

imageHattingen

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



EK FAHRZEUGTECHNIK

Henrichs-Allee 5
45527 Hattingen
☎ 02324 3810000

Schon wieder haben wir alle ein Jahr mit unerwarteten Herausforderungen gemeistert. Lassen Sie uns dieses Weihnachtsfest mit Zuversicht auf ein ruhigeres und beständigeres Jahr 2023 feiern. Frohe Weihnachten und einen positiven Start in das Jahr 2023 wünscht Ihnen Ihr EK-Fahrzeugtechnik Team!



Westerweide 32
58456 Witten
☎ 02302 72505

Liebe Leser,
 einmal kurz nicht aufgepasst und schwupps ist auch dieses Jahr schon wieder vorbei. Und was war das bitte für ein Jahr? Hat die Corona-Pandemie es den Bürgern nicht schon schwer genug gemacht? Mussten tatsächlich auch noch Krieg und Energielieferungsprobleme das Level der Belastung weiter hochtreiben? Dass bei den ganzen Schwierigkeiten der heutigen Zeit auch die Laune einmal darunter leiden kann, merkt man leider immer häufiger. Einen kleinen Denkanstoß zum Thema lesen Sie auf Seite 28.
 Des Weiteren wird fleißig Energie gespart und das neue, hoffentlich bessere, Jahr geplant. Durch die gesamte Ausgabe gestreut finden Sie immer mal wieder Wünsche verschiedener Bürgerinnen, Bürger und Firmen. Auf Seite 6 lesen Sie, was Bürgermeister Dirk Glaser für Wünsche und Sorgen für das neue Jahr hat. Welche Glückssymbole hier helfen können zum gewünschten Resultat zu kommen und was sie genau bedeuten, erfahren Sie auf Seite 8.
 Eine weitere oft geführte Debatte zum Jahreswechsel ist die über das Silvesterfeuerwerk. Verboten oder die bunten Farben am Himmel gerade in diesen Zeiten einfach mal genießen? Einige Pro und Contras finden Sie auf Seite 30. In den letzten Jahren war es coronabedingt ja schon etwas ruhiger.
 Aber apropos schwierige Zeiten – soll das Feuerwerk zum Jahreswechsel nicht gerade dazu dienen, die bösen Geister zu vertreiben? Vielleicht sollte dieses Silvester dann lieber eine Rakete zu viel als zu wenig gezündet werden.
Ihre Image-Redaktion

Energiespartipps in fünf Sprachen



Landrat Olaf Schade, die Leiterin des Kommunalen Integrationszentrums Lale Arslanbenzer und der AVU-Vorstand Uwe Träris freuen sich über die neuen Flyer in fünf Sprachen rund um das Thema Energiesparen. Foto: UvK/ Ennepe-Ruhr-Kreis

Wo im Haus oder der Wohnung kann der Energieverbrauch problemlos und mit einfachen Mitteln reduziert werden? Welche Geräte sind Stromfresser und was gibt es für Alternativen? Tipps zum Stromsparen gibt es jetzt auch für Neuzugewanderte. Das Kommunale Integrationszentrum hat gemeinsam mit der AVU einen Flyer in leichter Sprache erstellt. Erhältlich ist er bereits in den Sprachen Italienisch, Türkisch, Arabisch, Englisch und Ukrainisch.

„Wer Energie einspart, schont nicht nur die Umwelt, sondern auch den eigenen Geldbeutel“, freut sich Landrat Olaf Schade zusammen mit Uwe Träris, Vorstand AVU, über das gelungene Gemeinschaftsprojekt. Im Flyer abgebildet ist ein großes Haus mit verschiedenen Räumen. Im Badezimmer kann beispielsweise Wasser und Energie gespart werden, indem man beim Zähne putzen den Wasserhahn zudreht. Im Wohnzimmer, indem man das Licht ausschaltet, wenn keiner im Raum ist. Und im Keller, wenn man die Wäsche auf einen Wäscheständer hängt und nicht im Trockner trocknet.

Zu finden ist der Flyer auf der Internetseite des Kreises www.en-kreis.de unter der Rubrik „Energiekrise“ sowie auf der Internetseite der AVU www.avu.de. In gedruckter Form liegen die Flyer in den Kundenzentren der AVU sowie verschiedenen Anlaufstellen für Geflüchtete, wie etwa Beratungsstellen, aus. **pen**

Überschuldung in der Region Hattingen hält Niveau

Der Verband Creditreform hat den „SchuldnerAtlas Deutschland 2022“ vorgestellt. Die in Zusammenarbeit mit der Boniversum GmbH und microm GmbH durchgeführte Untersuchung hat für die Bundesrepublik eine Überschuldungsquote von 8,48 Prozent ergeben (2021 waren es 8,86 Prozent, 2020 noch 9,87 und im Jahr 2019 sogar 10,00 Prozent). Damit sind aktuell mehr als 5,88 Millionen Bundesbürgerinnen und -bürger über 18 Jahre überschuldet. In Nordrhein-Westfalen liegt die Schuldnerquote bei 10,05 Prozent (10,47 Prozent im Jahr 2021). Die Quote für das Ruhrgebiet liegt bei 12,75 Prozent. Hattingen liegt mit 8,79 Prozent (ebenfalls 8,79 im Jahr 2021) und Wetter mit 7,85 Prozent (7,99 Prozent im Vorjahr) deutlich darunter, Witten mit 11,30 Prozent (11,37 Prozent im Vorjahr) dagegen darüber. Im Vergleich zu 2021 hat sich die Situation damit in Wetter entspannt, in Hattingen ist sie gleich geblieben und in Witten verschärft. Seit der ersten Erhebung im Jahr 2004 hat sich die Situation im Hattinger PLZ-Gebiet 45525 um 2,04 und den Wittener PLZ-Gebieten 58453 (1,53 Prozent) und 58455 (1,48 Prozent) verschlechtert. Ebenfalls in Witten nahm die Überschuldung während des gleichen Zeitraums im PLZ-Gebiet 58454 hingegen um 0,96 Prozent ab.



Wolfgang Scharf Foto: Silvia Kriens

„Wir hatten in der Vergangenheit eine Zunahme der Überschuldung im ganzen Land gesehen. Fakt ist allerdings, dass sich die Befürchtungen bislang nicht bewahrheitet haben. Viele Menschen haben seit Beginn der Corona-Pandemie auf Konsum verzichtet – freiwillig oder gezwungenermaßen. Aber auch die staatlichen Unterstützungsleistungen haben hier einen wichtigen Beitrag geleistet“, so Wolfgang Scharf, Geschäftsführer der Creditreform Dortmund. Betrachtet man die Situation in den einzelnen Städten, so sind aktuell in Hattingen 4.050 Personen, in Witten 9.148 und in Wetter 1.806 überschuldet. Besonders auffällig dabei ist die Verteilung zwischen Männern und Frauen. So sind in allen drei Städten deutlich mehr Männer verschuldet als Frauen.

Kreis weist auf Förderangebot hin

Lokale Kunst- und Kulturschaffende, die für das nächste Jahr Projekte planen, die für 2023 weniger als 5.000 Euro an Fördergeldern benötigen, können Anträge ab Januar und bis Ende Oktober 2023 stellen. Aussicht auf Erfolg haben Projekte aus allen Bereichen der Kultur – also beispielsweise der bildenden Kunst, aus Literatur, Medien und Musik, Tanz und Theater. Während hier der Kreativität keine Grenzen gesetzt sind, sind die Vorgaben an anderer Stelle eindeutig. Die Veranstaltungen müssen im Kreis stattfinden, für ihn als bedeutsam eingestuft werden und öffentlich zugänglich sein. Um die kulturelle Zusammenarbeit voranzutreiben, setzt die Förderrichtlinien zudem auf Kooperationen und verlangen, dass mindestens drei Akteure aus zwei kreisangehörigen Städten beteiligt sein müssen.

Die Zuwendungen betragen maximal 70 Prozent der förderfähigen Gesamtkosten wie beispielsweise Miet- oder Honorarkosten. Grundsätzlich nicht förderfähig sind Bauprojekte und Anschaffungskosten.

Stichwort Kulturförderrichtlinien

Die seit Anfang 2022 geltenden Richtlinien wurden anhand der im ersten Jahr gesammelten Erfahrungen überarbeitet. Über diese Version diskutiert und entscheidet der Kreistag in seiner nächsten Sitzung. Anschließend wird die Kreisverwaltung detailliert über die Veränderungen bei diesem Unterstützungsangebot für lokale Kunst- und Kulturschaffende informieren. **pen**

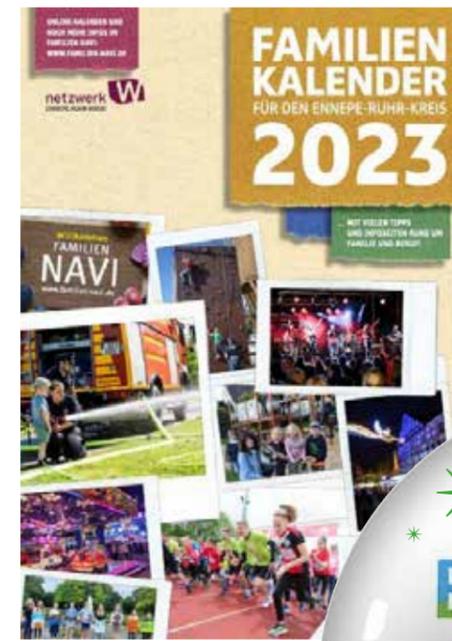
10 Jahre Familienkalender

Am Mittwoch hat Theo Krabbelgruppe, Marlene muss zum Kinderarzt, der Schornsteinfeger kommt und das Infocafé Berufsrückkehr steht an: Seit zehn Jahren hilft der Familienkalender vom Netzwerk W(iedereinstieg) EN dabei, den Überblick über alle Termine zu behalten. „Ein Jahrzehnt nach seiner Einführung ist der gedruckte Familienkalender gefragt denn je. Viele Eltern wollen auch in Zeiten von Apps und Smartphones nicht auf den Wandkalender im Flur verzichten, zumal unser Terminplaner gleichzeitig auch Informationsmedium für viele Themen rund um Familie und Beruf ist“, so Christel Hofschroer, Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Gevelsberg und eine der Kalendermacherinnen. Der Familienkalender ist ab sofort kostenfrei im Kreisgebiet erhältlich. Zu finden sind die 10.000 Exemplare, solange der Vorrat reicht, unter anderem in den Rathäusern, in den Regionalstellen des Jobcenters EN, der Agentur für Arbeit, in Stadtbüchereien, Familienzentren sowie in den Beratungs- und Gleichstellungsstellen der Städte.

Wie es sich für einen Familienkalender gehört, bietet jedes Monatsblatt mehrere Spalten. So sind die Termine von Klein und Groß zwischen Januar und Dezember stets im Blick. Alle drei Monate liefert jeweils eine Seite umfassende Hinweise, die auf das zugeschnitten sind, was Familien interessiert. Die Kontaktdaten der kompetenten Ansprechpersonen sind dabei stets inklusive.

Im Blick haben die Macherinnen insbesondere Ein-Eltern-Familien sowie Wiedereinsteigerinnen und arbeitssuchende Frauen. Vorgestellt werden Erfolgsfaktoren für berufliche Weiterbildung und die Ausbildung in Teilzeit, Angebote für Familien mit geringem Einkommen und für den Übergang von Schule zum Beruf. Auch Integration und Inklusion sowie Hinweise für pflegende Beschäftigte fehlen nicht. „Mit dem Kalender wollen wir den Familien im Kreisgebiet zeigen, wer sich alles für sie einsetzt und welche Anlaufstellen es gibt. Wir wollen Hürden aus dem Weg räumen und auf interessante Feste und Orte hinweisen“,

so Christa Beermann, Demographiebeauftragte des Ennepe-Ruhr-Kreis und Koordinatorin des Netzwerk W(iedereinstieg) EN. Neben Christel Hofschroer (Stadt Gevelsberg) und Christa Beermann (EN-Kreis) zählen dieses Jahr zum Herausgeberinnen-Team Katrin Brüninghold (Stadt Hattingen), Katja Schlünder (Stadt Ennepetal), Sabine Neuhäuser (Jobcenter Ennepe-Ruhr), Constanze Steinweg (AWO Ennepe-Ruhr), Yvonne Grün (Arbeitsagentur Hagen), Maren Windemuth (DRK Witten), Maren Linn van Norden (Stadt Sprockhövel) und Anke Steger (Stadt Schwelm). Online zu finden ist der Familienkalender unter www.arbeiten-pflegen-leben.de. Diese Internetseite liefert Bürgerinnen und Bürgern passende Unterstützungen rund um Familie und Beruf.



Mehr Unterstützung für Tafeln

CDA Ennepe-Ruhr

Immer mehr armutsbetroffene Menschen in Deutschland sind auf die Angebote der Tafeln angewiesen. Durch die steigenden Lebensmittelpreise und die Flüchtlinge aus der Ukraine ist die Anzahl der Tafel-Kunden seit Anfang des Jahres um 50 Prozent gestiegen. Erstmals werden über 2 Millionen Menschen unterstützt. Für die CDA (Christlich-Demokratische Arbeitnehmerschaft) Deutschlands ist klar: Die ehrenamtliche Arbeit der Tafeln müssen in dieser Situation stärker unterstützt werden. Auch staatliche Finanzierungen dürften dabei kein Tabu sein.

Der Vorsitzende der CDU-Sozialausschüsse im Ennepe-Ruhr-Kreis und Mitglied des CDA-Bundesvorstandes Christian Brandt sagte dazu: „Die Tafeln leisten eine wichtige Unterstützungsleistung in diesen Tagen. Dabei ist klar: In erster Linie ist der Staat für die Grundversorgung der Menschen zuständig. Das ist unser Prinzip einer solidarischen Gesellschaft, auf die jeder Anspruch hat. Es ist aber gut, dass die Tafeln ehrenamtlich armutsgefährdete Menschen zusätzlich unterstützen. Das ist christliche Barmherzigkeit, die unseren Sozialstaat ergänzt und einen wichtigen gesellschaftlichen Beitrag leistet. Wir sind überzeugt: Die Tafeln sollten aktuell besondere Unterstützung erhalten. Jede Landesregierung sollte wie bei uns in Nordrhein-Westfalen prüfen, ob sie die Tafeln mit zusätzlichen Mitteln unterstützen kann. Sei es durch Kühl-LKWs oder durch Sachmittel für Energiekosten. Auch die Supermärkte rufen wir auf, überschüssige Lebensmittel in erster Linie an die Tafeln zu spenden.“ www.cda-bund.de



Christian Brandt, Foto: Paul Schneider





Wie lernen Jugendliche Erinnerung?

Eine Lebensaufgabe für Stadtarchivar Thomas Weiß und sein Team

Die alten Zeitzeugen des Zweiten Weltkrieges und des Holocaust sterben. Den jetzt nachfolgenden Generationen bleiben nur die Geschichtsbücher, um die Erinnerung wach zuhalten. Doch reichen Daten und Fakten aus, um das Unfassbare fassbar zu machen? Stadtarchivar Thomas Weiß sagt: Auf keinen Fall!

„Als Stadtarchivar ist es nicht nur meine Aufgabe, Akten zu sammeln oder zu recherchieren, sondern Geschichte lebendig zu halten. Dazu gehört eine Erinnerungskultur und gemeinsam mit meinem Team machen wir genau das seit vielen Jahren“, erzählt er.

Das Unfassbare fassbar machen

Die Schwierigkeit gerade beim Holocaust sei dabei, die unfassbaren Zahlen fassbar zu machen. „Die Zahlen sind so groß, sie sind eigentlich nicht fassbar. Und weil das so ist, muss man einen anderen Weg finden. Es geht nur mit einem persönlichen Zugang. Es geht nur mit Emotion, mit einem lokalen Bezug und mit der Darstellung menschlicher Einzelschicksale. Deshalb haben wir beispielsweise die Putzaktion der Hattinger Stolpersteine ins Leben gerufen, an der mittlerweile alle weiterführenden Schulen teilnehmen. Die Schüler und Schülerinnen erarbeiten die Schicksale der Opfer des Nationalsozialismus. Und sie bleiben dabei nicht in der Vergangenheit. Denn worum geht es? Es geht um Diskriminierung. Es geht um Ausgrenzung. Wen hat es damals betroffen und wen betrifft es heute? Wie gehen wir beispielsweise mit homosexuellen Menschen um? Und es geht auch um Grenzen. Viele Juden hätten überlebt, wenn sie in andere Länder hätten ausreisen dürfen. Doch sie waren in anderen Ländern auch nicht erwünscht oder die Ausreisequoten waren viel zu gering. Nur eine bestimmte Zahl durfte in einem bestimmten Zeitraum ausreisen. Und Geld benötigte man dafür auch. Was erleben wir heute in der Flüchtlingskrise? Wie gehen wir mit dem Schließen von Grenzen um? Wenn man dem Abstrakten persönliche Züge gibt, dann erreicht man auch die jungen Menschen“, ist sich Weiß sicher.

Er berichtet von Schülern, die am Gymnasium Waldstraße Kampagnen zur Antidiskriminierung auf die Beine gestellt haben. Er erzählt von Auschwitz-Fahrten des Gymnasiums in Holthausen und vom neuesten Projekt, einer Patenschaft der Gesamtschule für den neu verlegten Stolperstein für Nikolaus Groß. „Der katholische Hattinger Widerstandskämpfer wurde am 23. Januar 1945 hingerichtet und später vom Papst selig gesprochen. Wie bringt man Jugendlichen heute einen Seligen nahe? Zum Beispiel durch eine *graphic novel*. Die Geschichtslehrerin Silke Althaus und der Kunstlehrer Piet Höfing haben ein gemeinsames Projekt daraus gemacht. Geschichtlich erarbeiten die Schüler das, was im Kunstprojekt gezeichnet werden soll. Sie stellen sich Fragen, wie eine Verhaftung gezeichnet werden kann. Sie werden konfrontiert mit der kleinen Tochter von Nikolaus Groß, die den Vater bei der Verhaftung fragt, wohin er geht. Wie kann man das bildlich begreiflich machen? So trifft Vergangenheit auf die Moderne und das Leben der Schüler heute. So bleibt die Erinnerung für alle lebendig.“



Stadtarchivar Thomas Weiß

Foto: Pielorz



Die Hattinger Synagoge 1939

Foto: Stadtarchiv Hattingen

27. Januar 1945: Befreiung von Auschwitz

Im Mai 1940 wurde in einem Vorort der Stadt Auschwitz (Oswiecim) in Ostoberschlesien ein Konzentrationslager (KZ) für polnische politische Gefangene errichtet. Nachdem die NS-Führung im Verlauf des Jahres 1941 die Ermordung der europäischen Juden beschlossen hatte, bestimmte Heinrich Himmler, Reichsführer der „Schutzstaffel“ (SS), Auschwitz zum zentralen Ort für den Massenmord. Anfang 1942 ließ Lagerkommandant und SS-Hauptsturmführer Rudolf Höß zwei Bauernhäuser („Bunker“) in einem Wald bei Birkenau zu Gaskammern umbauen. Ab März 1942 trafen die ersten großen Transporte vor allem mit Juden ein.

Als sich die Rote Armee dem KZ Auschwitz im August 1944 näherte, begann die SS mit der Evakuierung des Lagers. Sie schickte unter anderem 56.000 Häftlinge auf „Todesmärsche“ in Richtung Westen, um ihre Befreiung durch die Rote Armee zu verhindern. Am 26. Januar ließ die Lagerleitung das letzte Krematorium sprengen. Als die sowjetische Armee am 27. Januar 1945 Auschwitz befreite, befanden sich noch etwa 8.500 kranke Häftlinge Lager.

Nach der Errichtung des Lagers 1940 bis zu seiner Befreiung 1945 sind von mindestens 1.300.000 nach Auschwitz Deportierten etwa 900.000 direkt nach ihrer Ankunft in den Gaskammern ermordet oder erschossen worden. Etwa 200.000 weitere Häftlinge starben an Hunger und Krankheiten oder wurden nach kurzer Zeit in die Gaskammern geschickt. 1947 wurde das „Staatliche Museum Auschwitz-Birkenau“ geschaffen.

Clues:

- indische Laute
- Hochgebirge in Südamerika
- Begriff
- höchster Berg Ägyptens
- Bedrängnis
- Kfz-Z. Offenbach
- ein Tongeschlecht
- englisch: eingeschaltet
- int. Kfz-K. Italien
- Fremdwortteil: mit
- Vorname d. Malers Rousseau
- Hühnerprodukt
- Rauminhalt eines Schiffs
- ehem. portug. Kolonie in Indien
- tägliches Einerlei
- polizeilich suchen
- Skat ausdruck
- japanische Meile
- englisch: nach, zu
- Hauptstadt Mazedoniens
- Flussmündungsform
- Backgewürz
- sehr junges Schwein
- Jazzstil (heiß) gr. Hirten Gott
- englische Verneinung
- verdorren (Blumen)
- englisch: Ohr
- australischer Strauß
- österr.: Ratschläge
- Fluss in Frankreich
- nicht dabei
- schottischer Namens- teil
- altrömischer Gott des Waldes
- italienische Tonsilbe
- kleinstes Teilchen
- ital. Männerkurzname
- Lohn, Gehalt
- 10
- engl. Frauenkurzname
- Märchenfigur
- Kircheninstrumente
- unnahbar, abweisend
- afrikanische Palmenart
- türk. Großgrundherr
- Initialen des Moderators Jauch
- Insel vor Dalmatien (Ital.)
- Wildwasser-rauschen
- Heiligenbild der Ostkirche
- Reizstoff im Tee Hipst. Spaniens
- 6
- unbestimmter Artikel
- Frauenkurzname
- schweizerischer Urkanton
- Markierung
- Himmelsrichtung
- eurasischer Staatenbund
- Doppelkontinent
- überglücklich Gewahr-sam (Kw.)
- Süßwasserfisch
- Ausruf des Schau-erns
- Staat in Nahost
- ein Gebiet
- Medienarbeit (engl. Abk.)
- US-Schauspieler (Richard)
- Knorpelfisch
- blaublütig
- 3
- italienische Tonsilbe
- heutiger Name des antiken Thyrus
- feierliches Gedicht
- Teil eines Dramas
- Gewässer-rand
- Stamm in Ghana
- 11
- mündliche Fachberichte
- französische Sängerin † (Edith)
- Entlohnung
- Papierzählmaß
- Feingehalt von Münzen
- Science Fiction-Serie („Star ...“)
- nicht groß
- kleine Kneipe (franz.)
- tatsächlich
- auf mehrere verteilter Betrag
- die Gestirne betref-fend
- Dauerbezug (Kw.)
- zwei Rhein-Zuflüsse
- europ. Fußball-bund (Abk.)
- Initialen Pava-rottis
- Nord-euro-päer
- 7
- Gewandtheit im Benehmen
- folglich (latein.)
- hoher Fabrik-schornstein
- 8
- dt. Horror-roman-ator
- Bergstock der Albulalpen
- auf diese Weise
- Variante
- 4
- künstliche Welt-sprache
- Wortteil: zurück Initialen Queneaus
- deutsche Vorsilbe
- Ortungs-gerät
- Abk.: Not-ausgang
- Faultier
- ägyptischer Sonnengott
- Fremdwortteil: doppelt
- Abk.: Grund-gesetz
- Aktion
- Segel-stange
- von Sinnen
- Erfinder des Funk-alphabets
- mit Salz haltbar machen
- 5
- Roman von Kipling

Viel Spaß beim rätseln, das Lösungswort finden Sie auf Seite 31!

Dirk Glaser: „Wir werden die Krisen überwinden“

IMAGE sprach zum Jahreswechsel mit Hattingens Stadtspitze über Wünsche und Sorgen

IMAGE: Hattingen steht vor großen Herausforderungen - nicht zuletzt aufgrund der zahlreichen Krisen: Corona, Krieg und Flüchtlinge, Energie. Kann der Hattinger Bürgermeister nachts überhaupt noch schlafen?

GLASER: Nach meinem Verständnis hat der Bürgermeister einen 24-Stunden-Beruf. Für mich bedeutet das auch, dass ich nicht wirklich abschalten kann. Die Herausforderungen haben in den Jahren meiner Amtszeit deutlich zugenommen - also, nein, ich schlafe nicht so gut wie zu meinem Amtsantritt. Aber so richtig entspannt war das ja auch 2015 nicht - die Flüchtlingskrise gab es damals auch, wenn auch aus anderen Gründen. Mit der Corona-Pandemie, der Flutkatastrophe, der Energiekrise und natürlich dem Ukrainekrieg sind die Herausforderungen deutlich gewachsen. Aber die Pandemie hat auch gezeigt, dass wir Verantwortung übernehmen müssen - für uns selbst und für andere Menschen. Ich finde, das haben wir ganz gut gemeistert und das gibt mir Hoffnung für die anderen Krisen. Ich erlebe immer wieder kleine Sternstunden der Hoffnung - beispielsweise beim Zusammenkommen zum interreligiösen Gebet. Alle in Hattingen vertretenen Religionen treffen sich und singen gemeinsam „We shall overcome“ - „Wir werden es überwinden“. Das packt mich an und ich denke in solchen Momenten: Es ist vieles möglich.

IMAGE: Eine Stadt lebt vom Engagement der Bürger und nicht nur von Forderungen an die Verwaltung. Wie zufrieden ist der Bürgermeister mit dem bürgerschaftlichen Engagement?

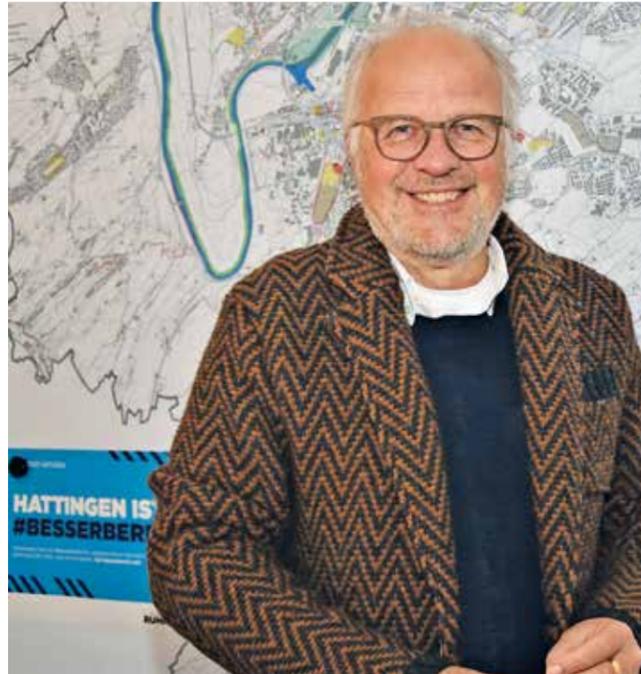
GLASER: Ich bin sehr zufrieden. Und vor allem dankbar. Beim Thema Flüchtlinge leistet die Verwaltung gemeinsam mit den Ehrenamtlichen hier in Hattingen sehr gute Arbeit. Ohne das Engagement der Bürgerschaft in Sport, in Kultur, im Sozialen, in Bildung, in der Umwelt, kann eine Bürgergemeinschaft dauerhaft nicht überleben. Egal, was der einzelne macht und wo er sich engagiert - jeder ist ein Teil der Bürgergesellschaft. Eine lebendige Demokratie braucht ein solches ehrenamtliches Engagement. Dazu gehören übrigens auch die gewählten Bürger im politischen Ehrenamt.

IMAGE: Bei vielen Bauprojekten in Hattingen steht eines ganz weit oben: keine Flächenversiegelung, kein Abholzen von Bäumen. Wo steht der Bürgermeister in der Stadtentwicklung?

GLASER: Bei jedem Bauprojekt muss abgewogen werden und die Frage zur Klimafreundlichkeit beantwortet werden. Die Klimakrise ist die größte Herausforderung unserer Zeit. Aber eine Stadt muss sich entwickeln, um überleben zu können. Wir brauchen eine neue Feuerwache Nord, in der die drei Wachen aus Blankenstein, Holthausen und Welper eine gemeinsame Heimat finden. Wir brauchen bezahlbaren Wohnraum am Friedhofsweg, auch wenn dafür ein Silberahorn weichen muss. Stadtentwicklung ist immer eine Abwägung zwischen versiegelten und entsiegelten Flächen. Letzteres werden wir auf dem früheren O&K-Gelände erleben. Die Entscheidungen sind nicht einfach zu treffen - aber es gehört zu den Spielregeln der Demokratie, getroffene Mehrheitsentscheidungen zu akzeptieren.

IMAGE: Was war für Sie persönlich das positivste und negativste Ereignis aus dem Jahr 2022?

GLASER: Das schrecklichste und negativste Ereignis in 2022 war der Kriegsbeginn in der Ukraine am 24. Februar. Außerdem habe ich mir zwei Tage später im Badezimmer bei einem Sturz das Becken gebrochen. Das schönste Ereignis waren für mich persönlich die ersten Schritte, die ich ohne Krücken nach drei Monaten wieder gehen konnte. Ein unbeschreibliches Gefühl. Zu den schönsten Momenten in 2022 gehörten für mich auch die Feste, die wir nach der Corona-Pandemie in Hattingen wieder feiern durften. Wir haben ein tolles Altstadtfest erleben dürfen und der Weihnachtsmarkt mit Frau Holle gehörte auch



Bürgermeister Dirk Glaser in seinem Büro im Hattinger Rathaus. Foto: Pielorz

zu den Veranstaltungshighlights. Ich habe mich darüber gefreut, dass wir auf dem Gelände des LWL-Industriemuseums auch wieder mit Festen unterwegs sein konnten. Der Mensch ist ein soziales Wesen und das durfte er in diesem Jahr wieder ausleben. Das habe ich vermisst und das hat mir viel Freude bereitet.

IMAGE: Zukunft 2023 - was bringt das neue Jahr?

GLASER: Hoffentlich das Ende des Krieges in der Ukraine und das endgültige Ende der Corona-Pandemie. Ich glaube, dass wir die Herausforderungen schaffen werden - als Stadtoberhaupt bin ich berufsbedingt positiv und optimistisch. Die Stadtverwaltung kann nicht immer alle Aufgaben so umsetzen, wie es wünschenswert wäre. Ich weiß das. Manches hängt mit finanziellen und personellen Herausforderungen zusammen, die oft durch neue Gesetzgebung von Land und Bund beeinflusst werden. Wir befinden uns in einer extrem schwierigen finanziellen Situation. Ich werde nicht nachlassen, beim Aktionsbündnis „Für die Würde unserer Städte“ mit Tatkraft eine bessere Ausstattung der Kommunen zu fordern. Ich wünsche mir für 2023 aber auch etwas mehr Gelassenheit im Miteinander, Toleranz und Respekt. Die Herausforderungen unserer Zeit lassen sich nicht durch Auseinandersetzungen auf persönlicher Ebene lösen - weder face to face noch digital. Es geht nur gemeinsam und dazu gehören auch Kompromisse im Sinne eines bestmöglichen Ergebnisses. *anja*

Dirk Glaser

Dirk Glaser wurde am 9. Juni 1958 in Bochum geboren. Er wuchs in Hattingen (wo er auch am Gymnasium Schulzentrum Holthausen das Abitur machte), Düsseldorf und Solothurn in der Schweiz auf. Nach dem Abitur studierte er Sinologie und Publizistik. Er arbeitete als Journalist, Autor und Moderator, unter anderem viele Jahre für den WDR. 2008 übernahm er die Geschäftsführung der Südwestfalen Agentur GmbH mit Sitz in Olpe bis 2014. 2015 trat er für Hattingen zum ersten Mal als parteiloser Bürgermeister an. Er gewann die Wahl mit fast 60 Prozent. 2020 trat er zum zweiten Mal an und siegte mit deutlicher Mehrheit.

Der Umgang mit unseren Grenzen ... Mehrwegpflicht kommt



Immer mehr, immer besser, immer perfekter! Und plötzlich merken wir, dass das Überschreiten unserer Grenzen uns gar nicht gut tut und wir uns selbst aus dem Blick verlieren.

Oft flüchten wir lieber in den Stress im Beruf/in der Freizeit, als uns mit unserem Inneren zu beschäftigen. Denn es könnte ja zunächst unangenehm sein, was uns da begegnet - endlose, unproduktive Gedankenketten, fiktive Streitgespräche, Zweifel am Job, an Beziehungen oder an uns selbst. Aber wer gelernt hat, sich und seine inneren Spannungen auszuhalten, ist ein freier Mensch, der freie Entscheidungen treffen und Konflikte standhalten kann. Damit haben sich auch schon die frühen Philosophen beschäftigt. Als Sklave geboren war für Epiktet (55 – 135 n. Chr.) Freiheit ein lebenswichtiger Wert. Dabei sah er geistige Freiheit als fundamental an, da sie Menschen überall frei sein lässt. Freiheit sei nicht nur ein Menschenrecht oder politische Forderung, sondern auch ein ethischer Wert, den wir uns nur selbst erarbeiten können.

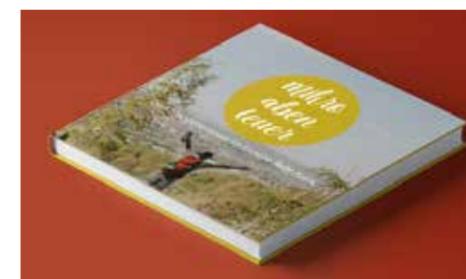
Wie gehen Sie mit Ihren Grenzen um, welche Wege haben Sie gefunden, sich selbst auszuhalten, wenn keine Anregungen von außen permanent auf Sie einströmen. Mal ganz abgesehen von der Situation, wie man sich verhält, wenn andere Ihre Grenzen überschreiten. Und letztlich die Frage: wie schafft man es in den Spiegel zu schauen und zu sagen: Ich bin richtig zufrieden mit mir!

Bitte beachten Sie, dass wir ab Januar vorerst ins Holschentor ziehen! Gesprächskreis, 31.01.23, 15 Uhr, Bürgerzentrum Holschentor, Talstr.8 in Hattingen.

Anmeldung: 0178-8712534 oder m.przygodda@kick-hattingen.de

Entdeckungsreisen per Buch

Mikroabenteuer im EN-Kreis entdecken



Wer Lust auf Abenteuer und Entdeckungstouren hat, muss weder weit reisen, noch viel Geld ausgeben. Auch an Ennepe und Ruhr gibt es einiges zu erleben. Zahlreiche Ideen liefert ein neuer Fotoband. „Dein Mikroabenteuer im Ennepe-Ruhr-Kreis“ - so ist der Name des Buchprojektes, welches vom regionalen Energiedienstleister AVU sowie dem Entsorgungsbetrieb AHE unterstützt wurde. Mal kurz aus dem Alltag ausbrechen beim Drachen steigen lassen mit der Familie, auf dem Fahrrad zwischen Nord- und Südkreis oder während einer Wildkräutertour – im Kreisgebiet lassen sich viele sogenannte „Mikroabenteuer“ erleben. Anregungen für lokale und günstige Outdoor-Unternehmungen hat die Wirtschaftsförderungsgesellschaft Ennepe-Ruhr nun in diesem Foto-

buch veröffentlicht. Neben tollen Bildern und Ausflugszielen findet der Leser hier auch Tipps für die perfekte Ausrüstung, viele sinnvollen Proviantmöglichkeiten und einiges mehr. „Die Corona-Pandemie hat die Tourismusbranche stark getroffen. Mit unserem Buch wollen wir den Ennepe-Ruhr-Kreis als Freizeitregion bekannter machen und zugleich die Heimatgefühle der Einwohnerinnen und Einwohner wecken“, so Tourismusförderin Sophie Jütte.

Cappuccino im To-go-Becher oder Lasagne in der Aluschale vom Lieferdienst – Tonnen von Müll fallen in Deutschland täglich mit Einwegverpackungen durch den To-go-Sektor an. Um die Müllberge einzudämmen, hat der Bundestag eine Gesetzesänderung auf den Weg gebracht, die die Gastronomiebetriebe in Deutschland dazu verpflichtet, zumindest eine Möglichkeit für Mehrweggeschirr anzubieten oder es zu akzeptieren, wenn der Kunde seine eigenen Behälter mitbringt und befüllen lässt. Geregelt ist die Mehrwegpflicht durch das Verpackungsgesetz (Verpackungsg) und sie trifft auch viele Betriebe im Lebensmittelhandwerk. Neben Bäckereien und Konditoreien, die „Coffee to go“ anbieten, sind es auch Metzgereien mit Imbissangeboten zum Mitnehmen, die sich nun mit Mehrwegbehältern auseinandersetzen müssen. Die Vorbereitungen in den Branchen laufen. In Kraft tritt das neue Gesetz ab dem 1. Januar 2023.

Tauschring löst sich auf

Gerade beim Thema Coffee to go haben sich viele Betriebe schon auf das Anbieten von mehrfachbefüllbaren Bechern eingestellt. Restaurants, Imbisse und Co. müssen nun nachziehen. Wichtig ist, dass man die entsprechenden Angebote auch wahrnimmt. *pen*

Der Tauschring Hattingen sieht sich gezwungen, zum Jahresende aufzuhören. Durch die Pandemie war es nicht möglich, sich weiter zu treffen. Außerdem sind einige der Mitglieder durch Krankheit und andere persönliche Gründe nicht mehr in der Lage, den Tauschring weiter zu führen. Alle Versuche, den Tauschring zu erhalten, sind leider gescheitert.

Ein Wunsch 2023

Ich wünsche mir, dass die Lebendigkeit endlich wieder in die Stadtbibliothek einzieht. Ich wünsche mir Veranstaltungen, die wieder ohne Einschränkungen - auch ohne Masken - in unseren Räumen stattfinden können. So erfolgreich, wie sie früher waren. Natürlich wünsche mir Frieden und das Ende der zahlreichen Krisen. Ich wünsche mir einfach, dass wieder mehr Schönes in dieser Welt geschieht.

Anke Link, Leiterin Stadtbibliothek Hattingen



Ausflugstipps im Kreisgebiet

Auf 156 Seiten finden sich Ideen für Wanderungen, Radtouren, Wassersport und Familienausflüge. Die Touristikexperten geben zudem Tipps zur Ausrüstung, teilen Rezepte für die Brotdose und informieren über den richtigen Umgang mit der Natur. „Dein Mikroabenteuer im Ennepe-Ruhr-Kreis“ erscheint mit einer Auflage von 1.000 Exemplaren und kann ab sofort unter www.en-agentur.de/shop vorbestellt werden. Seit dem 15. Dezember ist das Buch für 14,99 Euro im Buchhandel sowie im Webshop der EN-Agentur erhältlich. Verkaufsstellen sind außerdem: Stadtmarketing, Lebenswert Buchhandlung, Avantgarde Hotel, Henrichs Restaurant sowie Henrichshütte -LWL-Industriemuseum.

Von Schweinchen, Klee, Glückskäfern und Schornsteinfegern

Die Jahreswende ist mit vielen Glückssymbolen verbunden. Doch was genau bedeuten sie?



Gerade um den Jahreswechsel herum wünschen sich alle Menschen besonders viel Glück. Zahlreiche Glückssymbole gehören dazu. Foto: Pielorz

Glück möchte man immer genießen. Aber um die Jahreswende wünschen sich die Menschen davon gerne besonders viel. Die Wünsche werden nicht selten mit Symbolen dekoriert. So löst der Glücksklee den Weihnachtsstern ab. Bei den süßen Sachen locken die Glückskexse - in manchen von ihnen steckt als Innenleben ein Sinnspruch. Marienkäfer sind die Glückskäfer überhaupt und dem „schwarzen Mann“ wird nachgesagt, er stehe für das Glück. Warum eigentlich?

DER SCHORNSTEINFEGER

Früher wurden Menschen handgreiflich, wenn sie auf den Schornsteinfeger trafen. Die persönliche Glücksquote sollte durch die Berührung von Ruß oder den goldenen Knöpfen deutlich in die Höhe schnellen. Schon im Mittelalter boten Schornsteinfeger als wandernde Handwerksgesellen ihre Dienstleistung an. Sie entfernten Rußablagerungen aus den Schornsteinen und sorgten dafür, dass geheizt und gekocht werden konnte. Gleichzeitig verringerten sie mit der Rußschicht die Brandgefahr. Ein Schornsteinbrand konnte schnell einen Hof oder sogar ein ganzes Stadtviertel in Schutt und Asche legen. Die Arbeit war schmutzig und schwierig, doch der „schwarze Mann“ war ein willkommener Gast - brachte er Sicherheit und damit das Glück ins Haus. Hinter vorgehaltener Hand hieß es, der schwarze Mann könne sogar böse Geister und den Teufel bezwingen. Diese abergläubischen Geschichten trugen dazu bei, dass der Schornsteinfeger als Glücksbringer angesehen wurde. Das hat sich bis heute nicht geändert, auch wenn der Glaube an böse Geister der Vergangenheit angehört.

GLÜCKSKLEE - DAS VIERBLÄTTRIGE KLEEBLATT

Nur ein vierblättriges Kleeblatt ist ein echter Glücksbringer und man muss schon ziemlich lange suchen, um in der freien Natur auf die vier Blätter zum Glück zu treffen. Doch glücklicherweise haben die Gärtner Abhilfe geschaffen: vor allem zum Jahreswechsel ist der vierblättrige Glücksklee fast überall zu kaufen. Schön sieht er aus, aber echter Klee im eigentlichen Sinn ist er meistens nicht. Denn oft handelt es sich um Sauerklee und das ist eine Pflanze aus Mexiko, die sowieso vier Blätter hat und mit dem echten Klee nicht verwandt ist. Erkennen kann man das an den Blättern, die unten dunkler werden. Die lateinische Gattungsbezeichnung „Trifolium“ für Klee bedeutet „drei Blätter“ - weil der Klee in der Regel drei Blätter hat. Streng genommen ist es nur ein Blatt, welches sich fingerartig auffächert. Die

meisten vierfingrigen Kleeblätter besaß der 2013 verstorbene Edward Martin aus Alaska, USA: über 100.000 Kleeblätter hatte er seit 1999 gesammelt. Klee erhöht die Fruchtbarkeit der Böden und ist ein ideales Futtermittel. Zu viel des Guten bringt hier aber kein Glück, sondern macht krank. Die Kleekrankheit ist eine Überempfindlichkeit gegen Licht. Grundsätzlich symbolisiert der Klee Frische, grüne Wiesen, Lebensfreude. Im Mittelalter wurde vierblättriger Klee in Kleidung genäht, um Reisende vor Unglück zu bewahren.

EIN KLEINES GLÜCKSSCHWEINCHEN

Als „Schwein“ oder „Ferkel“ bezeichnet zu werden, das hat erstmal überhaupt nichts mit Glück

zu tun. Wenn man wissen will, warum Schweine zu einem Glückssymbol wurden, muss man in die Zeit der alten Griechen zurückgehen. Sie brachten der Fruchtbarkeitsgöttin Demeter Schweine als Opfer dar. Für die Germanen war der wilde Eber das heilige Tier der Götter. Auch in Japan steht das Wildschwein für Stärke und die Chinesen sehen im Schwein bis heute ein Zeichen für Zufriedenheit. Bei uns wurde es wohl im Mittelalter zum Glückssymbol. Der Ausspruch „Da hast du aber Schwein gehabt“ macht unverhofftes Glück deutlich. Das Schwein ist im Futter genügsam, ist schon mit sechs Monaten schlachtreif und die Sau bekommt im Durchschnitt zwanzig Ferkel pro Jahr - da konnten viele hungrige Mäuler gestopft werden.

Obwohl das Schwein als Glückssymbol hoch im Kurs steht und das süße Marzipanschweinchen mit dem Ringelschwänzchen gern zum neuen Jahr verschenkt wird, ist es für das echte Tier kein Glück, als Schwein auf die Welt zu kommen. In Deutschland leben 26 Millionen Schweine, bis auf wenige Ausnahmen nicht als Bio-Schweine. Das Leben der nachweislich reinlichen, sozialen, intelligenten Tiere findet in der Regel in Mastbetrieben statt, um den großen Hunger nach Schweinefleisch zu stillen. Über 140.000 Schweine werden pro Tag in Deutschland geschlachtet. Nach einer Berechnung des Vegetarierbunds Deutschland verbraucht jeder Deutsche in seinem Leben im Schnitt 1094 Tiere. Das wären beispielsweise 945 Hühner, 46 Puten, 46 Schweine, 37 Enten, 12 Gänse, sowie je vier Rinder und Schafe.

KLEIN, ROT, PUNKTE AUF DEM RÜCKEN - DER MARIENKÄFER

Der Marienkäfer ist auch unter dem Namen Glückskäfer oder Herrgottskäfer bekannt. Er gilt seit dem Mittelalter als Symbol für Glück und Fleiß. Sein Name entstammt der Religion. So ging man davon aus, dass die Heilige Maria ihre Lieblingstiere sandte, um den Menschen zu einer reichen Ernte ohne Einbußen durch Schädlinge zu verhelfen. Dem kleinen Käfer wird nachgesagt, dass er Kinder beschützt und Kranke heilt, wenn er ihnen zufliegt. Schüttelt man ihn aber ab oder tötet ihn gar, bringt das eher Pech oder Unheil. Die Punkte auf dem Rücken der Käfer haben nichts mit seinem Alter zu tun. Sie sagen lediglich etwas über die Artzugehörigkeit aus. Unter den vielen Arten ist der Siebenpunkt-Marienkäfer, also der rote mit sieben Punkten, der meistverbreitete in unseren Breitengraden. Aufgrund dieser magischen Glückszahl (7) ist dies ein weiterer Grund, ihn als Glücksbringer zu sehen.

von klein auf
Bildung

IDEE
ANTRAG
JURY
LOS!

Die Idee:
Übergänge gestalten,
Bildung & Integration fördern!



Bildung, Kultur, Kunst und Entwicklung sind unerlässliche Eckpfeiler unserer Gesellschaft. Genau da beginnt die Arbeit der GELSENWASSER-Stiftung mit Sitz in Gelsenkirchen. Sie unterstützt gemeinnützige Projekte im Tätigkeitsgebiet der GELSENWASSER AG und ihrer Tochterunternehmen. Ein besonderes Augenmerk liegt auf der Förderung von Kindern und Jugendlichen. Dabei arbeitet die Stiftung eng mit Partnern, wie zum Beispiel der Bildungsgenossenschaft, zusammen.

Ansprechpartner:
Jennifer Kownatzki
Telefon 0209 708-456.
Der Projektantrag kann nur online unter www.vonkleinaufbildung.de/projektantrag gestellt werden.

Der Eintritt in die Grundschule, der Wechsel auf eine weiterführende Schule, die Entscheidung, in welche Richtung es schulisch und beruflich gehen könnte, stellen Kinder und Jugendliche vor Herausforderungen für ihre Weiterentwicklung.

Die GELSENWASSER-Stiftung unterstützt darum Projekte im Elementarbereich und Schulprojekte mit bis zu 2.000 Euro, die Kindern und Jugendlichen Bildungsübergänge erleichtern und Potenziale wecken und fördern. Ein besonderer Förderschwerpunkt liegt auf der Sprachausbildung für Kinder und Jugendliche, deren Muttersprache nicht Deutsch ist.

Bewerben können sich Einrichtungen des Elementarbereichs (Kinder ab 3 Jahren) sowie Grundschulen, Förderschulen, Hauptschulen, Realschulen, Gesamtschulen, Gymnasien, Sekundarschulen und Gemeinschaftsschulen bis zur 10. Klasse. Auch Schulträger (Kommunen und Kirchen) können sich für ihre Einrichtungen bewerben. In Hattingen wurden über „von klein auf“ bislang 69 Projekte mit einem Volumen von 80.795 Euro gefördert.

Gelsenwasser und wir – das Team Blau Grün – wünschen Ihnen eine friedvolle Weihnachtszeit und ein gesundes, neues Jahr!



KRISTALLKLAR
– WIE GELSENWASSER!

KOSTENFREIE SERVICE-HOTLINE
0800 19 999 10 Mo – Fr: 8 – 17 Uhr
Weg zum Wasserwerk 27, 45525 Hattingen, www.gelsenwasser.de



„Die Elektrische“- jetzt kamen die Schienen auf die Straße

Zusammen mit Stadtarchivar Thomas Weiß widmen wir uns in unserer neuen historischen Serie „Mobilität in Hattingen“ heute dem Thema Straßenbahn. Eine Fahrt kostete 20 Pfennige.

Während sich die Eisenbahn zunächst auf den Transport von Massengütern spezialisierte (die Menschen kamen erst nach den Waren), war die Straßenbahn von Anfang an als Massentransportmittel für Menschen gedacht. Die zunehmende Industrialisierung machte es notwendig, die Menschen kostengünstig weitere Strecken zu transportieren. Viele konnten ihre Arbeitsstätte nicht mehr zu Fuß erreichen und die Eisenbahn fuhr längst nicht überall hin. Busse gab es damals noch nicht - also erfand man die „Elektrische“, die die Menschen von A nach B bringen sollte. Nach ersten Planungen war es 1899/1900 endlich soweit: die erste Straßenbahnlinie von Weitmar über Linden nach Hattingen wurde durch die Bochum-Gelsenkirchener Straßenbahn AG (BOGESTRA) eingerichtet. Das neue Fortbewegungsmittel kam gut an. Bereits ein Jahr später wird die Strecke bis zum Postamt an der Bahnhofstraße erweitert. Nun konnte man von Herne über Bochum nach Hattingen zum Bahnhof fahren.



Viel los auf der Großen Weilstraße in der Hattinger Innenstadt: Autos, Fahrräder und die Linie 8 der Straßenbahn nutzen den Platz gemeinsam mit Fußgängern. Foto: Stadtarchiv Hattingen

Der Ausbau der Infrastruktur ging mit Siebenmeilenstiefeln in die nächste Runde. 1907 nehmen die Bergischen Kleinbahnen die Straßenbahnlinie von Hattingen nach Nierenhof in Betrieb. Weiter geht es nach Langenberg und einen Abzweig nach Essen-Steele gibt es auch. 1914 kommt die nächste Straßenbahnlinie nach Hattingen. Man will Blankenstein anbinden. Wirtschaftlich ist das Unternehmen nicht, doch im Auftrag des Kreises Hattingen wird die Linie auf die Schiene gebracht. Sie fährt vom Hattinger Bahnhof über die Henrichshütte zum Blankensteiner Markt. Die Bahn ist ein Beispiel dafür, dass Kommunen sich zunehmend um Daseinsvorsorge sowie den Ausbau der Infrastruktur kümmern - vor allem dann, wenn der Betrieb für die private Wirtschaft nicht lukrativ ist. Für Hattingen war diese Strecke wichtig, denn die Hüttenarbeiter der Henrichshütte nutzten die Straßenbahn.



Die letzte Fahrt der Straßenbahnlinie nach Blankenstein. Aus dem besonderen Anlass heraus wurde die „Elektrische“ geschmückt. Foto: Stadtarchiv Hattingen

Während in großen Metropolen der öffentliche Personennahverkehr schon in den Anfängen oft unterirdisch geplant war und bis heute attraktiv ist und gut funktioniert, waren in kleinen und mittleren Städten die überirdisch fahrenden Straßenbahnen ab den fünfziger Jahren nicht mehr zu halten. 1953 wurde die Linie zwischen Nierenhof und dem Hattinger Bahnhof eingestellt. 1954 folgte die Einstellung zwischen Nierenhof und Essen-Steele. 1963 wurde die gesamte Straßenbahnstrecke zwischen Hattingen und Wiemelhausen eingestellt und am 30. Juni 1969 ging die Straßenbahnlinie Nr. 8 auf ihre letzte Fahrt zwischen der Hattinger Innenstadt und dem Blankensteiner Markt. Die Heggerstraße und Gelinde wurden in den Fußgängerbereich eingebunden und Blankenstein mit Bussen an die Innenstadt angeschlossen. Heute verkehrt in Hattingen nur noch die Straßenbahnlinie 308 nach Bochum. Ihre Endstelle wurde 1994 von der Bahnhofstraße an den Zentralen Omnibusbahnhof (ZOB) verlegt. Als die neue Ruhrbrücke, das „Wunder in Blau“, 2002 für den Straßenbahnverkehr nach Bochum freigegeben wurde, konnten sich 5000 Besucher an einem Corso historischer Straßenbahnen erfreuen und gleichzeitig mit einem Likörchen als Marketingidee vom damaligen Hattinger Verkehrsverein auf das „blaue Wunder“ anstoßen.

Das Verkehrsmittel Straßenbahn erlebte allerdings keine Renaissance mehr. Zu aufwendig war die Verlegung von Schienen, die schließlich auch instand zu halten waren. Für den Radverkehr waren sie gefährlich und für die Menschen, die in einer immer komplexer werdenden Infrastruktur ihren Weg finden mussten, aufgrund der Streckenführung oft nicht flexibel genug. Außerdem war „Schiene“ nicht gleich „Schiene“, stellte man doch fest, dass jene der BOGESTRA nicht mit diesen der EVAG kompatibel waren. Busse fuhren indes in entlegene Winkel und überwandern wesentlich kostengünstiger Höhen und Tiefen. Sogar private Initiativen wie ein Bürgerbus wurden ins Leben gerufen. Heute gibt es zwar ein dichtes ÖPNV-Netz, allerdings regional nicht aufeinander abgestimmt. Im Mittelpunkt steht auch nicht immer die

Verbesserung der Infrastruktur für die Menschen, sondern die Wirtschaftlichkeit der Strecken. So kommt es, dass manche Buslinien dem Rotstift zum Opfer fallen. Ein schlechter werdender ÖPNV fördert hingegen heute immer noch „des Deutschen liebstes Kind“ - das Auto.

anja

Unsere Beiträge zur Mobilität in Hattingen

Straßenbau: Zur Nutzung gehört das Teilen	9/2022
Brückenbau: Wie kommt man über die Ruhr?	10/2022
Ruhr-Schiffahrt: Es ging nicht um „Bötchen fahren“	11/2022
Eisenbahn: Transportmittel für Massengüter	12/2022
Straßenbahn: Schienen kamen, Schienen gingen	13/2022
Auto: Immer noch „unser liebstes Kind“?	
S-Bahn: Zwei Bahnhöfe, aber keine Visitenkarte	
Fahrrad: Alter Drahtesel kommt zu neuer Blüte	
Fußgängerzone: Doch wieder zu Fuß unterwegs?	
Die Verkehrswende mit dem „E“ - echt jetzt?	

Brillentrends: Das ist 2023 in

Poppige Farben, auffällige Formen und zeitlose Klassiker sind 2023 hip!

Mehr als nur Sehhilfe oder Sonnenschutz – die Brille als Accessoire gibt dem Outfit den letzten Schliff und sorgt für ein modisches Statement im Alltag. Sinnlich, ausgefallen und romantisch: Das ist die Brillenmode für 2023. Welche modischen Eyecatcher/Hingucker dabei sind und wie sie wirken zeigen wir Ihnen.

Trend zur Transparenz!

Warum transparente und semitransparente Kunststofffassungen seit Jahren zu unseren Lieblingstrends zählen? Weil sie wahre Kombi-Talente sind, die zu vielen verschiedenen Outfits passen. Sie gibt es von klassischen Formen in zarten Pastelltönen bis hin zu auffälligen Retro-Modellen im Oversize-Format.

Wild in Hollywood!

Glamour und Glanz wie im alten Hollywood, modern und sexy interpretiert: Das verkörpert das Design dieses Trends. Auffällig schön ist die Kombination aus ultrafeinem Metall mit marmoriertem Kunststoff. Die Farben: warme Brauntöne, Bernstein, dunkles Rot, Violett und Metallic. Immer dabei: ein Hauch 70er- und 80er-Jahre-Flair.

Mut zur Farbe!



Rodenstock-Fassung mit getönten Gläsern im Hollywood Retro-Style

In Sachen Farbe lautet das Motto in dieser Saison: Mehr ist mehr! Der Trend geht vom hippen Tannengrün über zarte Pastelltöne, samtige Brauntöne bis hin zu zart rosa oder lila getönten Gläsern. Alles ist farbertechnisch erlaubt, was gefällt. Be-

sondere Highlights sind Farbverläufe, die am besten bei massiven Acetatrahmen zur Geltung kommen.

Einfach glänzend!

Filigrane Metallrahmen zählen seit Jahren zu den Lieblingen der Designer und Blogger. Ein Trend, der uns auch in der kommenden Saison erhalten bleibt! Das Tolle daran: Bei der Auswahl an Metallfassungen findet sich sowohl für jeden Geschmack als auch für jede Gesichtsförmigkeit ein passendes Modell – von klassischen Formen über sechseckige Rahmen bis hin zu Retro-Designs mit Details wie Doppelstegen oder farbigen Akzenten.



DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

Unser Service

- Kostenlose Brillenwartung
- Kostenloser Computer-Sehtest
- Brillenversicherung
- Brillen Abo-System
- Führerschein Sehtest
- Vergrößernde Sehhilfen
- Kostenloses Kontaktlinsen-Probetragen

Große Auswahl an Marken- & Designer-Brillen

Das Hattinger Haus für Sehen und Hören · Untermarkt 4-8 · Hattingen · www.duo-optik-akustik.de

JEMAKO
SIMPLY CLEAN.

Selbständiger JEMAKO Vertriebspartner

Fröhliche Weihnachten und ein gutes neues Jahr, sowie ein Dankeschön an unsere Kunden!

Martin Knapp
Eicklöhken 4, 45549 Sprockhövel
Mobil: 0171 2167792
E-Mail: knapp@jemako-mail.com



Jetzt ist wieder Zeit für kräftige(re) Rotweine. Besonders gut schmecken sie zu Gerichten mit Rind oder Ente. Eine gebratene Entenbrust mit Haselnussbutter ist einfach zuzubereiten. Als Beilagen eignen sich Kartoffelpüree, Rosenkohl und Karotten. Dazu passen vollmundige Rotweine aus Südwestfrankreich wie der Monastère de Saint Mont, den es im Fachhandel oder auf www.invinoveritas.de gibt.

Foto: did-k/Plaintont/Syda Productions - stock.adobe.com

Ein Wunsch 2023
Ich wünsche mir, dass Menschen, die Hilfe brauchen, diese auch annehmen können. Ich wünsche mir mehr Offenheit für ein würdevolles Sterben und die Verbreitung der Charta für schwerstkranke und sterbende Menschen. Ich wünsche mir wieder mehr Normalität und die Chance auf Vernetzung und ein gutes Miteinander. Ich wünsche mir mehr stationäre Hospizplätze in Deutschland - und diese dann auch endlich im Ennepe-Ruhr-Kreis. Und zuletzt wünsche ich mir, dass alle Menschen auch etwas Schönes 2023 erleben dürfen.

Silvia Kaniut, Koordinatorin Ambulanter Hospizdienst Hattingen

Nachhaltige Geschenkverpackungen

Statt kleine Geschenke klassisch in Papier oder Zellophan zu verpacken, kann man selbst gestaltete nachhaltige Stoffbeutel nutzen. Hierfür ein Lebkuchenmännchenmotiv, das es unter www.pilotpen.de/diy-tutorial gibt, ausschneiden und in einen weißen oder naturfarbenen Stoffbeutel schieben. Die durchscheinenden Konturen etwa mit einem braunen Pintor Marker von Pilot in Strichstärke M nachzeichnen und anschließend ausmalen. Ist die Grundierung trocken, malt man mit einem weißen Marker in feiner Strichstärke wellenförmige Zuckergusslinien auf. Danach folgen Augen, Mund und Knopfleiste in weißer und schwarzer Farbe. Um die Kreation dauerhaft zu fixieren, die Beutel nach dem Trocknen auf links drehen und die Motive mit viel Dampf bügeln.



Foto: dj-d-k/Pilot Pen



Foto: did-k/Mouton Cadet

winterliche Genüsse

Fleisch von heimischen Wildtieren ist gesund, nährstoffreich, fettarm und dank kurzer Lieferwege nachhaltig. Unter www.wild-auf-wild.de gibt es vielfältige Rezepte vom Wildschweinburger über den Festtagsbraten bis hin zum Reh-Schaschlik. Weiterhin sind dort Wildanbieter und Restaurants in der Nähe zu finden.

Beim sogenannten Foodpairing kommt es darauf an, zum Gericht den passenden Wein zu wählen. Nicht zu schwer und dennoch aromatisch zeigt sich etwa der von Früchten geprägte Rotwein Mouton Cadet Rouge von 2019. Für festliche Anlässe und als Begleiter zu Fleischgerichten ist dieser Wein eine gute Wahl.



Foto: did-k/Kaputis/DIV

Magenbitter trinkt man nicht mehr nur fürs körperliche Wohlbefinden. Vielmehr versprechen sie außergewöhnliche Geschmackserlebnisse. Bereits seit Jahrzehnten nutzt die Apothekerfamilie Dr. Jaglas eine mittelalterliche Klosterrezeptur zur Manufaktur feiner Kräuterelixiere, die pur als Aperitif und Digestif oder mit Tonic genossen werden können. Unter www.dr-jaglas.de erfährt man, mit welchen Speisen die Kräuterbitter am besten harmonieren.



Foto: did-k/DIV/Olaf Deharde



Fotos: dj-d-k/www.dr-jaglas.de/Steffen Sinzinger



Fotos: did-k/AMC Alia Mealcraft Corporation

Ist es draußen ungemütlich, freut man sich auf eine heiße Suppe oder einen Eintopf. Mit dem passenden Kochgeschirr wie den Töpfen von AMC ist die Lieblingsuppe schnell gezaubert. Der Schnellkochdeckel Secuquick softline reduziert die Kochzeit um bis zu 80 Prozent. Zwei Schnellkochprogramme sorgen dafür, dass alle Zutaten bei perfekter Temperatur schonend gegart werden: www.kochenmitamc.info.



Weihnachtsbeleuchtung

Weihnachten ist das mit Abstand emotionalste Fest des Jahres – wie die hitzige Diskussion zum Thema Weihnachtsbeleuchtung einmal mehr beweist. Die Deutsche Umwelthilfe hatte von Städten und Bürgern einen Verzicht aufs traditionelle Lichtermeer gefordert. Ein beleuchteter Baum pro Kommune müsse genügen, so die Empfehlung. Die Position der Befürworter festlicher Helligkeit: Gerade in Krisenzeiten würden die Lichter den Menschen Freude und Zuversicht geben. Dem Thema ging auch eine YouGov-Umfrage für den Ökostromanbieter LichtBlick nach. Ergebnis hier: 67 Prozent sprachen sich für ein stimmungsvolles Lichtermeer in Städten und Gemeinden aus. Im privaten Bereich planen dagegen 34 Prozent weniger festliche Beleuchtung – vor allem, um Energie zu sparen. *djd-k*



Foto: dj-d-k/LichtBlick, SE/Melst/Shotshop.com

Ein Wunsch 2023
Ganz klar und ganz kurz gesagt: Ich wünsche mir ein Jahr ohne Hiobsbotschaften! Es gibt mittlerweile genug existenzielle Probleme, die man auch einmal in Ruhe abarbeiten muss. Da müssen jetzt keine neuen Sorgen hinzukommen. Es ist jetzt einfach auch mal gut!

Thomas Weiß, Stadtarchivar Stadt Hattingen

Sanitätshaus F. Potratz
Orthopädie-Technik · Reha-Technik

Wir wünschen ein frohes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Hattinger Str. 849 • 44879 Bochum-Linden • ☎ 0234 3257898
Mo. bis Fr. 9.00-13.00 und 15.00-18.00 Uhr • Sa. 9.00-13.00 Uhr

Ein Wunsch 2023
Ich wünsche mir auf jeden Fall mehr Frieden für die Welt, insbesondere auch ein Ende der Kriegshandlungen in der Ukraine. Und ich wünsche mir wieder mehr Normalität - ohne Corona, ohne Energiekrise und angepasste Preise für alle Waren und Dienstleistungen. Und ich wünsche mir natürlich Gesundheit - das ist allerdings ein Dauerwunsch, der mich täglich begleitet und nicht nur für das Jahr 2023.

Georg Hartmann, Geschäftsführer Hattingen Marketing

Kindernotfälle - so reagieren Sie richtig

Kinderpflegerin Maren Kruse, ausgebildet in Erster Hilfe, spricht im Hattinger Elterntreff

Wenn es Kindern schlecht geht, ist die Sorge bei Eltern und Großeltern groß. Erst recht dann, wenn es zu einem echten Notfall kommt. Die Krankenpflegerin Maren Kruse, die auch ausgebildet ist in Erster Hilfe beim Kind, berichtet im Hattinger Elterntreff über Notfälle und was zu tun ist.

Kinder können auf einen Notfall schnell mit einem posttraumatischen Belastungssyndrom reagieren. Deshalb ist es grundsätzlich wichtig, bei jedem Notfall als Erwachsener Ruhe zu bewahren – so schwer einem das auch fallen mag. Zu Kindernotfällen gehören unterschiedliche Krankheitsbilder: von Fieberkrämpfen über Atemwegserkrankungen mit Atemnot und drohender Erstickung über Stürze, Augen- und Zahnverletzungen bis hin zu Bewusstlosigkeit und einem Herz-Kreislauf-Stillstand ist die Bandbreite groß. Selbst ein Zeckenbiss erfordert ein umsichtiges, rasches und ruhiges Handeln.

„Bewahrt der Erwachsene Ruhe, so hilft das auch dem Kind. Beruhigende Worte, gegebenenfalls ein Kühlpack organisieren oder ein Pflaster besorgen – das alles wirkt schon manchmal Wunder“, sagt Maren Kruse. Wichtig ist in jedem Fall, überhaupt zu handeln. Denn wer bei einem Notfall nicht handelt, begeht den Straftatbestand der unterlassenen Hilfeleistung. Natürlich gehört die Wahl des Notrufes 112 zu den ersten Aufgaben, die man als Erwachsenen in einer Notsituation machen sollte. Dabei ist es wichtig, den Notruf an die Notrufzentrale auch richtig abzusetzen. Der Anrufer wird gefragt, wer anruft, wo und was passiert ist und wie viele Verletzte es gibt. Daraus ergeben sich für den Notruf oft weitere Fragen, die der Anrufer beantworten muss. Neben dem Rettungsdienst und der Feuerwehr, die man unter 112 erreicht, sind auch die 116 117 für den ärztlichen Notruf und in NRW der Giftnotruf unter Bonn 0228/19240 besonders wichtig. Die Nummer 116117 alarmiert den bundesweiten Not-, beziehungsweise Bereitschaftsdienst, der an Bereitschaftsdienstpraxen vermittelt, die man dann gegebenenfalls aufsuchen kann. Je nach Fall kommt der Notdienst auch nach Hause.

Notfallversorgung, aber richtig

Gerade bei Notfällen im häuslichen Umfeld sollte man zunächst den Fokus darauf richten, dass es gar nicht erst zu Notfällen kommt. Dazu gehört, Wohnung und Garten kindersicher zu gestalten. Steckdosensicherungen, Eckenschutz für Möbelkanten, Kordeln und Kabeln außer Reichweite, der sichere Verschluss von Reiniger, Medikamenten oder anderen für das Kind giftige Substanzen sind nur ein paar wichtige Beispiele. Nicht selten werden die bunten Medikamente der Großeltern mit Bonbons verwechselt. Auch herabhängende Tischdecken, auf denen Deko steht, sind in Wohnungen mit Kleinkindern keine gute Idee. Ein Blick sollte auch dem Garten gegönnt werden. Vor allem dann, wenn sich dort Wasser befindet – beispielsweise in Form von Teichen, Bächen oder Regentonnen. Eine kindersichere Abdeckung ist unabdingbar. Auch der Gartengrill oder der Pflanzenwuchs müssen gesichert sein. Giftige Sträucher sollten nicht im Garten gepflanzt werden.

Doch trotz aller Vorsicht können Notfälle passieren. Bei einer blutenden Wunde gilt es zunächst, diese möglichst keimfrei abzudecken. Manchmal reicht ein Pflaster, manchmal muss ein Druckverband angelegt werden, um die Blutung zu stillen. Dafür eignen sich viele Gegenstände, die Druck ausüben können. Dazu zählen beispielsweise eine Dose oder Handschuhe – was man schnell zur Hand hat. Vor allem bei Kopfverletzungen ist besondere Vorsicht angesagt, denn außer der sichtbaren Verletzung kann es hier immer zu besonderen Folgeschäden wie beispielsweise der Gehirnerschütterung oder traumatischen Verletzungen kommen. Hierzu gehört der Sturz vom Wickeltisch. Erwachsene müssen das Kind genau auf Verhaltensänderung jedweder Art beobachten. Erbrechen ist auch ein Zeichen dafür, dass etwas nicht stimmt. Zur Sicherheit sollte man unbedingt einen Arzt



Bei einem Notfall ist wichtig: Ruhe bewahren und dem Kind Sicherheit geben.

Foto: Panthermedia

hinzuziehen oder den Notruf wählen. Bei Verbrennungen oder Verbrühungen – bei Letzterem geht es um Verletzungen mit heißem Dampf – sollte man zunächst kühlen. Als Faustregel gilt: ist die verletzte Fläche größer als die Faust des Betroffenen, sollte man umgehend den Notruf 112 wählen. Hausmittel wie Puder oder gar Mehl auf gar keinen Fall verwenden. Auch bei kleineren Verletzungen besser fachliche Hilfe holen oder mit dem Kind zu einem Arzt fahren.

Bei dem Klassiker „Zeckenbiss“ kann man mit einer Zeckenkarte den Übeltäter vorsichtig und langsam gerade herausziehen. Die These, mittels Drehbewegung die Zecke zu entfernen, gehört ins Reich der Märchen. Eine Zecke ist keine Schraube. Wer sich nicht sicher ist, ob man die Zecke vollständig entfernt hat, lässt lieber Fachpersonal drüber schauen.

Bei Atemnot hilft es, dem Kind zu vermitteln, durch die leicht geöffneten Lippen zu atmen. Der Oberkörper sollte aufrecht gestellt werden. Von einengender Kleidung sollte man das Kind befreien. Hat das Kind einen kleinen Gegenstand verschluckt, schlägt man als Erstmaßnahme zwischen die Schulterblätter. Bitte das Kind nicht mit Absicht zum Erbrechen bringen – auch nicht, wenn es Medikamente verschluckt hat. Hausmittel wie Salzwasser oder Milch haben hier nichts zu suchen. Säuglinge sollten in Bauch- und gleichzeitiger Kopftieflage (z.B. auf dem Bein des Erwachsenen) bis zu fünf feste Schläge zwischen die Schulterblätter erhalten, um den Fremdkörper loszurütteln. Löst sich der Fremdkörper nicht (Mundinspektion!) sollte das Kind von hinten umgriffen und maximal 5-mal der Brustkorb am unteren Brustbein zusammengedrückt (Thoraxkompression) werden. Bleiben die Maßnahmen erfolglos, sollten die Schritte wiederholt werden, während auf den Notarzt gewartet wird. Ist das Kind größer (ab 1 Jahr), sollten Eltern es mit dem Bauch auf dem Schoß legen, sodass der Kopf und die Arme herunterhängen, und mit der flachen Hand mehrfach kräftig zwischen die Schulterblätter schlagen, damit der Gegenstand wieder herausgespuckt wird. Weiter können Thoraxkompressionen helfen. Bleibt ein verschluckter Gegenstand trotz Sofortmaßnahmen weiterhin stecken, muss sofort ein Rettungsdienst gerufen werden. Besteht keine akute Luftnot, sollte das Kind sofort in die Kinderklinik (möglichst sitzend).

Kommt es zu einem Herz-Kreislauf-Stillstand, müssen zunächst die Atemwege freigelegt werden. Danach sollte das Kind über Mund oder Nase beatmet werden. Der Brustkorb muss sich dabei heben. Anschließend erfolgt die Herzmassage: Bei Babys wird diese durch leichten Druck (2-3 cm Tiefe) auf das Brustbein mit zwei Fingern gemacht, beim älteren Kind durch Druck des Handballens auf das untere Brustbein. Kontinuierlich fortfahren mit Herzdruckmassage und Beatmung, bis der Notarzt kommt. Ganz wichtig ist es, nicht aufzugeben. Angst, etwas falsch zu machen, muss man nicht haben. Falsch wäre es nur, in einem Notfall nichts zu tun. *anja*

Flutopfer kämpfen weiter

Hochwasser hat einiges an die Oberfläche gespült

In einigen Häusern und Wohnwagen auf dem Platz an der Toppelstraße 4 brennen schon die Teelichter, Kerzen und Lichterketten für den nahenden Advent. In anderen hoffen die Bewohner und Bewohnerinnen weiterhin darauf, irgendwann wieder zu ihrem früheren Leben auf dem Campingplatz des „Freizeitdomizils Ruhrtal“ zurückkehren zu können. Rund 100 Menschen im Alter zwischen sechs und 86 Jahren nahm die großflächig über die Ufer tretende Ruhr ihr Zuhause. Auch wenn es sich bei dem Gelände offiziell um ein Wochenend- und Urlaubsdomizil handelt, sind in den 160 Holz- beziehungsweise Blockhäusern rund 200 Menschen mit Erstwohnsitz angemeldet.

Ein Caritas-Team steht den Menschen seit mehr als einem Jahr dort bei der Lösung zahlreicher Probleme zur Seite, unter anderem unterstützen die Team-Mitglieder im Projekt „Ruhrtal Nachbarn“ bei Anträgen für das Wiederaufbau-Programm des Landes. Trotzdem sind Spendengelder enorm wichtig. Warum, das erklärt Petra Backhoff vom Caritas-Team:

„Diejenigen, die versichert waren, sind sicherlich am besten dran. Ein Großteil der von uns betreuten Menschen hat mittlerweile Gelder aus dem Wiederaufbau-Fonds des Landes NRW erhalten, jedoch lediglich als ‚Haushaltspauschale‘. Das ist deutlich weniger, als Menschen erhalten, die nicht auf einem Campingplatz ein Haus haben. Das Land begründet dies damit, dass ein dauerhaftes Leben in Deutschland auf einem Campingplatz nicht gestattet sei. Unabhängig davon, ob es die Lebensrealität der Menschen trifft oder nicht. Andere haben bisher – zumindest von Landesseite – gar keine Unterstützung bekommen und werden voraussichtlich auch keine Gelder erhalten. Das sind diejenigen, die auf dem Campingplatz leben, aber nicht mit erstem Wohnsitz gemeldet sind. Nicht gemeldet, weil man ihnen die Meldung von Seiten der Kommune nicht ermöglicht hat.

Für uns heißt das, diese Menschen sind klar benachteiligt und werden

ausgegrenzt. Wer über Finanzen verfügt, der hat jedoch noch lange kein bezahlbares Baumaterial oder qualifizierte Handwerker. Es ist ein Dilemma. Außer den großen finanziellen Problemen gibt es noch zahlreiche andere Sorgen, die zum Teil erst durch das Hochwasser sozusagen an die Oberfläche getreten sind. Dazu gehören: Einsamkeit, Armut, psychische Erkrankungen, Suchterkrankungen wie auch altersbedingte Einschränkungen.

Aufgrund also einer strukturellen Benachteiligung bekommen Menschen, die beispielsweise in einem Blockhaus auf einem Campingplatz leben, für dieses Zuhause keine Wiederaufbauhilfen des Landes – völlig unabhängig von der Tatsache, dass dies ihr einziges Zuhause ist. Da diese Leute jedoch zum Großteil nicht über nennenswerte Rücklagen verfügen, bleibt nicht viel Handlungsspielraum. Entweder sie bleiben in der nahezu nicht mehr als Wohnraum geeigneten Umgebung, sie verschulden sich oder sie erhalten Spendengelder. Ohne die Mittel der Brost-Stiftung, die wir an diese benachteiligten Menschen haben ausgeben können, wäre die Not auf dem Platz wesentlich gravierender. Menschen, die bereits vor einer Katastrophe in prekären Lebensumständen waren, brauchen in solchen außergewöhnlichen Zeiten auch außergewöhnliche Hilfestellungen. Wir sind der Stiftung sehr dankbar, dass wir diese Hilfe in vielen Fällen leisten konnten. Hinzu kommen weitere Hilfestellungen unsererseits wie Sozialberatung und Angebote zur Schaffung eines lebenswerten Wohnquartiers an der Ruhr.“



Petra Backhoff gehört zum Caritas-Team im Projekt „Ruhrtal Nachbarn“.

Foto: Patrizia Labus

Team Planlos liegt vorn



Halbzeit beim Planspiel Börse

Auch in der 40. Spielrunde können Schüler der Hattinger Schulen grundlegendes Wissen zum Wertpapiergeschäft erlernen und praktisch umsetzen. Die Teilnehmerzahlen der Sparkasse Hattingen sprechen für sich: Insgesamt haben sich in dieser Spielrunde 193 Schüler*innen in 80 Teams angemeldet. Das Berufskolleg, die Gesamtschule sowie die beiden Gymnasien sind in diesem Jahr vertreten. Die Teilnehmenden können alles online erledigen: Depot eröffnen,

Aufträge und Abfragen tätigen sowie bei Fragen den integrierten Wissensbereich konsultieren. Seit Spielstart hat der Deutsche Aktienindex (DAX) knapp 2.000 Punkte zugelegt. Bisher profitiert die Spielgruppe „Team Planlos“ am meisten.

So setzen die vier Schüler des Berufskollegs Hattingen u. a. auf die Aktien von Siemens Energy und konnten ihr Startkapital von 50.000 Euro inzwischen auf über 58.000 Euro erhöhen.

Nachhaltigkeit als Anlageaspekt gewinnt an Bedeutung

Eine weitere Besonderheit beim Planspiel Börse ist der Themenschwerpunkt „Nachhaltigkeit“. In einer separaten Bewertung beschäftigen sich die Teilnehmenden mit nachhaltigen Geldanlagen,

deren Kriterien und Auswahlverfahren. Grundlage sind dabei die Unternehmen, die in einem speziellen Nachhaltigkeitsindex gelistet sind.

Doch noch ist nichts entschieden, denn die 40. Spielrunde läuft noch bis zum 31. Januar 2023. Auf die Gewinner der Sparkasse Hattingen warten Geldpreise im Gesamtwert von 800 Euro.



Stolpersteinverlegung Cahn



Zur Verlegung der Stolpersteine für Karl und Amalie Cahn durch den Kölner Künstler Gunter Demnig war am Freitag, 2. Dezember 2022, auch Carry Jessurun-Cohen (93) aus Amsterdam mit ihren Kindern Dorith und Bram nach Hattingen gekommen. Carry Jessurun-Cohen ist die Enkelin von Bertha Cahn, Karls jüngerer Schwester. Nach der Verlegung besuchten die Gäste selbstverständlich auch das Bügeleisenhaus am Haldenplatz und besichtigten dort die ehemaligen Wohnräume der Familie Cahn. Karl und Amalie Cahn wurden im April 1942 von Hattingen nach Zamość deportiert und dort ermordet. Die Patenschaft für die beiden Stolpersteine haben der Heimatverein Hattingen/Ruhr e.V. sowie Marie, Jonas, Stephanie und Lars Friedrich übernommen.

NachtSchnittchen-Karten

Am 27. Februar begrüßt Moderator Helmut Sanftenschneider ab 20 Uhr wieder tolle Künstler im Restaurant Henrichs auf dem Hüttengelände. Mit dabei ist das TV-bekannt Multitalent Ingo Oschmann. Er bringt Erfahrungen und Höhepunkte aus über 25 Jahren Bühnenprogramm

Weihnachtliches aus Bethlehem

Geschenkideen kurz vor dem Fest

Es ist schon fast eine Tradition: Die beliebten Schnitzereien aus Olivenholz können auch in diesem Jahr im Weltladen El Camino (Sankt-Georg-Straße 4) gekauft werden: Teelichter in Sternform, kleine Esel, Schafe und Kamele, Schmuck für den Weihnachtsbaum, kleine Krippen und vieles mehr. Familien in Bethlehem leben vom Verkauf dieser Artikel und freuen sich sehr über einen kleinen zusätzlichen Verdienst.



Quelle: Gabriele Wulfers

mit nach Hattingen. Außerdem mit dabei sind die Comedians Sertaç Mutlu und Andrea Volk.

Wer also noch ein Geschenk für die Lieben sucht, wird unter sparkasse-hattingen.de/nachtschnittchen oder in der Hauptstelle (Roonstraße 1) fündig. Der Kartenpreis beträgt 20 Euro bei freier Platzwahl.



Ingo Oschmann

Feierliche Überreichung von DELF-Diplomen im Gymnasium Holthausen

Nach 2 Jahren Coronapause konnten 71 Schüler*innen des Gymnasiums Holthausen ihre DELF-Zertifikate nun endlich wieder in einem feierlichen Rahmen entgegennehmen. Seit 2018 ist das Gymnasium Holthausen offiziell DELF Partnerschule des französischen Instituts und wurde hierfür von der französischen Botschaft ausgezeichnet.

Auch im letzten Schuljahr hatte sich wieder eine Großzahl von Französisch-Schüler*innen zu den Prüfungen angemeldet. Ihre Sprachkompetenz wurde in vier Bereichen getestet: Hörverstehen, Leseverstehen, Schreiben und Sprechen. Jetzt endlich wurden sie für ihr Engagement und ihre Leistungen belohnt: am Nikolaustag erhielten sie ihre wohlverdienten Diplome.

Mit den DELF-Zertifikaten besitzen die Jugendlichen nun ein sehr wertvolles Dokument: Es verschafft ihnen nicht nur Vorteile bei Bewerbungen (die international anerkannten Diplome sind lebenslang gültig). Sie haben bei Erreichen der Kompetenzstufe B2 sogar die Möglichkeit, an

einer französischen Universität zu studieren, ohne die sonst doch eher schwierige Aufnahmeprüfung absolvieren zu müssen. Zudem stellt der Erwerb des Diploms ein zusätzliches Erfolgserlebnis beim Fremdspracherwerb dar und fördert hierdurch die Motivation. Simone Merten (DELF-Verantwortliche, Gymnasium Holthausen)



Wir bedanken uns für das von Ihnen entgegengebrachte Vertrauen und wünschen Ihnen ein gesundes neues Jahr!

Ihre Fachanwälte in Sprockhövel



Rechtsanwälte **MAYER**
Fachanwälte und Notar
www.anwaelte-mayer.com



Rechtsanwälte **MAYER GbR**, Notar Ronald Mayer, Mittelstraße 44, 45549 Sprockhövel
E-Mail: info@anwaelte-mayer.de

Bügeleisenhaus in Not

Verkauf des Hauses wegen Sanierungsstaus?

Lars Friedrich vom Heimatverein Hattingen/Ruhr sieht den Langzeitpflegefall Bügeleisenhaus kurzfristig als Patient für die Intensivstation. Ein marodes Dach, nicht isolierte Fenster und eine gesundheitsgefährdende Schimmelbildung sind eine große energetische Katastrophe. Geschätzter Sanierungsaufwand: Mindestens 250.000 Euro! Auch die Existenz des Heimatvereins ist mit dem Schicksal des Hauses verknüpft. Niemand im vierköpfigen Vorstand möchte diese Aufgabe ehrenamtlich übernehmen. Aus persönlichen Haftungsgründen, wie es das Vereinsrecht vorschreibt. Auch inhaltliche Fragen und die zukünftige Ausrichtung werden diskutiert.

Die Mitglieder sehen sich nicht als Museums- oder Bügeleisenhaus-Erhaltungsverein, sondern als einen Lobbyverein. Der sich um eine gepflegte und geschützte Altstadt kümmert und eine projektbezogene stadthistorische Arbeit macht. Wie zum Beispiel für Heimatpflege und Denkmalschutz. Diese Ausrichtung könnte auch für jüngere oder zukünftige Mitglieder attraktiv sein.



Bild: Stadt Hattingen

Alles auf Anfang - reizt den Menschen das Neue?

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

„Jedem Anfang wohnt ein Zauber inne - sagte Hermann Hesse. Einerseits begeistern sich Menschen für Neues. Das Unbekannte reizt sie. Andererseits erleben Menschen im Reiz eine Spannung, die sie ängstigt und zu Veränderung zwingen könnte. Das Sicherheitsbedürfnis ist ein existenzieller Wunsch des Menschen. Während die einen jeden Reiz auf seine Bedrohung überprüfen und sich vor Veränderungen fürchten, liegt für andere in dieser Spannung die Erwartungslust auf eine neue Befriedigung. So wie der Herzschlag Anspannung und Loslassen bedeutet, so gibt es zwischen dem Reiz des Neuen und seiner Befriedigung eine wechselseitige Beziehung“, erklärt Dr. Willi Martmöller.

Etwas Neues wagen - das Prinzip Hoffnung

Hoffnung hilft. Und man kann sie lehren und trainieren. Allerdings reicht es nicht aus, sich nur gute Gedanken zu machen. Es braucht ein Ziel und eine Perspektive, wie man dieses Ziel erreichen kann. Hoffnung mobilisiert die Selbstheilungskräfte des Körpers. Eine positive Erwartungshaltung (Hoffnung) führt zu realen und messbaren Veränderungen des Körpers! Hoffnungslosigkeit raubt uns Lebensenergie. Dabei klaffen Erwartungshaltung und Realität oft stark auseinander. Es ist daher wichtig, sich mit der Erreichbarkeit von Zielen auseinanderzusetzen. Hoffnung ist ein Lebenselixier und sowohl Grund als auch Voraussetzung für Neues.

„Die Empfänglichkeit für Reize ist bei Menschen unterschiedlich ausgeprägt - auch in Abhängigkeit vom Lebensalter. Der Reiz des Neuen fasziniert junge Menschen öfter als Menschen mit mehr Lebenserfahrung. Forscher gehen davon aus, dass mit den Lebensjahren die Reiztaktung langsamer wird: wir nehmen auch Wiederholungen als neue Erfahrung von etwas wahr, was wir aber eigentlich schon kennen.

Wer immer auf der Suche nach Neuem ist, wird in der Psychologie als Novelty Seeker (Neuheitssucher) bezeichnet. Sie besitzen oft einen niedrigeren Dopaminspiegel. Sehen wir zum Beispiel ein bislang unbekanntes Gesicht, sucht der Hippocampus - die Gedächtniszentrale im Kopf - zunächst nach Ähnlichem. Bei Fehlanzeige sendet er mittels des Botenstoffs Dopamin das Signal „Achtung, neu!“ an andere Gehirnareale. Verfügt ein Mensch über wenig Dopamin, ist er schneller von seiner Umgebung gelangweilt und strebt aktiv nach neuen Reizen. Dann kann diese dauerhafte Suche aber auch Suchtcharakter annehmen.

Der Reiz des Neuen ist ein grundsätzlicher Bestandteil unseres Lebens. Manchmal haben wir die Wahl, ob wir ihm erliegen WOLLEN. Möchten wir eingefahrene Straßen verlassen und Neues lernen, weil wir darin eine Chance sehen? Im Buch ‚Neustart im Kopf‘ schreibt der Psychiater Norman Doidge über den 91-jährigen Cellisten Pablo Casals. Auf die Frage ‚Maestro, warum üben Sie noch?‘ antwortete dieser: ‚Weil ich Fortschritte mache.‘ Manchmal müssen wir uns dem Neuen stellen - obwohl wir es NICHT WOLLEN. Das ist nach persönlichen Schicksalsschlägen oder Katastrophen (Kriege) der Fall. Wir werden gezwungen, uns der Veränderung zu stellen. Sonst ist ein Überleben nicht möglich. Menschen können sich nicht ‚nicht verändern‘ - weil sich alles immer ändert. Einen Neustart erleben wir in jeder Minute unseres Lebens.“

anja

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

Gerontopsychiatrie

...zieht von Bochum-Linden nach Wattenscheid

Ab dem 1. Januar 2023 übernimmt das Martin-Luther-Krankenhaus in Wattenscheid die Klinik für Gerontopsychiatrie der Augusta-Kranken-Anstalt gGmbH.

„Grund dafür sind strategische Veränderungen hinsichtlich der neuen Krankenhausplanung für Nordrhein-Westfalen“, erklärt der Geschäftsführer der Augusta-Kranken-Anstalt gGmbH Thomas Drathen. „Wir freuen uns sehr, dass wir diese Veränderung gemeinsam mit unserem langjährigen Kooperationspartner geplant und entschieden haben. Mit dem Katholischen Klinikum Bochum haben wir einen verlässlichen Partner an der Seite, mit dem die ganzheitliche Versorgung unserer gerontopsychiatrischen Patienten weiterhin gewährleistet ist“, so Drathen. Die Mitarbeitenden der Klinik für Gerontopsychiatrie wechseln entweder ins Martin-Luther-Krankenhaus oder in andere Fachabteilungen der Augusta Kliniken.

Neuer Feststellungsbescheid

Die Bezirksregierung Arnsberg hat die Feststellungsbescheide bereits aktualisiert. Damit erfolgt nun die Umstrukturierung im Bereich der Altersmedizin. Die psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung übernimmt das Martin-Luther-Krankenhaus, wo es bereits einen gut etablierten Fachbereich Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik unter der ärztlichen Leitung von Chefarzt Dr. Jürgen Höffler gibt. Der neue Feststellungsbescheid ermöglicht es der Augusta-Kranken-Anstalt, die Plätze der Klinik für Geriatrie von 51 auf 70 zu erhöhen. Bis zur Fertigstellung des neuen Klinikgebäudes am Standort Bochum-Mitte bleibt die Klinik für Geriatrie in Bochum-Linden.

Ab Mitte Dezember erfolgt die Verlegung der gerontopsychiatrischen Patientinnen und Patienten von Bochum-Linden nach Wattenscheid. Ab diesem Zeitpunkt werden in Bochum-Linden keine Patienten mehr geplant neu aufgenommen.

Ende für Impfzentrum und -bus

Nach 285.006 Impfungen war Schluss: das Impfzentrum in Ennepetal hat am Freitag um 18 Uhr seine Türen geschlossen. Den letzten schützenden Piks gegen Corona hat die 85-jährige Ukrainerin Tetiana Tykhohenko erhalten. Begleitet wurde sie von ihrer Enkeltochter Julia Hoffmann, die ihre Großmutter bei sich zuhause in Schwelm aufgenommen hat.



Tetiana Tykhohenko erhält die letzte Impfung im Impfzentrum in Ennepetal. Foto: UvK/ Ennepe-Ruhr-Kreis

Für den Impfbus war bereits am 26. November Endstation gewesen, letzter Halt: Breckerfeld. Menschen zwischen 5 und 100 Jahren hatten sich auf Wochenmärkten und Bahnhofsvorplätzen, vor Einkaufszentren und Freibädern, an Autobahnrastplätzen und Ausflugszielen ihren Piks gegen Corona abgeholt.

Wie von der Landesregierung gewünscht, stellen die kommunalen Impfzentren in Nordrhein-Westfalen ihr Angebot ein. Das Impfen wird nun vollständig von den niedergelassenen Ärzten und Apotheken übernommen.

Landrat Olaf Schade würdigte bei seinem Besuch im Impfzentrum die Arbeit des Impfteams: „Ich bin stolz auf die gesamte Truppe: Ärztliche und organisatorische Leitung, Kreismitarbeiter, DRK und THW, Ärzteschaft, Medizinische Fachangestellte, Pharmazeutisch-technische Assistenten, Apotheken, Reinigungspersonal sowie Security. Gemeinsam ist hier Enormes geleistet worden.“

Das Impftteam ist sich sicher: Auf eine weitere Pandemie wäre man dank funktionierender Strukturen und Abläufe gut vorbereitet. pen




Beraten, begleiten, unterstützen.

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

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

02324 / 977 88 80

Senioren-Assistenz Claudia Wagner
Schulstraße 12 - 45549 Sprockhövel

senawa.de

Gesundheitsvorsorge: Gute Vorsätze nicht vergessen

Infektionskrankheiten wie Gürtelrose haben ganzjährig Saison

Durch verschneite Landschaften spazieren, mit Freunden am Kaminfeuer sitzen, einen Ski-Ausflug planen oder das erste Mal Nachtrodeln erleben: Viele Menschen hoffen dieses Jahr auf einen erlebnisreichen Winter. Wenn die Feiertagszeit vorbei ist und Pläne für die nächsten Aktivitäten geschmiedet werden, rücken gute Neujahrsvorsätze wie „Mehr für die Gesundheit tun“ leider schnell in weite Ferne. Dazu winkt im neuen Jahr von weitem der Frühling - und die eigene Gesundheitsvorsorge rückt in den Hintergrund.

Jeder Dritte erkrankt mindestens einmal an Gürtelrose

Doch leider gibt es zahlreiche Infektionskrankheiten, die ganzjährig „Saison“ haben. Dazu gehört zum Beispiel Gürtelrose. Den Erreger tragen mehr als 95 Prozent der über 60-jährigen nach einer Windpocken-Erkrankung, die die meisten im Kindesalter durchleiden, im Körper. Ein Ausbruch kann jederzeit erfolgen, nicht nur während der Wintersaison. Andere Krankheiten wie COVID-19 können eine Gürtelrose sogar begünstigen, wie Studienergebnisse aus den USA zeigen. Denn der Gürtelrose-Erreger wird reaktiviert, wenn das Immunsystem

alters-, krankheits-, oder stressbedingt geschwächt ist. Statistisch gesehen erkrankt einer von drei Menschen im Laufe seines Lebens an Gürtelrose. Die erste Infektionskrankheit wird zu Unrecht oft verharmlost. Neben dem typischen, teils sehr unangenehmen Hautausschlag kann sie nämlich schwere Folgeerscheinungen haben. So erleiden bis zu 30 Prozent der Betroffenen Komplikationen wie anhaltende, oft als unerträglich beschriebene Nervenschmerzen. Weitere Informationen zu Gürtelrose und möglichen Folgen gibt es unter www.impfen.de/guertelrose.

Gegen Gürtelrose schützen - Impfpflicht der STIKO

Die gute Nachricht: Gegen Gürtelrose lässt sich vorsorgen. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt Personen ab 60 Jahren und Menschen mit Grunderkrankungen ab 50 Jahren eine Gürtelrose-Impfung. Wer seine Gesundheit für 2023 oben auf die Prioritätenliste gesetzt hat, sollte deshalb diesen wohl wichtigsten Neujahrsvorsatz in die Tat umsetzen und zeitig nach dem Jahreswechsel einen ärztlichen Vorsorgetermin vereinbaren. djd



Deutscher Roter Hausnotruf

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

02324 / 20 11 11
Informieren Sie sich jetzt.

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

Deutsches Rotes Kreuz Hausnotruf
Hattingen/Sprockhövel



Wir fördern Ihr selbstbestimmtes Leben!

Glücksklee Pflegedienst GmbH

Geschäftsführung: Aneta Kozera

- 24 Stunden Dienst
- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Betreuung
- Hauswirtschaft
- Beratung nach §37 Abs. 3 SGBXI
- Betreuungs-Café

Erreichbarkeit 24 Stunden!

Wir wünschen Ihnen eine schöne Weihnachtszeit und alles Gute für das Jahr 2023!

Zum Ludwigstal 3a • 45527 Hattingen
☎ 02324 / 919 1282
gluecksklee985@googlemail.com
www.pflegedienst-gluecksklee.de



Wir wünschen Ihnen friedliche und erholsame Feiertage und alles Gute für 2023

hwg Richtig zuhause Telefon: 02324 5009-0
www.hwg.de



Malerbetrieb
Wir bringen Farbe in Ihr Leben

www.Maler-Bielak.de

Ihr Malermeister **Tel.: 02324 / 90 39 96**
Über der Horst 16 • 45527 Hattingen



Bieschke
Heizung • Sanitär

Fröhliche Weihnachten und ein gutes neues Jahr 2023.

Kreisstraße 8 • 45525 Hattingen
Tel 02324 23487
info@bieschkegmbh.de • www.bieschkegmbh.de

Sparen in der Heizsaison

Die Verbraucherzentrale NRW gibt konkrete Tipps für private Haushalte. „Schon kleinere Anpassungen können Einfluss auf den Heizenergieverbrauch nehmen“, erklärt Nadine Schröer, Leiterin der Verbraucherzentrale NRW Witten.

● Thermostate im Griff

Mit den Heizungsthermostaten lässt sich für jeden Raum die individuelle Temperatur einstellen. Jedes Grad weniger senkt den Verbrauch um etwa sechs Prozent. Üblicherweise wird auf Stufe 3 etwa 20 Grad Celsius erreicht. Im Schlafzimmer reichen oft 16 bis 18 Grad. Zu beachten ist, dass kühlere Räume gut belüftet werden, sonst kann sich an kälteren Stellen Feuchtigkeit niederschlagen und es bildet sich Schimmel.

● Heizkörper entlüften

Werden die Heizkörper nicht im vollen Umfang warm oder sind gluckende Geräusche zu hören, ist meist Luft im Spiel. Die Heizanlage muss dabei mehr Energie aufbringen, um die Räumlichkeiten zu erwärmen. Abhilfe bringt die Entlüftung mit einem Entlüfterschlüssel.

● Wohnräume richtig nutzen

Heizkörper nicht mit Vorhängen verdecken und mit Möbeln zustellen. Die Heizenergie kann sonst nicht voll ausgenutzt werden. Eine einfache Regel lautet, dass jeder Heizkörper gut zu sehen ist und die Raumluft ihn ungehindert umströmen kann.

● Türen und Fenster dichthalten

Undichte Außentüren und Fenster vergrößern Wärmeverluste in Haus und Wohnung und sorgen für unangenehme Zugluft. Bei Haus- und Wohnungstüren kann meist nachträglich ein Dichtprofil leicht angebracht werden, um Heizverluste zu minimieren.

● Heizungsanlage optimal steuern

Besondere Sparpotenziale liegen in der auf die Bewohner zugeschnittene Zeitsteuerung der Anlage. Eine der bekanntesten ist hier die sogenannte Nachtabsenkung, durch die die Vorlauftemperatur der Heizanlage reduziert wird. Bei längerer Abwesenheit über den Tag macht die Tagesabsenkung Sinn. Heizungsfachbetriebe stellen die Heizkurve für die Vorlauftemperaturregelung professionell ein. Die Fachkräfte können auch beurteilen, ob ein sogenannter hydraulischer Abgleich der Anlage sinnvoll ist, um Heizenergie zu sparen. Dieser sorgt dafür, dass durch alle Heizkörper die richtige Wassermenge fließen kann.

● Heizungsrohre und Rollladenkästen dämmen

Die nachträgliche Dämmung von Heizungsrohren in unbeheizten Räumen, die schlecht oder ungedämmt sind, bringt einige Prozent Energieeinsparung und kann mit etwas handwerklichem Geschick selbst gemacht werden. Ungedämmte Rollladenkästen, aber auch entsprechende Heizkörpernischen, sind bei manchen Altbauten ein Schwachpunkt. In vielen Fällen ist eine nachträgliche Dämmung mit wenig Aufwand möglich und spart langfristig Heizkosten. In einer Mietwohnung sollten Bewohner vorab Rücksprache mit ihren Vermietern halten.

● Lüften hilft sparen

Richtiges Lüften spart Energie. Die wichtigste Regel dabei – mehrfach täglich fünf bis zehn Minuten bei abgedrehten Heizkörpern stoßlüften und nicht dauerhaft kipplüften.

Verbraucherzentrale NRW • Beratungsstelle Witten
Bergerstraße 35 58452 Witten Telefon: 02302 28281

Persönliche Energieberatung in der Beratungsstelle Witten:
Freitags, 14-tägig, von 9 bis 13 Uhr, nur nach Terminvereinbarung
Telefonische Energieberatung:
1. Donnerstag im Monat, nur nach Terminvereinbarung
Tipps zur Optimierung der Heizungsanlage und zum Heizkosten sparen: <https://www.verbraucherzentrale.nrw/node/30096>
Das Beratungs- und Informationsangebot zur Energiekrise finden Betroffene unter: <https://www.verbraucherzentrale.nrw/energiepreise>

Hohen Standard gehalten

AVU erneut zuverlässiger Energieversorger

Jedes Jahr im Herbst veröffentlicht die Bundesnetzagentur die bundesweiten Ausfallzeiten für die Strom- und Gasversorgung. Die AVU Netz als Eigentümer und Betreiber der Strom- und Gasleitungen in der Region punktet erneut mit Bestwerten weit unter dem Bundesdurchschnitt. So fiel der Strom im Jahr 2021 pro Kunde und Jahr 4,42 Minuten lang aus (Vorjahr: 4,08 min/a/Kunde). Der Bundeswert liegt bei 12,7 Minuten und ist damit leicht gestiegen (2020: 10,73 min/a/Kunde). Somit haben wir wieder mit bundesweiten Bestwerten gepunktet.

Verantwortung für kritische Infrastruktur

„Alle unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter arbeiten sorgfältig und

hoch qualifiziert für die sichere und zuverlässige Energieversorgung. Zusammen mit unseren langfristigen Investitionen in das Netz, zum Beispiel in die Fernsteuerung der Anlagen, erreichen wir diese Bestwerte“, erklärt Ralf Holtmann, Geschäftsführer der AVU Netz. Dazu betont Uwe Träris als AVU-Vorstand: „In diesem Jahr ist vielen wieder bewusst geworden, wie wichtig sichere Netze sind. Wir tragen Verantwortung für die kritische Infrastruktur und haben den Anspruch, diese guten Werte zu halten oder sogar noch zu verbessern.“

Zur Sicherheit in der Energieversorgung gehört bei der AVU Netz auch der über 20 Köpfe starke Bereitschaftsdienst außerhalb der normalen Arbeitszeiten einschließlich einer rund um die Uhr besetzten Leitstelle. Und falls doch mal was passiert: Die Störungsannahme ist erreichbar unter den Telefonnummern 02332 73-750 (Gas/Wasser) und 02332 73-770 (Strom).

Dezemberhilfe

AVU informiert

Viel war in letzter Zeit von der Soforthilfe für Gaskunden die Rede. Hier die aktuellen Informationen der AVU für ihre Kunden: „Selbstverständlich setzen wir die Regelungen in vollem Umfang um. Die Entlastung wird bei allen anspruchsberechtigten Verbrauchern ankommen“, erklärt AVU-Vorstand Uwe Träris. Ausführliche Informationen bietet die AVU auf ihrer Internetseite: www.avu.de/Dezemberhilfe.

Die schnelle Entlastung im Dezember ist ganz einfach konzipiert: Die Abschlagszahlung für Gas wird ausgesetzt. In der nächsten Jahresendabrechnung wird der nicht gezahlte Dezember-Abschlag verrechnet mit dem persönlichen Entlastungsbetrag. Wichtig ist auf jeden Fall: Die Höhe der Entlastung lässt sich nicht beeinflussen. Die komplette Berechnung und Umsetzung der Hilfe ist im Gesetz festgelegt. Die Dezember-Soforthilfe wird voraussichtlich im März 2023 durch eine sogenannte „Gaspreisbremse“ ergänzt. Die Details dazu stehen aber noch nicht fest.

Service in Kundenbüros

Für alle sieben AVU-Kundenbüros gibt es jetzt einen neuen Service: Besucherinnen und Besucher werden gebeten, vorab online einen Termin zu vereinbaren. So vermeiden Sie Wartezeiten und wir haben mehr Zeit für die Beratung. Gebucht werden können die Termine unter www.avu.de/treffpunkte. Empfehlenswert ist es, bei der Terminbuchung auch die Kundennummer anzugeben. So ist die AVU-Service-Mitarbeiterin bereits vorbereitet und kann entsprechend zielführend beraten.



An Eurer Seite – seit 1905!

Zuverlässige Energie aus der Heimat.

avu.de
An Eurer Seite!



AVU...

Ein Jahr ambulantes Operieren im Augusta

Das Ambulante OP Zentrum im Augusta Bochum feiert einjähriges Jubiläum. Mit großem Erfolg und hoher Zufriedenheit der Patienten hat sich das neue Zentrum gut etabliert. Das Ziel des Augusta hat das Ambulante OP Zentrum erreicht: „Wir wollten die Abläufe für die Patienten und Mitarbeitenden optimieren“, so OP-Manager Dr. Norbert Reckefuß. Dass das funktioniert, belegen die Ergebnisse einer Patientenbefragung. 99 Prozent der knapp 200 Befragten sind sehr zufrieden mit der Vor- und Nachbereitung der Operationen, der Freundlichkeit der Mitarbeitenden und ihrer Privatsphäre im Ambulanten OP. Das Ambulante OP-Zentrum ist 50 qm groß und liegt direkt neben dem Eingang zum Zentral OP, womit lange Transportwege im Haus entfallen. Die Patienten haben hier trotz der Nähe zum zentralen OP-Bereich ihre Ruhe und Privatsphäre. „Den normalen Krankenhausbetrieb bekommen die Patienten am OP-Tag gar nicht mit“, erklärt Dr. Reckefuß. Während die Vorbereitungen für den Eingriff laufen, können sich die Patienten im Wartebereich entspannt zurücklehnen, Musik hören oder mit kostenlosem W-Lan im Internet surfen. Eine Medizinische Fachangestellte, die nur für das Ambulante OP-Zentrum zuständig ist, betreut die Patienten. „Uns ist wichtig, dass sich unsere Patienten, trotz einer bevorstehenden Operation, wohl fühlen und entspannen können“, so der OP-Manager. Deshalb ist das Zentrum hell, freundlich und modern möbliert. Auf Wunsch erhalten die Patienten einen Bademantel und Socken, um gemütlich auf ihren Eingriff zu warten. Mittlerweile wird ein Großteil der Patienten mit einer geplanten am-



Maria Preuß, Leiterin des Ambulanten OP, und Dr. Norbert Reckefuß, Oberarzt und OP-Manager im Ambulanten OP-Zentrum der Augusta Klinik. Foto: augustakliniken.de

bulanten Operation im Ambulanten OP-Zentrum betreut, nur in Einzelfällen erfolgt die Vor- und Nachbehandlung auf den Normalstationen. „Das erfreut nicht nur die Patienten, sondern entlastet auch die Mitarbeitenden auf den Stationen.“ Bei rund 1000 ambulanten Operationen im Jahr also eine deutliche Verbesserung für alle.

Über die ev. Stiftung Augusta

Die Evangelische Stiftung Augusta ist eine Gesundheitseinrichtung mit Kliniken, Pflegeeinrichtungen, Ambulanten Diensten, Akademie und Schulen in Bochum und Hattingen. Die Augusta Kliniken Bochum Hattingen versorgen rund 36.000 stationäre und 50.000 ambulante Patienten pro Jahr und sind Akademische Lehrkrankenhäuser der Universität Duisburg Essen. Unsere drei Standorte Bochum Mitte, Bochum Linden und Hattingen bieten mit 23 Fachabteilungen und 900 Betten eine umfassende Betreuung und Behandlung.

Brandschutz an Weihnachten

- Unglücke über die Feiertage vermeiden

Leider sind Lichter und Kerzen in der Weihnachtszeit oft der Grund, dass die Feuerwehr häufiger als sonst ausrücken muss. Hier einige Tipps, damit Ihnen nicht heißer wird, als Ihnen lieb ist: Bauherren sollten schon bei der Wahl der Baumaterialien auf die Kennzeichnung „Baustoffklasse A1“ (Baustoffe ohne brennbare Bestandteile) achten. Baustoffe wie Beton, Gips, Ziegel, Zement und Mineralfasern brennen von Natur aus nicht und widerstehen so einem Feuer relativ lange. Mittlerweile Pflicht ist die Installation eines Rauchmelders. Adventskränze und Gestecke sollten auf eine feuerfeste Unterlage wie einen Teller aus Porzellan oder Glas gestellt und in einem Sicherheitsabstand zu Gardinen und Vorhängen stehen. Bei speziellen Sicherheitskerzen endet der Docht ein Stückchen vor dem Kerzenboden. Kinder und Haustiere sollten niemals mit brennenden Kerzen allein gelassen werden. Vorsorglich sollte ein Behälter mit Wasser, ein Feuerlöscher oder zumindest eine Dose mit Löschschaum griffbereit stehen. Wenn das Fett des Weihnachtsbratens in der Küche in Brand gerät, niemals mit Wasser löschen, sondern einfach einen Deckel auf den Topf setzen. Achten Sie darauf, dass die Fluchtwege immer freigehalten werden. Im Brandfall sollten Sie, solange es für Sie noch gefahrlos möglich ist, erste Lösversuche unternehmen, sonst aber nicht zögern, die Feuerwehr unter der bekannten Telefonnummer 112 zu verständigen. Schließen Sie danach Fenster und Türen, verlassen Sie das Haus und weisen die anrückende Feuerwehr ein. Image wünscht Ihnen ruhige Weihnachtstage! dx



Bauschlosserei Ehlers
Ihr Meisterbetrieb für:
Balkon-, Treppengeländer · Tore · Fenstergitter
Treppen · Vordächer · Garagentore · Reparaturen

Wir wünschen Ihnen ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Tel (0 23 24) 3 30 94 · www.ehlers-montage.de
Heiskampstraße 3A · 45527 Hattingen

Falle 1: Kündigungsverzicht vereinbart

Wer einen Mietvertrag mit gegenseitigem Kündigungsverzicht unterschreibt, verpflichtet sich dazu, seine Wohnung eine bestimmte Zeit lang nicht zu kündigen. Im Gegenzug kann ihm in diesem Zeitraum aber auch nicht zum Beispiel wegen Eigenbedarfs gekündigt werden. Mieter sollten bedenken, dass es einige Kündigungsgründe gibt, die nicht vorhersehbar sind: ein neuer Job, Arbeitslosigkeit oder pflegebedürftige Eltern. Gerade in solchen Situationen hat der Mieter dann ein Problem, wenn er einem gegenseitigen Kündigungsverzicht zugestimmt hat. Wenn der Vermieter jedoch nicht mit sich reden lässt, bleibt der Mietvertrag bis zum Ende des Kündigungsverzichts gültig und die Miete muss weiterhin bezahlt werden.



Mietverträge bitte gründlich lesen!

Mietrecht: Vorsicht Fallen

Quelle: Immowelt GmbH

Falle 2: Staffelmiete vereinbart

Wird im Mietvertrag eine Staffelmiete vereinbart, bedeutet das, dass die Miete zu festen Zeitpunkten automatisch um einen bestimmten Betrag steigt. Eine solche Mieterhöhung darf laut Gesetz höchstens einmal jährlich stattfinden und schließt weitere Mieterhöhungen, auch aufgrund einer möglichen Modernisierung, aus. Wenn die Miete jedes Jahr steigt, die Finanzen des Mieters aber nicht, kann er mit der Zeit in finanzielle Not geraten. Aber: Nicht jede Staffelmiete ist schlecht. Dr. Klaus Lützenkirchen sagt: „Wo der Wohnungsmarkt angespannt ist, kann eine Mietstaffel von ein bis zwei Prozent im Jahr sogar von Vorteil sein.“ Denn wenn der Mieter keine Staffelmiete vereinbart hat und die ortsübliche Vergleichsmiete steigt, ist es möglich, dass die Standardmiete auf die vor Ort übliche Miete steigt. Eine solche Mieterhöhung muss der Mieter laut Bürgerlichem Gesetzbuch in der Regel hinnehmen (§ 558 BGB).

Falle 3: Betriebskosten sind zu niedrig angesetzt oder es gibt eine Betriebskostenpauschale

Die Betriebskosten, die zur Nettokaltmiete hinzukommen, begleicht der Mieter in der Regel in Form einer monatlichen Vorauszahlung. Hat er am Ende des Jahres zu viel gezahlt, bekommt er das Geld wieder zurück. Hat er mehr verbraucht, als die Vorauszahlung abdeckt, muss er nachzahlen. Wer eine Vorauszahlung mit dem Vermieter vereinbart, sollte darauf achten, dass diese nicht zu niedrig angesetzt ist, weil sonst am Ende des ersten Abrechnungszeitraums das böse Erwachen und eine hohe Nachzahlung warten können.

Falle 4: Wohnungsgröße ist unverbindlich angegeben

Für die Verteilung der Betriebskosten, etwa bei einem Verteilerschlüssel nach Wohnungsgröße, ist die Größe der Wohnung wichtig. Die Wohnungsgröße kann im Mietvertrag verbindlich oder unverbindlich angegeben werden. Beides ist rechtens, doch nur wenn die Wohnungsgröße verbindlich im Mietvertrag steht, kann sich der Mieter auf sie berufen. Stellt der Mieter im Nachhinein fest, dass die Wohnung kleiner ist als im Mietvertrag angegeben, sagt Dr. Klaus Lützenkirchen: „Der Mieter muss nachweisen, dass die Wohnung kleiner ist als im Mietvertrag angegeben. Erst dann, und wenn die Größenabweichung der Wohnung zehn Prozent überschreitet, kann er die Miete mindern.“

Falle 5: Bemerkte, aber unangesprochene Mängel

Mit seiner Unterschrift akzeptiert der Mieter die Wohnung so, wie er sie gesehen hat. Wenn der Mieter also bei der Besichtigung einen Sprung im Fenster gesehen hat oder gemerkt hat, dass die Türgriffe wackeln, gelten diese Mängel als vertragsgemäßer Zustand der Wohnung und damit als hingenommen. „Dann kann der Mieter hinterher zwar Reparaturen vom Vermieter fordern, nicht aber die Miete mindern“, verdeutlicht Dr. Klaus Lützenkirchen. Gunther Geiler vom Mieterbund rät daher, schon bei der Besichtigung Mängel anzusprechen und zu regeln, dass der Vermieter sich um die Reparatur kümmert.

Falle 6: Kleinreparaturklausel vereinbart

Ist im Mietvertrag eine Kleinreparaturklausel enthalten, muss der Mieter die Kosten für kleinere Reparaturen selbst zahlen. Diese Art von Reparaturen betreffen alle direkt und häufig genutzten Bestandteile der Wohnung, etwa einen tropfenden Wasserhahn, ein klemmendes Türschloss oder ein undichtes Fenster (§ 28 Abs. 3 S.2, II. Berechnungsverordnung). Wie viel der Mieter höchstens für eine solche Reparatur ausgeben muss, ist auf bestimmte ortsübliche Höhen begrenzt. Dr. Klaus Lützenkirchen sagt: „Von Ort zu Ort sehen die Gerichte die Kostenobergrenze anders. In Köln sind es 150 Euro, in Hannover weniger.“ Der Mieter muss also vor Ort schauen, welche Grenze üblich ist. Gunther Geiler meint: „Die gesamten Kosten sollten zudem im Jahr nicht mehr als eine Nettokaltmiete betragen.“

Falle 7: Haftungsfrage bei mehreren Mietern

Variante 1 – alle unterschreiben als Hauptmieter: Ein einzelner Mieter kann die Wohnung nur kündigen, wenn alle anderen Vertragspartner – also seine Mitmieter und der Vermieter – die Kündigung ebenfalls unterschreiben. Außerdem haften die Mitbewohner gesamtschuldnerisch für die Miete. Wenn ein Mieter seinen Anteil nicht zahlt, stehen dennoch alle Mitbewohner für die Gesamtmiete in der Pflicht. Variante 2 – einer unterschreibt als Hauptmieter: Der Hauptmieter kann allein darüber entscheiden, wer Untermieter in der Wohnung wird. Je nach Vertragsvereinbarung muss er dafür die Zustimmung seines Vermieters einholen. Gunther Geiler erklärt den Nachteil dieser Variante: „Der Hauptmieter haftet gegenüber dem Vermieter als einziger auf die volle Mietschuld.“ Wenn ein Mitbewohner also seine Miete nicht zahlt, muss der Hauptmieter trotzdem für die volle Miete beim Vermieter eintreten und sie notfalls selbst zahlen. Wer den Mietvertrag genau durchliest, fällt nicht so leicht auf diese Fallen herein.

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

Do. 22.12. 18 Uhr
Wolf Coderas
Session Possible - Christmas Session

Fr. 23.12. 15 Uhr
Natur am Werk
Spaziergang rund um den Hochofen. Erleben Sie das grüne Netzwerk der Industrienatur und erfahren dabei Wissenswertes über Natur und Technik.

Mo. 26.12. 11 bis 15 Uhr
Jomos Modelleisenbahn- & Spielzeugmarkt
Modelleisenbahnen, Autos und Spielzeug, Blechmodelle aus den 30er Jahren, viel Bespieltes und topaktuelle Neuheiten, dazu das gesamte Zubehör-Programm.

Mi. 28.12. 15 Uhr
Hütten-Kino: „Zurück in die Zukunft - Trilogie“
Alle drei Teile von „Zurück in die Zukunft“ an einem Abend. Eintritt frei.

Sa. 7.1. und So. 8.1. 16 bis 22 Uhr
Fotokurs: Lumagica
Machen Sie Ihre Kamera zu einem aktiven Werkzeug der Kreativität. Die LUMAGICA – eine beeindruckende Lichtinstallation – bietet hierbei eine wunderbare Grundlage, um einzigartige, magische Fotos mit Langzeitbelichtung zu kreieren. Die Themen: Bildaufbau und Perspektive, Intentional Camera Movement, Zoomeffekt usw.

So. 8.1. 11 bis 13 Uhr
Hütten-Safari
Natur kreativ gestalten mit Naturfundstücken. Unsere Aufmerksamkeit gilt den vielen Fundstücken in der Natur, die wir zum Gestalten eines großen Kunstwerkes und vieler kleiner sammeln wollen.

So. 8.1. 15 Uhr
Rattentour – Kinderführung
Begleitet die Ratte auf dem Weg über das Hüttengelände und lasst euch von ihr Erstaunliches über die Geschichte der Henrichshütte zeigen. Teilnahme nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Mi. 11.1. 19 Uhr
Hüttenkino: Das 5. Element
(F, 1997, FSK 12, 121 Min., Regie: L. Besson, mit B. Willis, M. Jovovich, G. Oldman u.v.m.) Science-Fiction und einer der bisher kommerziell erfolgreichsten europäischen Filme. 1914 in Ägypten: in einem Tempel finden der Archäologe Professor Pacoli, Reporter Billy und ein Priester Inschriften über das unfassbar Böse, das alle 5000 Jahre wiederkehrt und versucht, alles Leben zu zerstören. Es gibt aber eine Waffe gegen das Böse – das fünfte Element. Kann das Böse gestoppt werden? Kosten: Eintritt frei

Fr. 13.1. 15 bis 16.30 Uhr
Natur am Werk
Spaziergang rund um den Hochofen. Erleben Sie das grüne Netzwerk der Industrienatur und erfahren dabei Wissenswertes über Natur und Technik.

Fr. 13.1. 20 Uhr
Fackelführung
Anmeldung nicht erforderlich. Treffpunkt am Museumseingang.

Sa. 14.1. bis Di. 17.1.
Fotokurs: Abenteuer Ruhrgebiet
Industrial Works Workshop. Kreativität und Experimentierfreudigkeit sind die Zutaten für dieses spannende Fotoseminar mit dem Fotografen Uwe Schmid. Exkursion zum Landschaftspark Duisburg-Nord, zur Henrichshütte und zur Halde Rheinpreussen in Moers. Infos und Buchung: <https://www.artistravel.eu/>

So. 15.1. 15 Uhr
Rattentour – Kinderführung
Begleitet die Ratte auf dem Weg über das Hüttengelände und lasst euch von ihr Erstaunliches über die Geschichte der Henrichshütte zeigen. Teilnahme nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Fr. 20.1. 20 Uhr
Fackelführung
Anmeldung nicht erforderlich. Treffpunkt am Museumseingang.

So. 22.1. 11 bis 12.30 Uhr
Der Grüne Weg
Themenführung. Neben dem Weg des Eisens und dem Weg des Stahls zeigt der Grüne Weg die Veränderungen von Natur und Umwelt an der Henrichshütte.

So. 22.1. 15 Uhr
Rattentour Kinderführung
Begleitet die Ratte auf dem Weg über das Hüttengelände und lasst euch von ihr Erstaunliches über die Geschichte der Henrichshütte zeigen.

Teilnahme nur in Begleitung eines Erwachsenen.

Fr. 27.1. 15 – 16.30 Uhr
Natur am Werk
Themenführung

Fr. 27.1. 20 Uhr
Fackelführung
Themenführung. Anmeldung nicht erforderlich. Treffpunkt am Museumseingang.

Sa. 28.1. 12 – 16 Uhr
Fotoworkshop Winter
Workshop



Musical Highlights 17. Februar 20 Uhr, Saalbau Witten

Das Beste aus über 20 Musicals
Endlich! Nach fast drei Jahren erzwungener Coronapause ist es wieder soweit! Die Erfolgsproduktion „Musical Highlights“, die seit vielen Jahren die Musikbegeisterten gleich nach der Jahreswende begeistert und für einen großen Teil ein Fixtermin ist, tourt auch im Frühjahr 2023 wieder mit einem neuen Programm und neuer Besetzung. Alle Beteiligten brennen darauf, endlich wieder vor ihrem Publikum zu stehen. Produzent und Veranstalter Reinhold Vatter vom Creativ Team: „Es war lange still genug! Lassen wir uns durch die aktuellen Ereignisse nicht alles Schöne nehmen. Es muss auch positive Erlebnisse und Momente geben. Gerade in diesen Zeiten.“

Und das soll auch bei der Tour 2023 so sein.
„Musical Highlights“ setzt auf die Stärken der Künstler und eine Programmauswahl, die den Abend zu einem echten Erlebnis für jeden Muscialliebhaber werden lässt. Es werden nur die Highlights geboten, für die man sonst viele und auch kosten- aufwendige Reisen in die unterschiedlichsten Musicalstädte unternehmen muss. Das Musical kommt also mit „Musical Highlights“ zu den Musikfreunden – dies macht neben der Qualität der Show den Erfolg aus. Der Einsatz modernster LED-Technik unterstützt die Show wirkungsvoll und beeindruckend. Exzellente deutschsprachige Sängerinnen und Sänger, mit Erfolgen auf den großen Musical-Bühnen, begeistern in einer fast dreistündigen, furiosen Gala mit ihrem faszinierenden Streifzug durch die Welt des Musicals. Informationen zur Show, zu den Interpreten und zahlreiche aktuelle Medienberichte sind auf der Homepage der Produktion musical-highlights.com zu finden.
Bilder: Creativ Team Veranstaltungs GmbH / Fotograf: Sebastian Sternemann, Holger John (kostenfreier Abdruck)



Sa. 14.1. 19.15 Uhr
Romantic Reflections
St. Georgs-Konzert. Werke von Schubert, Schumann und Brahms; Duo Imaginaire: John Corbett (Klarinette und Bassethorn), Simone Seiler (Harfe). Veranstaltungsort: St. Georgs-Kirche Kirchplatz 45525 Hattingen-Altstadt.

So. 22.1. 11 bis 12.30 Uhr
Kunst in Welper
Stadtteilerkundung – ein Rundgang durch den Ortsteil. Anmeldung erforderlich. Veranstaltungsort: Treffpunkt: Marktplatz Welper Thingstraße 45527 Hattingen



Gartentipps für das neue Jahr

Es könnte kalt werden. Häufig tut sich der Januar eines Jahres als kältester Monat hervor. Der kluge Gartenfreund sollte sich in Ruhe vorbereiten und frühzeitig handeln. Sollen Blumen, Gemüse, Stauden und Obstbäume zur Freude der Besitzer gedeihen, müssen schon im Januar die ersten Weichen für die Gartensaison gestellt werden. Die Winterruhe gibt dem Gartenliebhaber Zeit, Rasenmäher und Spaten zu warten und den zukünftigen Garten zu planen. Bei der Gemüseauswahl baut der Gartenfreund der Ausbreitung von Krankheiten und Schädlingen vor, wenn er zwischen den Gruppen der Nachtschattengewächse – dazu zählen Tomaten, den Hülsenfrüchtlern mit Bohnen und Erbsen und den Kreuzblütlern mit den verschiedenen Kohlsorten, Rettich und Kresse – wechselt.

Schneelasten und starker Frost können Schäden verursachen
Wenn die weiße Pracht tatsächlich mal in größeren Mengen vom Himmel auf die Gärten an der Ruhr fällt und schwer auf Sträuchern, Bäumen und den Dächern von Gewächshäusern und Frühbeeten liegt, sollte sie immer wieder abgeschüttelt oder abgekehrt werden. Gerade nasser Schnee kann durch sein hohes Gewicht zu Schneebruch führen. Starker Frost ist der Feind der Wurzeln von Beerensträuchern, Quitten, Pfirsichen, Aprikosen und Erdbeeren. Der fürsorgliche Gärtner sorgt vor und bringt einerseits eine Mulchschicht aus Mischlaub, Rindenmulch oder Schreddergut auf bereits leicht angefrorenem Boden auf. Ebenso lassen sich die Zweige des zwischenzeitlich ausgedienten Weihnachtsbaumes als Isolationsschicht für verschiedene Pflanzen des Gartens wie Stauden, Bambus und Rosen verwenden. Die Schutzschicht nimmt auch eine zweite Aufgabe wahr, indem sie die Kälte, die sich bereits im Boden befindet, festhält und damit eine frühe Blüte solange stoppt, bis die Nächte im Frühjahr frostfrei bleiben. Bei Kälte trotzdem wässern: Gefrorener Boden verwehrt vor allem immergrünen Pflanzen und Nadelgehölzern, Wasser aufzunehmen. Da die Pflanzen aber dennoch Wasser verdunsten, sollte der Boden in frostfreien Abschnitten immer wieder gewässert werden. Die Daumenregel lautet: 20 Liter Wasser pro Quadratmeter. Bitte auch an die Tiere denken: Laub- und Reisighaufen aus dem letzten Herbst stellen zwar nicht unbedingt eine Zierde für den Garten dar, sollten aber noch liegengelassen werden, da sie vielen Tieren ein geschütztes Winterquartier bieten.

Trockene Tage für Baum-, Obst- und Zierstrauchschnitt nutzen
Bei mildem und trockenem Wetter ist der Jahresbeginn eine gute Zeit, um Obstbäume und Ziersträucher fachgerecht zurückzuschneiden und auszudünnen, damit sie sich nicht gegenseitig das Licht zum Wachsen wegnehmen. Ein Zurückschneiden „auf den Stock“, damit ist der Rückschnitt bis eine Handbreit über dem Boden gemeint, bringt neuen Schwung in alte Pflanzen. Ein Blick lohnt auch auf möglicherweise eingewachsene Befestigungen von Etiketten, Schnüren und Bändern.

Vitamine vom Küchenfenster
Ruht der eigene Garten im Januar, wird Frischgemüse aus der Region knapp. Frische Vitamine in Keim sprossen der Gartenkresse, Gerste, Kichererbse und Sojabohne, auf der hellen Fensterbank gezogen, helfen, die Lücke zu schließen. Gartencenter bieten fertige Anzuchtsschalen und Samen. Im dunklen Keller treiben Chicorée, Löwenzahn und Rhabarber. Um Ende Februar/Anfang März eigene Jungpflanzen in sein Kleingewächshaus pflanzen zu können, sollte der Gärtner schon ab Mitte bis Ende Januar Kopfsalat, Kohlrabi oder Rettich an einem hellen Platz im Haus in Blumentöpfe und Pflanzschalen aussähen. Die Temperatur während der Keimung bewegt sich am besten zwischen 18 und 20 Grad, bei Kopfsalat sollte sie noch etwas darunter bleiben. dx



Wenn der Garten ruht, freuen wir uns auf Weihnachten.

Falls Sie noch Geschenke brauchen...



Ein besinnliches Fest und Freude im Herzen wünscht Ihnen

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

MEISTERBETRIEB
HÖPKEN GARTENBAU
GMBH

- GARTENGESTALTUNG
- ZÄUNE UND TORE
- GARTENPFLEGE
- BAUMFÄLLARBEITEN

Wir wünschen unseren Kunden ein schönes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr!

Rehnocken 19 · 58456 Witten
Tel.: 023 02 - 7 52 65 · Mobil: 01 73 - 56 26 564
E-Mail: info@gartenbau-hoepken.de
www.gartenbau-hoepken.de

Ihr **HONDA**-Partner für Bochum und den EN-Kreis

Honda Frühstück
28. Januar 2023

Zukunft erfahren. Jetzt.
Honda e:TECHNOLOGY

Am 28. Januar 2023 veranstalten wir unser traditionelles Honda Frühstück. Bei Kaffee und Brötchen freuen wir uns, Ihnen unsere Modellpalette zu präsentieren und mit Ihnen in den Austausch zu gehen.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch!



Mehr Effizienz. Mehr Fahrspaß.
Kraftstoffverbrauch der hier abgebildeten Honda Modelle in l/100 km: kombiniert 5,5–3,7 bzw. in kWh/100 km 17,8–17,2. CO₂-Emission in g/km: 126–0. Abbildung zeigt Sonderausstattung. Verkauf, Beratung und Probefahrt nur innerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten.

über **40 Jahre** **HONDA**

Autohaus Drössiger e.K.
Ihr Honda Vertragshändler in Bochum

Hattinger Straße 983 · 44879 Bochum-Linden/Stadtgrenze Hattingen
Telefon 0234/942060 · E-mail: info@honda-droessiger.de
Internet: www.honda-droessiger.de

Traditionelles Frühstück

Traditionell lädt Honda Drössiger seit über 40 Jahren Honda-Partner Anfang eines neuen Jahres – diesmal am

Samstag, 28. Januar, in der Zeit 9.30 bis 14 Uhr
– zum beliebten Frühstück ein.

TRADITIONSREICHER STÜTZPUNKT

Seit 1979 ist das Autohaus Drössiger in Bochum an der Hattinger Straße 983 ansässig. Im traditionsreichen Honda-Stützpunkt finden Kunden Kompetenz und persönliche Beratung, die man von einem familiengeführten Betrieb erwartet. Das Unternehmen wurde 1965 gegründet. Als Vertragshändler liegt der Schwerpunkt auf der Marke Honda, aber auch im Bezug auf andere Fabrikate verfügen das Autohaus über umfassende Kenntnisse. Die moderne Werkstatt sowie das 8-köpfige Serviceteam bieten beste Voraussetzungen für erstklassige Serviceleistungen.

Viel los in der Zulassungsstelle

ZDK geht von Zulassungsschub im Dezember aus

„Alle Hersteller und Importeure versuchen, so viele Fahrzeuge wie möglich auszuliefern“, sagt Thomas Peckruhn, als ZDK (Zentralverband Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe) Vizepräsident Sprecher des Fabrikhandels in Deutschland. „Daher ist es für die Händler und die Kunden extrem wichtig, dass auch die Kfz-Zulassungsstellen insbesondere zwischen Weihnachten und Neujahr geöffnet sind.“ Nicht nur der ZDK fürchtet einen Engpass bei den Zulassungsstellen besonders zwischen Weihnachten und dem Jahreswechsel. Denn wer als Kunde noch eine Förderung auf Grundlage der bis zum 31. Dezember 2022 geltenden Bedingungen beantragen will, kann das erst nach der Zulassung und muss noch in diesem Jahr den Online-Förderungsantrag beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) stellen. Hauptgründe für den großen Termindruck sind auf der einen Seite die langen Lieferfristen der Industrie für elektrische Personewagen und das Auslaufen des Umweltbonus für Plug-in-Hybride (PHEV) zum 31. Dezember 2022 sowie die verringerte Förderung von rein elektrischen Fahrzeugen (BEV) ab dem 1. Januar 2023. Der Boom zum Jahresende verbessert die schlechte Gesamtbilanz des Jahres allerdings nicht. „Wir erwarten, dass in diesem Jahr insgesamt rund 2,55 Millionen neue Pkw zugelassen werden“, so Peckruhn. Das sei der niedrigste Wert seit der Wende und entspreche einem Rückgang von etwa 2,8 Prozent im Vergleich zum bereits sehr schwachen Vorjahr (2,622 Mio. Pkw).



Autos werden wieder länger genutzt

Für das kommende Jahr rechnet der ZDK mit rund 2,6 Millionen neuen Pkw. „Ein großer Sprung in den Zulassungszahlen ist nicht zu erwarten. Denn der Anreiz zur Anschaffung eines reinen E-Fahrzeugs sinkt wegen der geänderten Förderungsbedingungen“, meint Peckruhn. Auch auf dem Gebrauchtwagenmarkt ist die Lage laut Peckruhn extrem gespannt: „Zum Jahresende 2022 rechnen wir mit rund 5,6 Millionen Pkw-Besitzumschreibungen, das sind rund 16,5 Prozent weniger als im Vorjahr (6,703 Mio.). Hauptgrund dafür ist die beschränkte Lieferfähigkeit von Neufahrzeugen und der daraus resultierende Mangel insbesondere an jungen Gebrauchtwagen.“ Selbst wenn sich im kommenden Jahr die Lieferfähigkeit von Neufahrzeugen verbessern sollte, ließen sich dadurch die fehlenden Mengen junger Gebrauchtwagen aus den Jahren 2021 und 2022 nicht kompensieren. Daher rechnet der ZDK auch für 2023 mit einem weiterhin angespannten Gebrauchtwagenmarkt auf einem Jahresniveau von rund 5,5 Millionen Besitztumschreibungen. „Wir gehen davon aus, dass die Menschen ihre Autos länger nutzen werden“, erwartet der ZDK-Vizepräsident. Das Pkw-Durchschnittsalter liege inzwischen bei 10,1 Jahren. Das führe zu erhöhtem Service- und Reparaturbedarf und wirke sich positiv auf das Werkstattgeschäft aus. So liege die durchschnittliche Werkstatt-Auslastungsquote in den Monaten Januar bis Oktober 2022 bei 84 Prozent und damit wieder auf dem Niveau des Vorkrisenjahres 2019. Auch im kommenden Jahr rechnet der ZDK mit vollen Auftragsbüchern in den Werkstätten. *aum*

Stolperstein Panne

Künstler vergisst Steine im Atelier

Löcher waren vorbereitet, Gäste und Künstler waren vor Ort – nur eins fehlte: Die sechs neuen Stolpersteine, die in Welper verlegt werden und an die Opfer der Nazis erinnern sollten. „Das ist mir bei tausend Steinen seit 1996 erst einmal passiert“, gibt der Künstler Gunter Demnig zu. Dieser hatte zuvor noch Stolpersteine in Hagen verlegt, die Steine für Hattingen aber in seinem Atelier vergessen. Unverrichteter Dinge mussten die Gäste sowie Bürgermeister, Pfarrer und Angehörige der Opfer wieder gehen. Auch die vorbereiteten Löcher mussten deshalb notdürftig geschlossen werden. Laut der Internetseite des Künstlers kann ein Termin für eine neue Verlegung erst ab Ende August 2023 stattfinden. Die Stolpersteine sollen generell an die verschiedenen Opfer des Nationalsozialismus erinnern. Die 10 mal 10 Zentimeter großen Messingplatten, auf denen die Daten der Opfer eingraviert sind, sollen mitten im Leben der Gesellschaft an die Opfer erinnern und präsent sein. **Neue Stolpersteine:**
- Wilhelm Freisewinkel, der von den Nationalsozialisten ermordet wurde, weil er krank war. Ort: Fritz-Ebert-Ring 37 in Welper.
- Nikolaus Groß, der als Widerstandskämpfer zum Umfeld von Carl Friedrich Goerdeler gezählt und hingerichtet wurde. Ort: Siepenweg 10 in Niederwenigern.
- Amalie und Karl Cahn, die als jüdisches Ehepaar von den Nationalsozialisten erst wirtschaftlich ausgebeutet und dann ermordet wurden. Ort: Große Weilstraße 35.
- Friederike Stang, die als Jüdin den Nazi-Terror überlebte, weil sich ihr christlicher Ehemann für sie einsetzte. Ort: Gelinde 5.
- Hubert Lubberich, der als Kommunist bereits vor der Machtergreifung der Nationalsozialisten ermordet wurde und sehr polarisiert. Ort: Emschestraße/Ecke Johannisstraße.

Lesestoff für das ganze Jahr

Stadtbibliothek stellt Gutscheine für Jahresmitgliedschaft aus

Der Countdown läuft, in rund 10 Tagen ist Heiligabend. Wer noch auf der Suche nach einem passenden Geschenk ist, kann bei der Stadtbibliothek fündig werden. Diese stellt passend zum Fest auch Gutscheine für eine Jahresmitgliedschaft aus. Ob Literatur, Musik, Hörbücher oder digitale Angebote wie eBooks und die OnlineRuhr.



Die Gutscheine gibt es vor Ort in der Stadtbibliothek im Reschop Carré. Fragen zum Bibliotheksausweis und den Nutzungsbedingungen beantworten die Mitarbeiter auch telefonisch unter (02324) 204 3555. In der Zeit von Samstag, 24. Dezember bis Sonntag, 1. Januar 2023 macht die Stadtbibliothek Betriebsferien. In dieser Zeit bleibt auch die Außen-Rückgabe-Box für Medien geschlossen. In dieser Zeit können Interessierte die Medienverlängerung nutzen.

Recyclinghof an Heiligabend zu

Der Recyclinghof öffnet in der Woche vor Weihnachten zu den gewohnten Zeiten montags und freitags von 12 bis 17 Uhr. Am Samstag, 24. Dezember dagegen bleibt der Hof geschlossen. Zwischen Weihnachten und Silvester haben Bürgerinnen und Bürger noch die

Geänderte Öffnungszeiten

REWE Lenk
Besser einkaufen. Seit 1963.

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter freuen sich darauf, Sie an **Heiligabend von 7 bis 14 Uhr** und **Silvester von 7 bis 16 Uhr** begrüßen zu dürfen.

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



Möglichkeit, am Freitag, 30. Dezember von 12 bis 17 Uhr und am 31. Dezember von 8 bis 13 Uhr ihren Sperrmüll zu entsorgen. Ab Montag, 2. Januar 2023 beginnt der reguläre Rhythmus zu den bekannten Öffnungszeiten.

Feuerwehrhaus verzögert sich

Der Neubau wird erst frühestens 2026 fertig

Für den Bau des Feuerwehrhauses Nord muss eine schnelle Zwischenlösung her, da die Anschaffung von Containern für Flüchtlinge zur Zeit oberste Priorität hat. Laut Bürgermeister Dirk Glaser ist das aber nur für kurze Zeit und bestätigt damit die Aussage von Baudezernent Jens Hendrix. Der hatte das im Stadtentwicklungsausschuss vor den Mitgliedern des Löschzugs Nord festgestellt. Nach der Ausschreibung und Aufstellen der zwei Container für 150 Personen an der Werkstraße – die Politik soll das noch im Dezember beschließen – geht es dann an die Hochbaupläne für das Feuerwehrhaus Nord. Wenig begeistert von der Verzögerung des Baustarts sind die Mitglieder des Löschzugs Nord. Sie hatten erst gerade Vertreter der Politik ins Feuerwehrgerätehaus Holthausen eingeladen, um ihnen die beengten Verhältnisse vor Augen zu führen. Baudezernent Jens Hendrix geht davon aus, dass der Neubau vor 2026 nicht fertiggestellt wird und sucht aktuell nach pragmatischen Lösungen. Er kann sich vorstellen, dass zum Beispiel Hallen oder Container angemietet werden. Ein schwacher Trost für die verärgerten Feuerwehrleute!

Zum Platzen pampig - warum sind wir nur so gereizt?

Eine Krise nach der anderen - das macht die Menschen unsicher. Der Aggressionspegel steigt.

Pampige Mitmenschen begegnen einem derzeit auf Schritt und Tritt. In der Arztpraxis, beim Einkaufen, in der Gastronomie. Viele sind fürchterlich gereizt und das merkt man. Ab und zu haben Arbeitgeber bereits Schilder aufgehängt zum Schutz ihrer Mitarbeiter mit dem Hinweis, doch bitte freundlich miteinander umzugehen.

In bestimmten Situationen wird das Verhalten besonders deutlich: Der Patient, der per Telefon keinen Kontakt zur Arztpraxis bekommt, der ungeduldige Gast, der zu langsam oder gar nicht bedient wird (obwohl er sieht, dass sich das Personal die Hacken abläuft) - überall ist Stimmung, aber keine gute. Warum ist das so?

Experten wie der Psychiater Joachim Bauer wissen: Angst und Aggression benutzen im Gehirn sehr ähnliche Strukturen. Kommt in einer bestimmten Situation ein Auslöser von außen, reagieren wir ängstlich oder aggressiv. Die amerikanische Neuropsychologin Naomi Eisenberger fand heraus, dass das Gehirn in sozialer Ausgrenzung, Demütigung (Kränkung) oder Armut ebenfalls einen solchen Auslöser sieht und diesen mit Angst oder Aggression beantwortet.

Die vielen aktuellen Krisen verstärken diesen Druck. Die soziale Ausgrenzung nimmt zu. Große Unsicherheit entsteht: Werde ich die finanzielle Krise überstehen? Droht mir ein Wohlstandsverlust? Werde ich mir manche Dinge nicht mehr leisten können und dadurch einen sozialen Abstieg erleben? Mit Argusaugen verfolgen wir die zahlreichen Nachrichten zu diesen Themen. Jeder hat dazu etwas zu sagen und die elektronischen Medien machen es einem leicht, das Gesagte überall und schnell zu verbreiten. Große Krisen, persönliche Ängste, Unsicherheiten - damit müssen wir umgehen und das schon ziemlich lange. Und die Zahl der betroffenen Menschen nimmt zu. Hinzu kommt: Menschen, die sich besonders schnell bedroht oder abgelehnt fühlen, können ihren Impuls darauf nur schwer kontrollieren und reagieren zunehmend gereizt und aggressiv.

Krisen hat es natürlich immer schon gegeben. Sie kommen in jedem Leben vor. Erinnern Sie sich noch an das berühmte „HB-Männchen“ aus der Zigarettenwerbung? Wer wird denn gleich in die Luft gehen? Einfach einen Glimmstengel anmachen und dabei mal Fünfe gerade sein lassen... Die Zigarette ist aus gesundheitlicher Sicht nicht mehr das Mittel der Wahl - aber das Runterkommen schon. Nur nennen wir das heute natürlich anders.

Erst mal bis zehn zählen, tief durchatmen, den Raum verlassen oder „sich aus der Situation herausnehmen“, bevor man vor Wut zu platzen droht und einfach lospoltert oder - noch schlimmer - nicht nur verbale Aggression anwendet, sondern auch zuschlägt. Kennt man in allen möglichen Situationen - übrigens leider auch in Partnerschaften oder im Verhältnis von Eltern und Kindern.

Bevor ich also an die Decke gehe, muss ich mir selbst eingestehen: Mich stresst da was und ich muss das ändern. Aber eben nicht mit aggressivem Verhalten. Was hilft? Klar ist: Ich muss unbedingt meine eigene seelische Widerstandskraft trainieren. Das nennt man den Aufbau von Resilienz. Aber wie mache ich das? Denn eines ist auch klar: Im ganz normalen Alltag ist es selten so, dass nur der andere die Schuld trägt. Oft bin ich selbst unter Zeitdruck, habe irgendetwas falsch eingeschätzt oder falsch verstanden und bin viel mehr im Stress, als ich es gedacht habe. Ich fühle mich unsicher und überfordert. Das macht mir Angst. Das macht mich aggressiv.

Was muss ich also machen? Wie kann ich das ändern?

1. Akzeptanz

Krisen - große und kleine - sind schmerzhaft, aber sie dürfen nicht lähmen. Sie müssen erkannt und angenommen werden. Ein wertorientierter Umgang mit den Mitmenschen befriedet nicht nur eine

Krise, sondern macht es möglich, positive Energie zu ziehen. Weder der einzelne Mensch noch die Gesellschaft darf an der Krise zerbrechen. Sie tut es in der Regel auch nicht. So banal es klingt: Krisen sind Teil des Lebens.

2. Optimismus

Sorgen Sie für positive Gefühle und machen Sie sich bewusst, dass Krisen zeitlich begrenzt sind und aus ihnen Positives entstehen kann. Machen Sie einen Spaziergang, halten Sie das Gesicht in die Sonne, schnuppern Sie einen Wohlgeruch. Machen Sie sich bewusst, dass es immer noch etwas Schönes gibt.

3. Selbstwirksamkeit

Lernen Sie sich und Ihre Stärken kennen und glauben Sie an sich selbst! Sie können viel mehr als Sie glauben! Schreiben Sie auf, was Sie gut können. Sie werden etwas finden!

4. Eigenverantwortung

Übernehmen Sie Verantwortung für Ihr Leben und tragen Sie die Konsequenzen für Entscheidungen. Wenn Sie einen Fehler gemacht haben, stehen Sie dafür ein und versuchen Sie, ihn zu korrigieren. Sie kennen doch den Spruch: Sehr oft wird die Suppe nicht so heiß gegessen, wie sie gekocht wird.

Wie Sie gekocht wird.

5. Netzwerkorientierung

Suchen Sie sich eine psychologische „Familie“ und schaffen Sie für sich selbst ein soziales Netzwerk. Gerade in Krisenzeiten der Angst und Unsicherheit ist das wichtig. Suchen Sie das Gespräch mit anderen - oder quatschen Sie einfach mal mit sich selbst. Oder erinnern Sie sich an einen lieben Mitmenschen, der Ihnen wichtig ist: Was hätte der gesagt? Wie hätte er reagiert?

6. Lösungsorientierung

Blicken Sie nach vorn und machen Sie sich bewusst, was Sie im Leben bereits geschafft haben. Planen Sie Ihre Zukunft mit klaren, aber nicht unveränderlichen Zielen. Menschen wie Samuel Koch oder Natascha Kampusch sind Beispiele für die Überzeugung, ein Leben nach einem schweren Schicksalsschlag aus eigener Kraft wieder meistern zu können. Das gilt auch für Menschen, die viel verloren haben durch Krieg oder Naturkatastrophen.

anja

Wer wird denn gleich in die Luft gehen...?



Prost – und möglichst keinen Kater danach!

Das böse Erwachen nach einer großen Feier: ein Kater mit Brummschädel, „Brand“ und Übelkeit am nächsten Morgen. Der Preis für zu viel Alkohol wird ausgelöst vor allem durch Mangel an Wasser und Mineralstoffen im Körper. Ein paar kleine Vorkehrungen und Verhaltensweisen helfen, dass die Folgen des einen oder anderen Glases zuviel nicht so heftig ausfallen.

Trinken Sie nicht auf nüchternem Magen, sondern schaffen Sie eine gute Grundlage durch vor allem fettreiche Speisen. Allen voran sind dazu Nudelgerichte, Thunfisch in Öl, Pommes mit Mayonnaise, Bratwürstchen und Bratkartoffeln zu empfehlen. Dadurch verzögert sich die Aufnahme des Alkohols, denn je schneller er ins Blut gelangt, umso heftiger die Folgen. Beginnen Sie mit einem alkoholfreien Getränk, um den ersten Durst zu löschen – am besten mit Wasser. Essen Sie während der Feier auch mineralstoffreiche Snacks wie Käsehappen, Nüsse oder eine kräftige Suppe. Sie helfen, die vom Alkohol ausgeschwemmten Mineralstoffe zu kompensieren.

Lassen Sie möglichst kohlenstoffhaltigen Alkohol wie Sekt sowie warme Getränke mit viel Zucker, wie beispielsweise Punsch und Liköre, außen vor. Sie bewirken, dass der Alkohol seinen Weg besonders schnell in die Blutbahn findet.

Trinken Sie nach jedem alkoholischen Getränk ein Glas Wasser. Ihr Körper wird es Ihnen danken, da er dadurch weniger Alkohol aufnehmen muss und nicht so schnell austrocknet.

War der Geist willig, aber das Fleisch zu schwach und es hat Sie doch erwischt, trinken Sie nach dem Aufwachen viel Mineralwasser oder Fruchtsaftchorle und nehmen ein sauer-salziges Katerfrühstück, bestehend beispielsweise aus Hering, Sauerkrauteintopf, Oliven und sauren Gurken zu sich. Vor allem das Salz in diesen Speisen ersetzt die fehlenden Mineralstoffe. Schmerztabletten dagegen belasten die in den Stunden zuvor schon voll beanspruchte Leber zusätzlich. Essen Sie in kleinen Portionen, damit der Tag danach doch noch ein guter Tag wird.

Aufgeräumt werden kann an dieser Stelle auch mit einigen sicher gut gemeinten Ratschlägen: Ein Schnaps hilft bei der Verdauung. Dieser Satz ist schlichtweg unzutreffend. Alkohol beschleunigt weder die Magentätigkeit noch die Verdauungsfähigkeit der aufgenommenen Nahrung. Gerade das Gegenteil ist der Fall, Alkohol verschlechtert sogar die Nahrungsaufnahme im Darm, sodass der Magen am Ende länger gefüllt bleibt.

Ein Glas Sekt am Morgen hilft dem Kreislauf. Tatsächlich, ein Gläschen Sekt regt den Blutdruck an. Das zweite Glas Sekt macht uns dagegen müde.

Rotwein ist gut fürs Herz. Rotwein enthält als Inhaltsstoffe Polyphenole, der über das Protein Sirtuin der Vorbeugung von Krebs- und Herzinfarkterkrankungen dient. Der Vorteil ist nicht unumstritten: der positiven Wirkung stehen die Gefahren von bereits maßvollem Alkoholgenuss entgegen.

Alkohol ist und bleibt ein Nervengift und eine Droge. Alkohol hilft beim Einschlafen. Ja, Alkohol ermüdet, das Einschlafen wird erleichtert. Dickes „Aber“: der Schlaf ist schlechter, weil die sogenannten Tiefschlafphasen (REM-Phasen) nicht erreicht werden. Der Schlaf mit der promillehaltigen Einschlafhilfe ist also nicht so erholsam. Frauen werden schneller betrunken als Männer. Das ist so. Frauen haben mehr Flüssigkeit im Körper, weshalb sich die Alkoholkonzentration im Vergleich zu Männern höhere Werte erreicht. Zudem ist die Aktivität der weiblichen Leber geringer, weshalb Frauen schneller betrunken werden und den Alkohol auch langsamer abbauen.

„Geübte“ Trinker vertragen mehr Alkohol. Stimmt auch nicht; Einzig das Gehirn gewöhnt sich an Alkohol, die Leber jedoch nicht. Wenn Gewohnheitstrinker sich nicht betrunken fühlen, ist der Führerschein bei einer Kontrolle trotzdem genauso schnell weg. Da hilft auch fettiges Essen als Grundlage nicht. Einmal getrunken, erreicht der Alkohol früher oder später das Blut und der Kater kommt am Ende trotzdem.

Alkoholfreies Bier ist frei von Alkohol. Keineswegs, auch alkoholfreie Getränke können bis zu 0,5 Prozent Alkohol enthalten und gelten trotzdem als „alkoholfrei“. Erst ab 1,2 Prozent muss der genaue Alkoholanteil auf der Flasche stehen.

dx

Warum wird der Brummschädel als Kater bezeichnet?

Die üblen Nachwirkungen von zuviel Alkohol sind mit Sicherheit seit Jahrtausenden bekannt. Die entsprechende Betitelung als Kater ist jedoch erst für die Zeit ab Mitte des 19. Jahrhunderts belegt. Nach Heinz Küpper leitet sich der Kater möglicherweise von dem Wort Katarrh ab, das wiederum für Unwohlsein und Schnupfen steht. Eine zweite Erklärung zielt auf die Verkürzung des Wortes Katzenjammer ab.

Wissenswertes rund um das Thema „Alkoholfrei“

Alkoholfreie Bierspezialitäten haben in den letzten Jahren deutlich an Fahrt aufgenommen. Mittlerweile bevorzugt beinahe jeder zweite Deutsche (46 Prozent) alkoholfreie Biere – Tendenz steigend. Dabei macht alkoholfreies Weißbier (30 Prozent) einen großen Teil aus, dicht gefolgt von alkoholfreiem Pils (25 Prozent). Den Trend zu alkoholfreien Bierspezialitäten bestätigt auch die älteste Brauerei der Welt, die Bayerische Staatsbrauerei Weihenstephan.

Alkoholfrei bedeutet nicht, dass ein Getränk zu 100 Prozent frei von Alkohol sein muss. Die beiden Begriffe alkoholfrei und ohne Alkohol sind im deutschen Lebensmittelrecht keine Synonyme.

Ein alkoholfreies Getränk kann bis zu 0,5 % vol Alkohol enthalten.

Ein Getränk ohne Alkohol verspricht, dass es keinen (0,0 % vol) Alkohol enthält. Die geringen Mengen an Restalkohol sind gesundheitlich unbedenklich und nicht kennzeichnungspflichtig. Es gibt weitere Lebensmittel, die Alkohol enthalten, nicht aber gekennzeichnet werden müssen. Nach den Leitsätzen für Fruchtsäfte gilt z.B. ein Alkoholge-

halt von drei Gramm pro Liter Fruchtsaft als tolerabel. Das entspricht 0,38 Volumenprozent Alkohol pro Liter.

Worin liegt der Unterschied von alkoholfreien und leichten Bierspezialitäten?

Neben alkoholfreien Bieren und Bieren ohne Alkohol gibt es noch die Kategorie Leichtbiere. Ein Leichtbier hat einen reduzierten Alkoholgehalt, der bei ca. 2,5 % vol liegt. Gegenüber alkoholfreiem Bier sticht Leichtbier durch einen volleren Geschmack heraus, der deutlich näher an den eines regulären Biers herankommt.

Kann man aus jeder Biersorte eine alkoholfreie Variante brauen?

Grundsätzlich kann aus jeder Biersorte eine alkoholfreie Variante hergestellt werden. Der durch die Entalkoholisierung gewonnene reine Alkohol wird der Wiederverwendung zugeführt und an die Industrie weiterverkauft. Quelle: Bayerischen Staatsbrauerei Weihenstephan



Ein Feuerwerk - wie hier auf dem LWL-Gelände der Henrichshütte bei der Extraschicht - sieht super aus. Für Umwelt und Nachhaltigkeit steht der bunte Böllerspaß allerdings nicht unbedingt. Foto: Pielorz

Feuerwerk: Pro und Contra für den bunten Böllerspaß

Silvester 2019 wurden in Deutschland 122 Millionen Euro Umsatz erzielt - 2020 waren es 20 Millionen

Pro

Endlich! In diesem Jahr darf es wieder blitzen und knallen! Nach zwei Jahren Feuerwerkzwangspause aufgrund der Corona-Pandemie ist zu Silvester 2022 das Feuerwerk wieder erlaubt. Klar, die Städte werden teilweise Böllerverbotzonen einrichten - aber geschenkt. Das macht vielleicht durchaus sogar Sinn - Pyrotechnik und Reetdach vertragen sich auch nicht unbedingt.

In einer repräsentativen Befragung im Auftrag der Verbraucherzentrale Brandenburg stimmten 53 Prozent dafür, privates Feuerwerk zu verbieten - der Rest war für den Böller- und Raketenspaß. Gerade dann, wenn die Welt im Krisenmodus ist - und das wird ja wohl niemand bestreiten wollen - dann braucht der Mensch auch etwas Schönes für die Seele. Und für viele gehören die bunten Leuchten der Silvesterraketen vor allem zum Jahreswechsel einfach dazu. Was die Feinstaub-Debatte angeht: eine neue Studie des Bundesumweltamtes zeigt, dass es deutschlandweit in der Silvesternacht nur knapp 1.500 Tonnen Feinstaub sind. Das entspricht 0,0003 Prozent der CO₂-Emissionen im Land. Lohnt das die Diskussion? Klar, besonderen Sinn macht das Abbrennen von Feuerwerkskörpern nicht. Aber vielen Menschen macht es einfach Spaß. Es gibt auch noch mehr Dinge, die jetzt nicht wirklich Sinn machen - mit seiner Harley durch die Gegend cruisen zum Beispiel. Oder auf einem Schiff von A nach B zum Zeitvertreib fahren und dabei Golf spielen oder Tontauben schießen? Oder ein Trip mit einem Flieger irgendwohin für wenige Stunden... die Liste ist endlos. Wenn wir alles brandmarken wollten, was keinen tieferen Sinn hat. Unvernünftiger Spaß in Maßen hat im Leben auch seinen Platz. Ach ja, ein paar Arbeitsplätze der pyrotechnischen Industrie hängen da ja auch noch dran. Sollte man auch berücksichtigen.

Contra

Zwei Jahre (fast) himmlische Ruhe vor den bunten Böllern! Manchmal muss man die Menschheit zu ihrem Glück zwingen. Beispiele dafür gibt es genug: Rauchverbot in Kneipen, Helmpflicht, Anschlapppflicht wären ein paar solcher Beispiele. Unsachgemäßer Umgang mit Feuerwerkskörpern sorgt für Verletzungen, für Brände, für verschreckte Tiere und nicht zuletzt für Feinstaubbelastungen. Die Deutsche Umwelthilfe sagt: Die Knallerei in der Silvesternacht ist für Haustiere, aber auch Wildtiere und Nutztiere, ein Altraum! Der ohrenbetäubende Lärm und die hell leuchtenden Blitze lösen bei ihnen Stress, Angst und Panik aus. Haustierbesitzer bangen jedes Jahr um ihre treuen Begleiter, teilweise müssen Beruhigungsmittel eingesetzt werden. Außerdem produziert man jede Menge Müll. Deshalb gehört privates Feuerwerk schlicht verboten. Dafür steht die Petition #böllersfrei.

Man kann doch auch anders Silvester feiern und Spaß haben. Und das Geld kann man auch sinnvoller ausgeben. Übrigens: derjenige, der den Müll verursacht, muss ihn auch wegräumen. Die Stadtreinigung oder die Gemeinde ist dafür nicht verantwortlich. 191 Tonnen Silvesterabfall mussten die Abfallentsorger in den fünf größten Städten - Berlin, Hamburg, München, Köln und Frankfurt am Main - im Jahr 2019 entfernen.

Vom Feuerwerk profitieren nur die Hersteller und Vertreiber. Sollen die sich halt etwas anderes suchen. Wir können nicht das ganze Jahr über Nachhaltigkeit und Klimawandel diskutieren und an diesem Tag (oder besser: in der Nacht) sämtliche Argumente mit den bunten Raketen in den Himmel jagen. Da versteht auch die Dieseldebatte kein Mensch mehr. Deshalb sollte man das Feuerwerk grundsätzlich schlicht und einfach verbieten. *anja*

Die Weihnachtsbaumgutscheine gingen an:

Sabine-Bettina Both, Witten • Lothar Gwosdz, Sprockhövel • Martin Wagner, Hattingen • Anita Adolphs, Witten
Matthias Horstmann • Witten • Ulrich Mielicki, Sprockhövel • Claudia Hahn, Witten • René Thielemann, Hattingen
Lotta Braselmann, Witten • Silke Hirschel, Witten

Wir wünschen allen Gewinnern viel Spaß mit ihrem Gewinn und allen, Gewinnern wie Lesern, ein frohes Fest, schöne Feiertage und einen guten Rutsch!

Das Lösungswort unseres Kreuzworträtsels auf Seite 5 lautet: KRIPPENSPIEL



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

gardenen kriegler
wohnen ist mehr...

- Fensterdekorationen
- Sonnenschutz
- Insektenschutz
- Gardinenreinigung
- Wohnaccessoires
- Geschenkartikel

Obermarkt 8 • 45525 Hattingen
Tel. 0 23 24 / 2 26 75 Fax 0 23 24 / 90 07 06

KATHAGEN
media+kommunikation

Autobeschriftung & Folien

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

Reiseservice
Gabriela Bierwirth

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

Flyer & Prospekte

023 02/9 83 89 80

KATHAGEN
media+kommunikation

Herzforschung rettet Leben!

Ihre Spende hilft im Kampf gegen Herzkrankheiten - eines Tages vielleicht auch Ihnen.

Unterstützen Sie uns mit einer Spende!

Spendenkonto
DE71 5005 0201 0000 9030 00
herzstiftung.de/spenden

ImageMagazine
Ihre Magazine für Witten, Hattingen & Sprockhövel

DIE IMAGE-REDAKTION WÜNSCHT IHNEN FROHE WEIHNACHTEN UND EIN GUTES NEUES JAHR.

02302 9838980 | www.image-witten.de

Impressum

Titelbild:
Hattinger Skyline, Grafik: Rainer Schletter

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

Verlag und Redaktion:
Kathagen-media press
E-Mail: info@image-witten.de
www.image-witten.de

Anzeigen und Redaktion:
Barbara Bohner-Danz, Matthias Dix,
Cornelia Hamacher, Monika Kathagen, Jessica Niemerg,
Tilisa Mustafi, 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 23.500 Exemplare. Haus-
haltsverteilung u. a. in Zentrum, Welper, Blankenstein,
Holthausen, Winz-Baak, Niederwengern, Niederbors-
feld und z. T. Bredenscheid.

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

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 26.1.2023
Anzeigenschluss: Freitag, 13.1.2023



Winter



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

www.edeka-winter.de



Wir wünschen unseren Kunden ein besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Start in das Jahr 2023!



Auf 1300 m³ finden Sie, was Ihr Herz begehrt!

Unser Getränkemarkt mit separatem Eingang bietet auf 180 m² ein tolles Sortiment!



Alles für Ihre Silvesterfeier!

Wir LIEFERN Ihre LEBENSMITTEL! **FRISCHE-EXPRESS**



Kaufen Sie bei uns – WIR LIEFERN nach Hause!

INFO: Tel. 02324 / 93 50 98

Bestellen Sie von zu Hause – WIR LIEFERN!

Wir ♥ Lebensmittel.



Winter
Dorfstraße 21
45527 Hatt.-Holthausen