Krankenhäusern und Unikliniken bietet auch das Deutsche Rote Kreuz unter www.blutspendedienst-west.de/blutspendetermine regelmäßig Blutspendetermine.

Blutspende In Sprockhövel:
27.9., Glückauf-Halle
Dresdener Str. 11, 15 – 19.30 Uhr.



Rollatortipps kamen gut an

Die Gäste der **Tagespflege am Perthes Ring** erlebten einen abwechslungsreichen Rollatorparcours mit dafür extra geschulten Polizeibeamten des EN-Kreises. Diese konnten ihnen viele praktische Tipps zu alltäglichen Straßenhindernissen geben. Zum Schluss nahmen die frisch geschulten Senioren ihre Rollatorführerscheine stolz entgegen. Auf Wunsch vieler Gäste wird demnächst nochmal das Thema: „Sicheres Zuhause“ als Veranstaltung mit der Polizei in der Tagespflege am Perthes Ring stattfinden.

„Haushalt im Griff“

Ein gelungenes Kompendium des Haushaltens

Der Ratgeber „Haushalt im Griff. Einfach, schnell und nachhaltig“ der Verbraucherzentrale befasst sich mit allen Themen rund um den Haushalt: Was wie wann wo einkaufen und wie transportieren sowie aufbewahren/lagern? Was wie am besten kochen/grillen/garen/braten?



Wie Ordnung halten oder herstellen? Was wie waschen und wie welche Flecken entfernen? Was womit am besten putzen/säubern/spülen? Was gehört in welchen Müll und wie ist dieser womöglich zu vermeiden?

Na gut... Vieles hat man (hoffentlich) schon von seiner Mutter gelernt, in anderen Büchern gelesen oder in Haushaltstipps-Sendungen mit Yvonne Willicks im Fernsehen gesehen. Aber vieles ist auch neu oder nicht so im Bewusstsein verankert, dass es direkt immer mit beachtet wird (z.B. Entstehung von Acrylamid beim Frittieren, Vorsicht bei Aluminiumgeschirr und Mogelpackungen).

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

Kaufempfehlung - Ja

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

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

Flexibler Wegbegleiter –

Rauhfaser Tapete im Kinderzimmer: für jede Lebensphase die passende Gestaltung

Die Schule geht los! Für viele Kinder beginnt ein neuer aufregender Lebensabschnitt – Der Wunsch nach Unabhängigkeit wird größer und der eigene Geschmack entwickelt sich weiter. Klar, dass in dem Zuge auch das Kinderzimmer auf den Prüfstand gestellt wird und einige Veränderungen anstehen. Bei der Möblierung rückt in den meisten Fällen der Schreibtisch in den Fokus. Zudem wird das Zimmer auch verstärkt zum Rückzugsort, in dem sich der Nachwuchs ungestört mit Freunden treffen möchte. Dieser Meilenstein ist eine tolle Gelegenheit, gemeinsam mit dem Kind den neuen Look des Zimmers zu planen. Wer bei der Gestaltung bereits auf Rauhfaser Tapete gesetzt hat, profitiert nun von der mehrfachen Überstreichbarkeit. Je nach Geschmack und späterer Zimmereinteilung sind hellere oder dunklere Farben möglich, einzelne Wände können als farbige Highlights fungieren, auch geometrische Formen bzw. Streifen sind leicht umzusetzen. Das Renovierungsprojekt lässt sich also mit überschaubarem Aufwand realisieren. Sollte eine Neutapezierung vonnöten sein, empfiehlt sich Rauhfaser aufgrund ihrer unkomplizierten Verarbeitung ebenfalls: einfach passend von der Rolle zuschneiden, einkleistern und nach dem Einweichen Bahn für Bahn an der Wand anbringen, trocknen lassen, fertig. Einfacher geht's nicht! Rauhfaser Tapete hat noch einen entscheidenden Vorteil: Sie besteht ausschließlich aus hochwertigem Recyclingpapier und wird mit Holzfasern von Bäumen aus kontrollierter Forstwirtschaft versetzt. Außerdem ist sie frei von gesundheitlich bedenklichen Weichmachern, Lösungsmitteln sowie PVC und ist nachweislich besonders emissionsarm – auch in Bezug auf flüchtige organische Verbindungen (VOCs). Mehr unter www.erfurt.com. epr



Der Wechsel vom Kindergarten in die Schule ist für Kinder und Eltern ein wichtiger Schritt – auch in Sachen Zimmereinrichtung. Rauhfaser erleichtert ihn: Einfach neu anstreichen und mit passenden Accessoires schön dekorieren. Foto: epr/Erfurt Tapeten

Haare gegen Wasserverschmutzung

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

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



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

Wasserqualität und Natur insgesamt. Eine Idee, so simpel und genial, dass man nur hoffen kann, dass möglichst viele Friseure mitmachen.



auto-Feix.de
 info@auto-feix.de
Bochum: 0234-30 70 80
 BO-Zentrum: Oskar-Hoffmann-Str. 63-69
 BO-Stadion: Castroper Str. 180-188
Witten: 02302-20 20 20
 Witten: Dortmunder Str. 56

Auto Feix freut sich über Auszeichnung durch AUTO-BILD

Das Opel und Ford Autohaus Feix gehört zum erlesenen Kreis der „Besten Autohäuser 2022“, welche die Zeitschrift AUTOBILD in Kooperation mit dem unabhängigen Marktforschungsinstitut Statista GmbH in Deutschlands größter Autohaus Analyse ermittelt hat. „Das ist sogar ein Doppelsieg, denn Autohaus Feix gehört auch zum Kreis der ‚Besten Werkstätten 2021/22‘“, freut sich Geschäftsführerin Kerstin Feix. „Ich bin stolz auf unsere Mannschaft, die durch ihren engagierten Einsatz zum wiederholten Male zu diesen Auszeichnungen beigetragen hat.“ Autokauf und Werkstatt-Wahl sind Vertrauenssache. Und so sind natürlich offizielle Auszeichnungen, Weiterempfehlungen und Bewertungen von Kunden immer sehr wichtig bei der Auswahl des richtigen Autohauses und der richtigen Kfz-Werkstatt. Hier können die aktuellen AUTOBILD-Siegel helfen. Viele Autohaus-Kunden sind langjährige Stammkunden, da sie gute Erfahrungen mit dem ehrlichen Umgang, der Zuverlässigkeit und Qualität der umfangreichen Leistungen im Autohaus Feix gemacht haben. Auch viele Neukunden kommen regelmäßig hinzu. „Für unser Team ist eine hohe Kundenzufriedenheit ganz wichtig“, berichtet Kerstin Feix. Das Autohaus ist seit über 90 Jahren bekannt als Opel Vertragspartner. Seit fast 20 Jahren ist Feix zusätzlich auch Ford Vertragspartner. Und so können Kunden im Autoverkauf ein vielseitiges Angebot an Neuwagen, Jungwagen, günstigen Re-Importen bekommen. Natürlich gibt es außer Opel- und Ford-Fahrzeugen auch Fahrzeuge anderer Marken, die inzwischen sogar europaweit eingekauft werden. Im Service liegt der Schwerpunkt auf den Marken Opel und Ford. Hier arbeiten geschulte Feix-Mitarbeiter mit Spezialwerkzeug, um

die Reparaturen schnell und professionell für die Kunden zu erledigen. Natürlich helfen wir auch Kunden mit Fahrzeugen anderer Marken. Als „Beste Autohäuser 2022“ wurde von AUTOBILD besonders auf folgende Kriterien geachtet: Wie kompetent und freundlich informieren die Verkäufer? Wurden Informationen und Verkaufsbedingungen fair und transparent mitgeteilt, Probefahrten und Zusatzleistungen angeboten? Wie schätzen Kunden das Preisniveau und die Flexibilität der Verkäufer bei den Verhandlungen ein? Würden Sie bei diesem Händler wieder ein Auto kaufen, und wie bewerten Sie den Service nach dem Kauf des Autos? Als „Beste Kfz-Werkstätten 2021/22“ wurden u.a. von Werkstatt-Kunden wichtige Kriterien für die Werkstatt-Wahl geprüft und bewertet: z. B. die Beratung durch das Feix-Team, d. h. die Erläuterung der benötigten Arbeiten, Fachkenntnisse der Mitarbeiter im Autohaus sowie das Leistungsangebot, z.B. Umfang des Serviceangebots, direkte Durchführung kleinerer Reparaturen und natürlich auch das Kriterium Preis. Wie ist das Preis-Leistungs-Verhältnis und gibt es zuverlässige und transparente Kostenvorschläge und Rechnungen? Wie ist die Gesamtzufriedenheit, d. h. Zufriedenheit mit der Qualität der durchgeführten Leistungen, Eindruck der Werkstatträumlichkeiten.



Es kommt Bewegung in die Sprockhöveler Verkehrspolitik

Nach den Sommerferien beginnt nicht nur die Schule - sondern auch die kommunale Politik nimmt wieder an Fahrt auf. Die Fraktion von Bündnis90/Die Grünen scheint die Sommerferien genutzt zu haben, denn sie geht in den Umweltausschuss mit zwei umfassenden Anträgen zum Thema Verkehr in die Offensive.

Prüfung von Fahrradstraßen

Mit dem Antrag zur Einrichtung von Fahrradstraßen soll die Verwaltung beauftragt werden, an verschiedenen Stellen in Sprockhövel die Einrichtung von Fahrradstraßen zu überprüfen. Dabei ist von den Grünen vorgesehen, dass vor allem die Umgebung um das Freibad, also die Straßen „Bleichwiese“ und „Im Baumhof“ sowie die Verbindungsstraßen zwischen dem Haßlinghausener Zentrum und der Glück-Auf-Trasse, also die Friedhofs- und die Poststraße, zu Fahrradstraßen werden soll. Der seit 1997 bestehende Straßentyp sei in vielen anderen Städten, darunter Hattingen, längst Alltag. „Ohne große bauliche Aufwände kann eine Stadt so viel an der Attraktivität für Fahrradfahrer machen“, so der grüne Verkehrspolitiker Tobias Gehle. Weiter kommentiert er: „Alle Parteien sprechen sich ja immer für die Stärkung des Fahrradverkehrs aus. Bisher ist aber in die Richtung leider sehr wenig passiert.“ Das müsse sich ändern, schließlich sei die Verkehrswende besonders in der heutigen Zeit dringender denn je. Ein weiteres Argument sei, dass eine Stärkung der Anbindung zwischen der vielfach touristisch genutzten Glück-Auf-Trasse und der Haßlinghausener Innenstadt einen positiven Effekt für den lokalen Einzelhandel habe. Auch das Freibad werde so noch attraktiver für auswärtige Besucher, was wiederum die Niedersprockhöveler Innenstadt stärken soll.

Öffnung der L70n bis zum Schülerparkplatz

„Neben der verstärkten Förderung des Fahrradverkehrs benötigen wir aber natürlich eine ganzheitliche Verkehrspolitik, die alle Teilnehmer vom Fußgänger bis zum Autofahrer mit einbezieht“, macht Stadtentwicklungsausschuss-Vorsitzender Alexander Karsten deutlich. Passend dazu kommt der Antrag auf die Teilöffnung der Landesstraße 70n, deren Fertigstellungsdatum Straßen NRW immer wieder nach hinten verschiebt. Die Grünen fordern in diesem, dass der erste Bauabschnitt, der bis auf die erste Straßendecke komplett fertig sei, nun für die Anschließung des Schülerverkehrs freigegeben wird. Karsten dazu: „Das hat einfach Sinn, da die Straße ja schon jetzt ohne Probleme befahrbar ist. Eine solche Forderung gab es auch bereits von einer Bürgerin im Ausschuss für Anregungen und Beschwerden, wir wollen diese politisch aber nochmal bekräftigen, da bisher dahingehend noch nichts an Fortschritten von der Verwaltung bekannt ist.“



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

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

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

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



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

Förderungsaus für Gasheizung

BEG-Förderung - neuer Austauschbonus

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

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

Beispiele für die neue Sanierungsförderung (BEG)

Beispiel Fensteraustausch:

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

Beispiel Biomasseheizung:

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

Beispiel Wärmepumpe:

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

Beispiel Komplettanierung (Effizienzhaus-Sanierung):

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

BEG-Reform 2022 - alle Änderungen

Keine Förderung für Gasheizungen mehr, dafür neuer Austauschbonus für Gasheizungen (weiterhin gibt es einen Austauschbonus für Ölheizung, Kohleheizung u. Nachtspeicheröfen); gekürzte Fördersätze bei allen Maßnahmen; drastische Kürzung der Förderung bei Biomasse-Heizungen; keine Kredite mehr für Einzelmaßnahmen; kein iSFP-Bonus mehr beim Heizungsaustausch; kein iSFP-Bonus mehr bei der Effizienzhaus-Sanierung; keine Zuschüsse für Effizienzhaus-Sanierungen (nur noch Kreditförderung analog Neubau); das Effizienzhaus 100 entfällt. Einführung WPB-Bonus zum 22. Sept. 2022: Bei der Effizienzhaus-Förderung wird der „Worst Performing Building“-Bonus zum 22.9.2022 eingeführt. Er beträgt 5 Prozent und kann beim Effizienzhaus 55 sowie beim Effizienzhaus 40 mit dem EE-Bonus kombiniert werden. „Worst Performing Buildings“ sind Gebäude, die zu den energetisch schlechtesten 25 % des deutschen Gebäudebestandes gehören.

Fenstererneuerung

EU setzt auf Fenstersanierung fürs Klima

Der Gebäudebereich ist ein wahrer Klimakiller: Rund 40 Prozent des Energieverbrauchs und 36 Prozent der Treibhausgasemissionen entfallen in der Europäischen Union auf den Bereich. Mit ein Grund dafür ist, dass drei von vier Gebäuden in der EU Energie verlieren: Drehen Bewohner eines nicht sanierten Haus die Heizung oder die Klimaanlage auf, verbrauchen sie weit mehr Energie, als in einem sanierten oder effizienten Gebäude notwendig wäre.

Jetzt möchte die EU dem Sorgenkind Gebäudesektor an den Kragen gehen: Bis 2050 sollen alle Bauten in der EU klimaneutral sein. Zu den wichtigsten Maßnahmen gehört der Tausch von veralteten Fenstern. Schließlich sind insbesondere Fenster mit Einfachglas und die bis Mitte der 1990er Jahre üblicherweise verbauten Modelle mit unbeschichtetem Isolierglas wahre Energieverschwender. Allein in Deutschland sind 235 Millionen Fenstereinheiten betroffen - das entspricht fast 40 Prozent aller Fenster. Würden diese veralteten Einheiten durch neue energieeffiziente Fenster, zum Beispiel mit einem Profil des Herstellers Veka ersetzt, ließen sich hierzulande rund 12,5 Millionen Tonnen CO₂ einsparen.

Zu diesem Ergebnis kam eine Studie, die der Verband Fenster und Fassade (VFF) und der Bundesverband Flachglas (BF) im Jahr 2021 veröffentlicht haben. Es ist ein wichtiger Schritt, damit Deutschland das EU-Ziel erreicht und seine CO₂-Emissionen bis 2030 um 55 Prozent reduziert. *txn*



Zu den wichtigsten Maßnahmen im Klimaschutz gehört der Tausch von veralteten Fenstern. Schließlich sind insbesondere Fenster mit Einfachglas Energieverschwender. Foto: kadmy/123rf/Veka

Heizen mit Sonnenwärme

Energetisch unabhängiger im Eigenheim

Über 85 Prozent des Energiebedarfes in privaten Haushalten entfällt auf das Heizen und die Bereitstellung von Warmwasser. Wer dafür



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

Berkermann Bauelemente GmbH

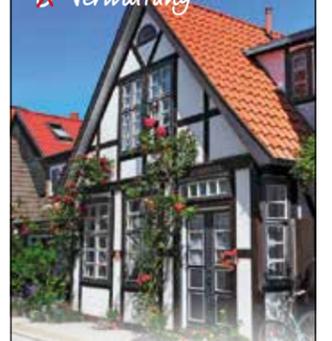
Kirchweg 8
45549 Sprockhövel
02324-971885
02324-971886
info@berkermann-bauelemente.de
www.berkermann-bauelemente.de

Unsere Leistungen:

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

heute noch fossile Brennstoffe nutzt, leidet unter rasant steigenden Energiepreisen – die auf absehbare Zeit auch kaum sinken werden. Kein Wunder, dass sich immer mehr Hausbesitzer größere Unabhängigkeit von den Energielieferanten wünschen. Möglich wird das durch Sonnenwärme: Mit der kostenlosen solaren Energie kann heute fast die Hälfte der Heizwärme für ein Eigenheim gewonnen werden – und das konsequent ökologisch. Die Solaranlage arbeitet wie ein zweiter Heizkessel auf dem Dach, speist gewonnene Wärme in den Heizkreislauf ein und entlastet so die Zentralheizung deutlich. Dafür wird überraschend wenig Platz benötigt: So reichen dem AquaSolar System von Paradigma nur 10 Quadratmeter Kollektorfläche, um jährlich 50.000 l kaltes Wasser auf Siedetemperatur zu bringen – zum Heizen, Duschen oder Waschen. Das durchdachte System nutzt als Solarflüssigkeit lediglich Wasser, das eine deutlich besseren Fließ- und Wärmeleitfähigkeit hat als herkömmliche Solarflüssigkeiten mit Glykol. Dank des Wassers lässt sich die Solaranlage ganz einfach mit fast jeder Heizung und jedem Speicher kombinieren. Und es gibt noch einen Unterschied: Das Wasser wird in den Vakuum-Röhrenkollektoren effektiv erhitzt und zunächst wie in einer Thermoskanne gesammelt. Ist genügend Wärme vorhanden, fließt das heiße Wasser in den Wärmetauscher des Speichers zurück. Durch dieses patentierte Prinzip wird drei Mal mehr Wärme als bei gewöhnlichen Solaranlagen transportiert. Die Solarpumpe muss zudem seltener laufen, was Strom spart und die Kosten weiter senkt. Selbst im Winter steht auch bei diffusen Licht immer erwärmtes Wasser zum Duschen zur Verfügung. Die eigentliche Heizung springt dann nur noch selten an – das entlastet den Geldbeutel und trägt wesentlich zum Klimaschutz bei. *txn*

- ☑ Verkauf
- ☑ Vermietung
- ☑ Verwaltung



Rund um die Immobilie sind wir für Sie da!

BRÜCKNER
IMMOBILIEN
VERWALTUNG · VERMITTLUNG · VERKAUF
Tel.: 0 23 24 / 5 37 67
Bruchstr. 45 · 45525 Hattingen

Weitere Informationen online unter www.paradigma.de.

Eine Beerdigung frühzeitig planen und vorbereiten



Foto: Bigstock

Sei es durch Altersschwäche, Krankheit oder Unfall: Der Tod ereilt Menschen nach einem kurzen oder langen Sterbeprozess („Am Ende fehlte die Kraft“) oder auch überraschend („plötzlich und unerwartet“). Die Welt ist für die Hinterbliebenen dann nicht mehr so, wie sie mal war. In dieser emotionalen Ausnahmesituation steht dann auch noch die

Aufgabe an, die Beerdigung des Verstorbenen zu organisieren. Eine große Hilfe wäre es, wenn alle Schritte bereits in Ruhe überdacht und vorgeplant wären.

Es ist an so vieles zu denken und zu entscheiden: Wer sollte und wer muss im Falle des Ablebens benachrichtigt werden? Dazu zählen die engsten Angehörigen, aber auch bestimmte Behörden und ggf. der Arbeitgeber. Welche Papiere (Personalausweis, Krankenkassenkarte, Rentennummer) müssen vorgelegt werden und wo sind sie zu finden. Existieren ein Testament, eine Lebensversicherung und eine Sterbegeldversicherung? Wurde bereits eine Bestattungsvorsorge mit einem Bestattungsinstitut abgeschlossen. Sofern eine Planung des Ablaufs noch in aller Ruhe möglich ist, können auch Angebote von verschiedenen Bestattern eingeholt werden.

Es sollte, wenn nicht bereits bekannt, überlegt werden, ob es im Sinne des Verstorbenen lag, eine Traueranzeige aufzugeben und Trauerkarten zu versenden. Soll der Verstorbene seine letzte Ruhe auf einem Friedhof in Form einer Erdbestattung in einem Reihen- oder Familiengrab bzw. nach einer Einäscherung in einem Urnengrab, Kolumbarium, unter einem Baum oder im Rahmen einer Seebestattung gefunden werden. Soll ein Priester oder ein Trauerredner während der Trauerfeier an das Leben und Wirken des Verstorbenen erinnern und für sein Seelenheil beten? Soll bei dieser Feier auch das Lieblingslied des Verstorbenen gespielt werden und sich nach der Beisetzung ein Trauerkaffee anschließen? Zu entscheiden ist, wer dazu eingeladen wird.

In der Folge sollten die Hinterbliebenen organisieren, wer ggfs. die Grabpflege übernimmt, Mitgliedschaften, Abonnements und Versicherungen kündigt, falls vorhanden, das Auto ab- bzw. ummeldet und im Hause Strom, Wasser und Gas abbestellt.

Alle diese Fragen lassen sich frühzeitig in Familien- und Freundeskreis besprechen. So ist mit genügend Vorlauf eine Planung unter Berücksichtigung aller Wünsche und Möglichkeiten in Ruhe möglich. Zum Glück stehen Bestattungsinstitute den Hinterbliebenen gerade in den emotional schweren Zeiten hilfreich, beratend und kompetent zur Seite. dx

KEMPER
BESTATTUNGEN E.K.

Kirchstraße 33
www.kemper-bestattungen.de

Niederlassung
Asbecker Straße 126
www.kleine-bestattungen.de

ständige Ruf- und Dienstbereitschaft
02332 - 50522

KLEINE
BESTATTUNGEN
NL DER KEMPER BESTATTUNGEN E.K.

Udo Andrießen - Bestattermeister

STARK SEIN, WENN SIE ES NICHT KÖNNEN.
Wir tun alles für Sie. Verlassen Sie sich darauf.

Auf dem Haidchen 42
45527 Hattingen-Welper

BESTATTUNGEN

Triestram

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

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

Grabgestaltung • Grabpflege • Trauerfloristik • Garten- und Landschaftsbau

Seit 1959

Gärtnerei Wiegand

Merkurstr. 14
58285 - Gevelsberg

Tel.: 02339 / 4404
kontakt@gaertnerei-wiegand.de
www.gaertnerei-wiegand.de

Feiertage als Herausforderung



Sterben und Abschiednehmen gehören zum Leben dazu und jeder hat ein Recht auf seine persönlichen Trauerrituale.
Foto: pexels.com/akz-o

Für Trauernde sind Feiertage seit jeher eine Herausforderung. Wer den Verlust eines geliebten Menschen verarbeitet, der fühlt sich im üblichen Rummel und angesichts der allgemeinen Vorfreude oft fehl am Platz. Insbesondere das erste Fest ohne einen nahen, vielleicht sogar ohne den nächsten Menschen ist für viele Trauernde eine emotionale Belastung. Mancher sucht vielleicht gerade

den Anschluss und möchte die Feiertage in Gesellschaft verbringen, mancher ist lieber alleine mit sich, seinen Gedanken und Erinnerungen.

„Die Frage, ob sich ein Verlust ohne diese Ausnahmesituation anders angefühlt hätte, wird viele Trauernde noch lange beschäftigen. Doch insbesondere während der Feiertage sollten Familie und Freunde sich die Zeit nehmen, Trauernden in ihrem Schmerz ganz individuell beizustehen. Wichtig ist, offen darüber zu sprechen, was dem Einzelnen hilft, und Räume zu schaffen, in denen Trauer auch als tröstend und heilsam empfunden werden kann“, sagt Stephan Neuser, Generalsekretär des Bundesverbandes Deutscher Bestatter.

Für Dr. Simon J. Walter, Kulturbeauftragter der Stiftung Deutsche Bestattungskultur, sind die individuellen Formen und Wege der Trauer entscheidend: „Die Trauer jedes Einzelnen sieht anders aus, braucht ihre eigene Zeit und ihren eigenen Raum.“ spp-o

Entspannende Momente auf der eigenen Terrasse

Mit dem Bau einer Terrassenüberdachung kann der Wert einer Immobilie gesteigert werden. Wer eine Terrassenüberdachung plant, muss prüfen, ob eine Baugenehmigung benötigt wird. Darüber hinaus gibt es auch für Bauten, die nicht genehmigungspflichtig sind, eine Reihe von Bauordnungen, die es zu beachten gilt. Wir erklären, welche Terrassenüberdachungen genehmigungspflichtig sind und welche Vorgaben beachtet werden müssen.

In Nordrhein-Westfalen sind Terrassenüberdachungen als genehmigungspflichtige Bauvorhaben eingestuft. Dies gilt aber nur für Bauten ab einer bestimmten Größe. Für eine Terrassenüberdachung muss erst ab einer Fläche von mehr als 30 Quadratmetern und einer Tiefe von mehr als 4,5 Metern eine Genehmigung eingeholt werden. Diese erhält man vom zuständigen Bauamt.

Unabhängig davon, ob eine Überdachung für den Außenbereich genehmigungspflichtig ist oder nicht, gelten eine Reihe von Bauverordnungen. Als einfaches Bauvorhaben sind Dachterrassen an komplexe Auflagen gebunden. Aktuell gilt es die folgenden Dinge für den Bau zu beachten:

- Kommen tragende Stützen zum Einsatz, müssen diese nach der Brandschutzverordnung ausreichend lang sein. Darüber hinaus müssen sie standsicher verbaut werden.
- Das Terrassendach muss im Fall einer sogenannten Brandbeanspruchung von außen – etwa durch Flugfeuer oder Strahlwärme – lange genug widerstandsfähig sein.

„Wie auch bei allen anderen Bauten greift die Brandschutzverordnung. Dies bedeutet, dass die Überdachungen im Außenbereich unter anderem so anzubringen und aufzustellen sind, dass Flammen im Brandfall nicht auf andere Gebäudeteile oder angrenzende Grundstücke überschlagen“, erklärt Christian Kretzmann, Geschäftsführer Engel & Völkers Bochum/Hattingen.

Grundsätzlich besteht zudem die Vorschrift, dass die Terrassenüberdachung zur Nachbargrenze einen Abstand von drei Metern haben muss. Dies ist jedoch nicht immer möglich. Ein klassisches Beispiel hierfür sind Reihenhäuser, deren Grundstücke nicht breit genug ist. In diesem Fall muss eine Erlaubnis von den Nachbarn eingeholt werden – und zwar vor Baubeginn.



Foto: canva

DACH & GARTEN
DACH- UND GARTENBAU AM WALZWERK GMBH

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

Fax 02324-9049863
www.dach-garten.de
info@dach-garten.de



Foto: canva

...mehr als NUR Steine!

Natursteinbrüche

Bergisch Land

...für Haus und Garten

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

www.natursteinbrueche.de

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

Die Pflanzzeit beginnt!

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

Die Containerbaumschule mit Qualität und fachlicher Beratung!

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

Tradition trifft auf Moderne!

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Monika und Peter Schemmann mit Team

Im September 2021 erfolgte dann die große



150 Jahre Schemmann

Große VIP Party am 08.09 ab 18 Uhr

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

-15% auf ALLES
ausgenommen Feinkost & Spirituosen

Only for VIP
Only for YOU

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

Marc Cain
Riani
Sportalm
High
Rundholz
Pandora
Thomas Sabo

Wajos
Lakrids by Bülow
Hellhammer
Viani
Räder Design
Fiftyeight Products
Küchenprofi



Feiern Sie mit uns - Das erwartet Sie!

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

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

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

50% reduziert

SPORTALM
KITZBÜHEL

HIGH
By Claire Campbell

Schemmann's
Genuss & Style

Ruhrstraße 21 | Witten

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

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

TSG-Fußball

Offiziell gilt ab dem 1. August zwischen der TSG Sprockhövel und dem Bauzentrum Klein aus Gevelsberg eine neue Stadionpartnerschaft über drei Jahre. Sichtbares Zeichen: die bisherige „Baumhof Arena“ trägt jetzt den Namen „Klein Arena“.

Wie Pascal Schulz aus der Geschäftsleitung von Bauzentrum Klein berichtet, bestand die Partnerschaft mit der TSG schon seit vielen Jahren. Über die Zeit hatten beide Häuser den Wunsch, die Zusammenarbeit zu intensivieren. Das Projekt sei dann durch ein spontanes Gespräch entstanden, der Vertrag mit einer Laufzeit von drei Jahren konnte Anfang Juli abgeschlossen werden. Die Zeit wurde also knapp, um die Umbenennung des Fußballstadions noch vor Beginn der neuen Oberliga-Saison unter Dach und Fach zu bekommen. Bürgermeisterin Sabine Noll strengte sogar einen Eilentschluss in der Stadtverwaltung an, um die Änderung des Stadionnamens durch die Gremien zu bringen. Die Politik in Sprockhövel stimmte einstimmig zu. Die Betriebsleiter von Bauzentrum Klein Pascal Schulz und sein Stellvertreter Marvin Blobel spuckten in die Hände und gestalteten die Fußball-Arena mit entsprechenden Banner, Fahnenmasten und Schildern um. Mit der guten Plattform für das Bauzentrum, die die 3000 Mitglieder starke TSG Sprockhövel als größter Sportverein im Ennepe-Ruhr-Kreis

Aus Baumhof Arena wird Klein Arena



TSG-Verantwortliche und Sponsoren nehmen Bürgermeisterin Sabine Noll bei der Präsentation der neuen Klein Arena in ihre Mitte.

bildet, einerseits und der Unterstützung für die TSG durch den neuen Sponsor andererseits entsteht so für beide Partner eine WIN-WIN Situation. Beide Seiten hoffen, dass durch die nunmehr noch engere Zusammenarbeit weitere „tolle motivierende Ideen“ entstehen. Sportlich richtet die TSG ihre Ziele nach einem großen Umbruch im Kader erstmalig nur auf den Klassenerhalt aus. dx

Titel geholt, Norm nicht ganz geschafft



Das Topfeld beim Rundendurchlauf

Foto: Meine-Sportfotos.de/Michael Strokosch

Suptropische Temperaturen um 27 Grad herrschten noch am Abend, als die schnellsten Männer bei der national top-besetzten „6. Nacht der Zehner“ um die Landesmeistertitel von Hamburg und Schleswig-Holstein kämpften. In der Stadt der Elbe schickte der Starter das Elite-Feld der 10.000-Meter-Läufer um 22.15 Uhr auf die 25 Bahnstunden. Am Start im Feld der Besten war auch der Haßlinghauser Langstreckler David Valentin (LT Haspa Marathon Hamburg). Intensiv auf den Wettkampf an der Alster hatte sich der Wahl-Hamburger und Zeitsoldat der Bundeswehr mit einem Kurztrainingslager mit Tempolaufeinheiten auf Norderney vorbereitet. Es wurde ein spannendes Rennen: Schnell setzte sich ein Trio vom Hauptfeld ab und blieb rund 5000 Meter zusammen. Dann musste Toptriathlet Lennart Sievers (DSW Darmstadt) allerdings den 25-jäh-

rigen David Valentin und den gleichaltrigen früheren Leeraner Lars Schwalm (LAC Kronshagen-Kiel) ziehen lassen. Valentin und Schwalm indes wechselten sich permanent in der Führungsarbeit ab. Beide hatten die Norm für die Deutschen Meisterschaften 2023 von 30:40 Minuten fest im Blick. Zu Beginn der Schlussrunde setzte David Valentin dann aber zu einem langen Spurt an und sicherte sich den Titel in ganz starken 30:42,72 Minuten vor Lars Schwalm, der 30:49,12 Minuten benötigte. Die Schlussrunde lief der 25-jährige Valentin sogar in glatten 63 Sekunden. So schnell hatte noch niemals ein anderer Läufer die finalen 400 Meter bei der Hamburger Veranstaltung absolviert. Der frühere Deutsche Jugend- und Juniorenmeister verpasste die DM-Norm jedoch trotz des langen Spurts hauchzart. Für den Haßlinger kein Grund, den Kopf in den Sand zu stecken, war er doch gut 35 Sekunden schneller als bei seinem 10. Platz bei den Deutschen Meisterschaften im Mai in Pliezhagen gelaufen. „Angesichts der schwierigen Bedingungen bin ich trotzdem sehr zufrieden mit Rennverlauf und Zeit. Die Norm kann ich noch woanders laufen, notfalls auch bei einem Straßenlauf.“ Natürlich sicherte sich David Valentin auch den Doppel-Landesmeistertitel. „Jeder Titel ist immer noch etwas Besonderes und ein Zeichen, das man gut vorbereitet war.“ Ein sogenannter Hase war übrigens nicht dabei, obwohl dann tatsächlich während des Rennens ein Hoppepmann aus dem Gebüsch heraus über die Zielgerade flitzte und dann in der Dunkelheit wieder verschwand. dx

Neue Hochsprunganlage des TV Hasslinghausen eingeweiht

Auf dem Sportplatz am Landringhauser Weg steht die neue Anlage. Gekostet hat sie 18.000 Euro.

Große Freude der Sportler am Landringhauser Weg in Sprockhövel: der Turnverein Hasslinghausen konnte endlich die neue Hochsprunganlage aufstellen. Bisher hatte es dafür nur eine Hochsprungmatte gegeben, die ihre besten Zeiten schon längst hinter sich hatte. Außerdem machte sie sich gern einmal selbstständig und war auch Opfer von Vandalismus. Die neue Hochsprunganlage befindet sich hinter dem Tor auf dem Sportplatz an der Landringhauser Straße und kann sicher eingeschlossen werden, denn zur Matte gehört auch die passende Deckelhülle.

18.000 Euro kostete die neue Anlage. 13.000 Euro wurden über die Sportpauschale seitens der Stadt Sprockhövel aufgebracht, 4000 Euro kamen von der Sparkassenstiftung Sprockhövel und die restlichen 1000 Euro konnte der Verein aufbringen.

Der TV Hasslinghausen kann als Breitensportverein mit der



Freuen sich über die neue Hochsprunganlage: Klaus Machholz (Sparkassenstiftung Sprockhövel), Oberturnwart TV Hasslinghausen Harald Rohleder, 2. Vorsitzende Britta von der Weiden, Vorsitzender TV Hasslinghausen Andreas Reimann, Geschäftsführerin TV Hasslinghausen Katharina von der Weiden, Übungsleiter Leichtathletik TV Hasslinghausen und Sportwart im Stadtsportverband, Rene Strack, Daniel Rasche, Vorstand Sparkasse Schwelm- Sprockhövel sowie Sprockhövels Bürgermeisterin Sabine Noll. Es springt Youri Schmidt von der Gesamtschule. Foto: Pielorz

neuen Anlage auch wieder Wettkämpfe ermöglichen. Auch der Schulsport kommt in den Genuss

der Anlage. Die Leichtathletik-Abteilung des Vereins umfasst etwa fünfzig Personen. Viele jun-

ge Leute sind Schüler an der Gesamtschule und trainieren nach Schulschluss. anja

Hockergymnastik beim TVH Anneke-Preisverleihung

Im Alter kommt es immer mehr darauf an, seine Gesundheit und Beweglichkeit wertzuschätzen und möglichst noch zu fördern. Gerade Senioren kommen deshalb im Rehakurs „Hockergymnastik“ auf ihre Kosten - ohne die Kosten zu tragen. Angeboten wird er vom TV Hasslinghausen.

Sanfter Muskelaufbau im Alter wichtig und möglich

Bei der Hockergymnastik mit Gleichgesinnten kommen Kleinmaterialien wie Bälle, Tücher und Stäbe zum Einsatz. Bestimmte Übungen werden aber auch ohne jegliche Hilfsmittel durchgeführt. Egal, ob im Sitzen oder im Stehen, die Übungen unter Übungsleiter Elke Heyer, Ralf Hanzlik und Nicole Gerber sind auf jedermann zugeschnitten. Gemeinsames Ziel: Durch den Rehasport soll die Leistungsfähigkeit der Teilnehmer langsam wieder gesteigert werden. Muskeln und Gelenke werden gekräftigt, die Ausdauer trainiert und das Selbstbewusstsein wie auch Selbstvertrauen gefördert. Darüber hinaus werden die Verbesserung von Beweglichkeit, Mobilität sowie Koordination angestrebt. Ein nicht zu vernachlässigender Punkt ist der Austausch mit Gleichgesinnten, der den Spaß erhöht, einen Heilungsprozess unterstützt und zum Dranbleiben motiviert. Im Idealfall sollen die Sportler ihr volles individuelles sportliches Potenzial wieder entfalten können. Treffpunkt ist montags von 15.30 bis 16.30 Uhr in der kleinen Turnhalle hinter dem Rathaus in Haßlinghausen. Anmeldungen sind unter 0170 - 52 31 557 möglich, die Zahl der Plätze ist allerdings begrenzt. Interessierte können aber auch gerne einmal zum Schnuppern vorbeischauen. Die Hockergymnastik wird in der Regel von Krankenkassen unterstützt, die meist eine Reha-Genehmigung über 50 Einheiten mit einer Laufzeit über 18 Monate aussprechen. Der Kurs kann für Vereinsmitglieder auch ohne Verordnung genutzt werden. dx

Das Mathilde-Anneke-Festwochenende, bei dem die Städte Hattingen und Sprockhövel in diesem Jahr den 6. Anneke-Preis verliehen, wird alle zwei Jahre für mutige und engagierte Personen des Ennepe-Ruhr-Kreises ausgelobt, die sich im besonderen Maße für die Gleichstellung der Geschlechter einsetzen. Dabei kann der Schwerpunkt des Engagements im bildungspolitischen, sozialen oder auch im Bereich der Integration liegen.

Auftakt für das Wochenende war die Dokumentarfilmvorstellung „A normal Girl“, außerdem wurde diskutiert und eine historische Radtour unternommen. Am Sonntag folgten dann verschiedene Begrüßungsreden, ein Impulsvortrag über das Leben von Mathilde Anneke sowie eine musikalische Darbietung der Musikschule Sprockhövel, bevor dann die Preisträgerin des diesjährigen Gleichstellungspreises bekannt gegeben wurde. Aus den zehn Vorschlägen war es dann die Berufsschullehrerin Alwiné Ometa, die den diesjährigen Anneke-Preis gemeinsam mit einer Urkunde von Bürgermeister Dirk Glaser und Bürgermeisterin Sabine Noll im Foyer der Glückauf-Halle verliehen bekommen hat. Am Berufskolleg in Hattingen betreut Alwiné Ometa die Internationalen Förderklassen und ist für die Ausbildungsvorbereitung junger Menschen zuständig. Ihr Engagement geht aber über ihren eigentlichen Beruf weit hinaus: sie macht sich stark für die Gleichberechtigung aller junger Menschen und setzt sich für diejenigen ein, die durch das reguläre Bildungssystem fallen. Auch begleitet sie Eltern, Familien und alleinerziehende Mütter als fachliche und herzliche Beraterin und sucht nach Lösungen, sobald Probleme auftauchen. Sie erhielt eine Urkunde sowie ein Preisgeld in Höhe von 1.000 Euro, gespendet durch die Sparkasse Schwelm-Sprockhövel und die Sparkasse Hattingen. In zwei Jahren wird dann der 7. Anneke-Preis von den Städten Sprockhövel und Hattingen ausgelobt.

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

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

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

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

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



Kathleen Schmalfuß arbeitet seit zwanzig Jahren in der Frauenberatung.

Foto: Pielorz

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

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

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

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

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

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

KONTAKTE

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

www.gesine-intervention.de

Frauenhaus Tel.: 02339/6292
 E-Mail: info@frauenhaus-en.de

Für Täter
 Tatorientierte nachhaltige Intervention
 Telefon 02336/ 475 90 94

Wenn jemand eine Reise tut...

... ja, dann kann er viel erzählen,

besonders von den letzten Jahren, als das Reisen mit der deutschen Bahn immer abenteuerlicher wurde. Das 9-Euro-Ticket hat zwar zu überfüllten, inzwischen verschmutzten, demolierten Zügen geführt, weil die Infrastruktur des öffentlichen Nah- und Fernverkehrs auf den Ansturm nicht vorbereitet war.

Darüber haben die Medien ausführlich informiert.

Diesmal jedoch schreibt nicht jemand diesen Text, sondern ich beschreibe verschiedene Reiseerlebnisse, die erst im Nachhinein lustig erscheinen, während der Fahrt jedoch eine Mischung von Unbehagen, Übellaunigkeit, sogar Zorn hervorriefen.

Vor längerer Zeit wollte ich mit meiner Tochter und ihren Kindern von Bochum in den Norden fahren. Wir hatten im Wagen 7 des IC Sitzplätze gebucht. Als der Zug einfuhr, erklärte die Durchsage kommentarlos, dass der Wagen 7 heute ausfalle. Wer vermutet, wir hätten nur ein Handtäschchen und eventuell ein Kofferchen dabei, irrt sich, denn beim Einstieg in den Wagen 8 schulterte meine Tochter ihren schweren Rucksack, nahm einen Trolley in die linke Hand und ihren kleinen Sohn auf den rechten Arm. Der Schaffner stand an der geöffneten Waggontür und beobachtete, ob und wie sie diesen Drahtseilakt wohl schaffte. Ich stieg mit dem schon größeren Kind und dem restlichen Gepäck ein, wobei ich dem Schaffner die Kinderkarre in die Hand drückte mit der Bitte, diese mir nachzubringen. Nach mühsamen Gedränge und Gewusel durch den überfüllten Zug sahen wir, dass unsere Ersatzplätze bereits besetzt waren und hörten vom Lautsprecher: „Auf der Toilette von Wagen 8 steht eine Kinderkarre.“

Na, denn....! Gute Reise!

Auf meiner Rückfahrt fiel der geplante Zug aus und der Ersatzzug fuhr nur bis Hamburg, wo eine Weiterfahrt am gleichen Gleis mit einem anderen Zug angekündigt wurde. Nach 10 Minuten schnarrte der Lautsprecher eine viertelstündige Verspätung, wenig später 30, dann 45 Minuten und letztlich kurz und bündig: **„Der Zug fällt aus.“**

50 Jahre Lions Club Herbede-Sprockhövel

Das Motto: WIR HELFEN steht im Mittelpunkt der Aktivitäten

Der Lions Club Herbede-Sprockhövel wurde am 29. Januar 1972 unter der Patenschaft des Lions



Clubs Witten gegründet. 28 Frauen und Männer treffen sich seit 2014 als gemischter Club einmal im Monat zu einem offiziellen Abend. Das Motto: WIR HELFEN steht im Mittelpunkt sozialer und gesellschaftlicher Aktivitäten. Die Einsätze des Clubs in den vergangenen 50 Jahren sind kaum zu zählen. Hilfe und Unterstützung wurden durch persönlichen, ehrenamtlichen und materiellen Einsatz geleistet. Dabei konnten bislang weit mehr als eine hal-

be Million Euro durch Spenden aufkommen und durch eigenen Einsatz zur Verfügung gestellt werden. Mit diesem Geld wurden Projekte vorrangig direkt in der Kommune, aber auch national und international, unterstützt und durchgeführt.

Einige Beispiele:

- ◆ Drei elektrische verstellbare Spezialbetten für behinderte Bewohner und Bewohnerinnen an das Altenheim „St. Josefhaus“ in Herbede und Gymnastikgeräte für die Behindertensportgruppe des TV Hasslinghausen.
- ◆ Neue Spielfahrzeuge für den Kindergarten Gedulder Weg Sprockhövel.
- ◆ Lernmaterialien „Deutsch“ für die Flüchtlingshilfe Sprockhövel e.V.

Wer sind die Lions?

Lions International ist eine Vereinigung freier Menschen, die in freundschaftlicher Verbun-

Und nun, was tun? Die Reiseauskunft verwies mich auf Gleis 11. Dort saß ich bei sommerlichen Temperaturen drei Stunden auf der Wartebank, bis ein Zug wenigstens bis Gelsenkirchen fuhr, wo ich abgeholt werden konnte.

Als unsere Tochter neulich spät abends für einen kurzen Wochenendbesuch zu uns kam, erschien am Bochumer Hauptbahnhof der planmäßige Bus nicht. Ein anderer Bus auch nicht.

Warum? Streik? Nein. Fahrermangel. Also? Taxi!

Auch wenn solche Entscheidungen notwendig sind, bleiben sie eine finanzielle Herausforderung, ebenso wie ungeplant als auch ungewollt erster Klasse zu fahren.

So erlebt auf einer Fahrt von Berlin nach Bochum.

Sonntagnachmittag, die zweite Klasse war überfüllt, die Reisenden hockten dichtgedrängt auf den Gängen. Da ich weder hocken noch stehen wollte, drängelte ich mich zu der auch dicht besetzten ersten Klasse durch, wo ich tatsächlich einen Platz fand. Bei der Fahrkartenkontrolle wies mich die Schaffnerin barsch darauf hin, mit einem Fahrschein zweiter Klasse kein Anrecht auf diesen Platz zu haben. Dem stimmte ich zu und wollte die Differenz bezahlen. Weil sie das unbegründet ablehnte, blieb ich sitzen. Sie verlangte meinen Namen und drohte mit einer Strafanzeige.

Wieder zu Hause, schrieb ich einen Brief an die Deutsche Bahn, in dem ich den Vorfall kurz skizzierte und mit einer Erinnerung schloss:

Mein Onkel war damals, als es bei der Eisenbahn noch die vierte Klasse gab, ein sehr bekannter, aber nicht wohlhabender Mann in Halle an der Saale. Er fuhr mit dem Zug nach Berlin mit einer Fahrkarte dritter Klasse, saß jedoch zweiter Klasse.

Dem Kontrolleur, der ihn verweisen wollte, antwortete er: „Ich habe eine Fahrkarte dritter Klasse, ich sitze zweiter Klasse, aber ich bin erste Klasse.“

Daraufhin bekam ich von der deutschen Bahn ein Entschuldigungsschreiben mit einem Gutschein für eine Reise freier Wahl in der ersten Klasse.

Barbara Hoth-Blattmann

Impressum

Titelbild:

Oberstüter/Große Kuhstraße. Foto: Ulf Kathagen

Herausgeber:

Monika Kathagen ☎ 02302/9838980

Wasserbank 9, 58456 Witten

Verlag und Redaktion:

Kathagen-media press

E-Mail: info@image-witten.de

www.image-witten.de

Anzeigen und Redaktion:

Barbara Bohner-Danz, Matthias Dix, Cornelia Hamacher, Monika Kathagen, Jessica Niemerg, Tilsa Mustafa, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

Druck:

BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

Erscheinungsweise und Auflage:

Monatlich, kostenlos, Auflage 16.500 Exemplare.

Haushaltsverteilung unter anderem in Niedersprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen.

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

Nächster Erscheinungstermin:

Donnerstag, 29.9.2022

Anzeigenschluss: Mittwoch, 14.9.2022

Tolle Trikots für Dein Team!



Die große
AVU-Trikot-
Aktion!

Jetzt Trikot-
satz gewinnen:
avu.de/trikots



An Eurer Seite!

AVU...