



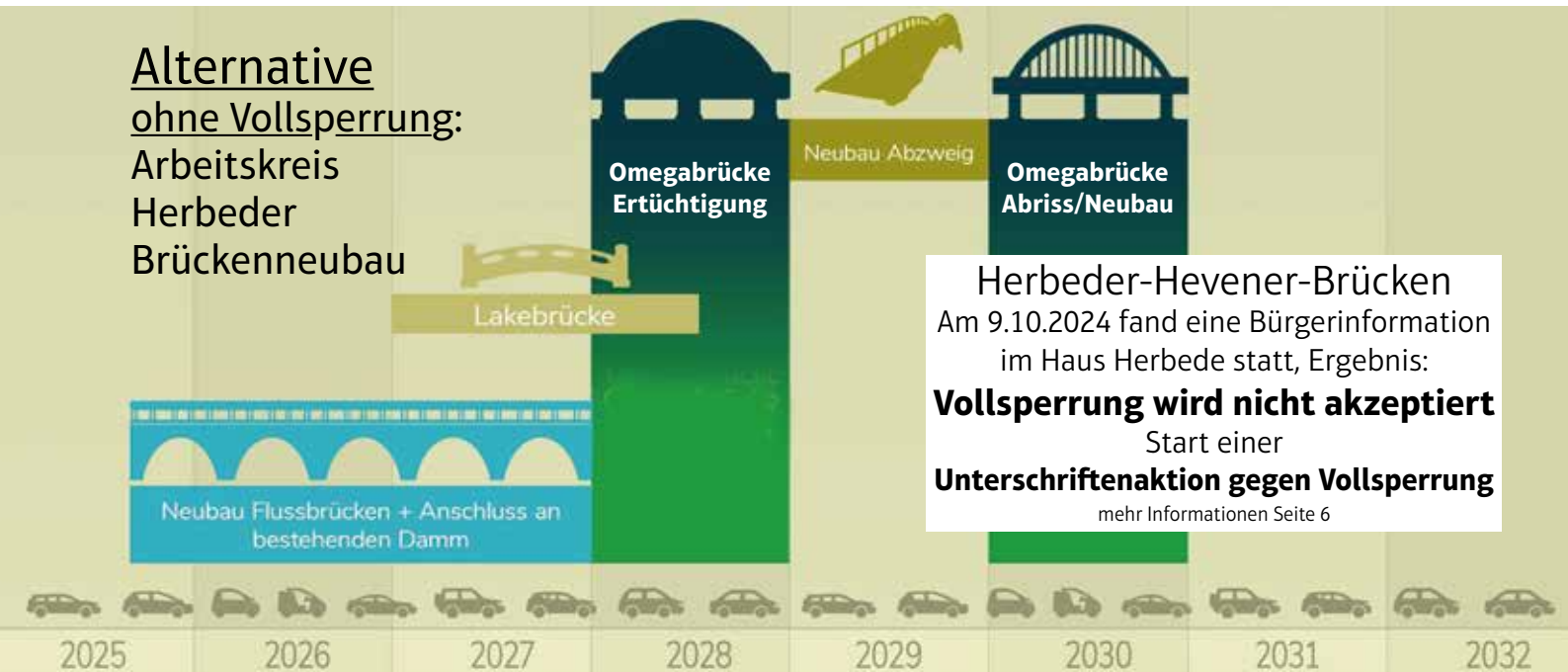
Plan
Stadtverwaltung

Brücken-Neubau Herbede



Bürgerveranstaltung: Eine Vollsperrung wird nicht mehr akzeptiert(!)

Alternative
ohne Vollsperrung:
Arbeitskreis
Herbeder
Brückenneubau



Kostenlose Informationsveranstaltung „Unabhängiger durch Solar & Wärmepumpe“

5. November 2024 um 18:00 Uhr

Kostenlose Anmeldung unter gernot-juergens.de/veranstaltung

Grundschötteler Str. 82, 58300 Wetter



Allianz Schwartz
Platz an der Schmiede 3

Liebe Leser,

da ist sie – die dunkle Jahreszeit. Die Tage sind kürzer, das Wetter kälter. Jetzt ist wieder der Zeitpunkt gekommen, an dem vielen bewusst wird, wie schnell auch dieses Jahr schon wieder an einem vorbeigerast ist. Wichtig ist jetzt, sich nicht runterziehen zu lassen und sich bewusst zu machen, dass das Jahr nicht an einem vorbeigerast ist, während man sich selbst im Stillstand befunden hat, sondern dass man sich selbst mit dem Jahr zusammen bewegt hat. Außerdem bleibt uns das Jahr 2024 ja auch noch zwei Monate erhalten. Und zwar mit der gemütlichen und besinnlicheren Zeit des Jahres.

Da ist es doch an der Zeit, vielleicht mal eine schöne Veranstaltung zu besuchen. Das Varieté et cetera und die Veranstaltung „Volksbank klassisch“ sind nur zwei der hundert Möglichkeiten in der Region. Oder Sie besuchen ein Musical. Das lohnt sich natürlich besonders, wenn man in dieser Ausgabe hier sogar Karten dafür gewinnen kann. Das Gewinnspiel für das Musical „Stell Dir vor“ finden Sie auf Seite 17.

Oder Sie nutzen jetzt die Chance, sich mit Ihrer Heizung oder vielleicht auch Wärmepumpe auseinanderzusetzen. Die Heizsaison beginnt und passenderweise steht direkt am 5. November eine kostenlose Infoveranstaltung parat. Weitere Infos finden Sie auf den Seiten 21-23.

Sie sehen also, wir haben wieder mal allerlei Themen für Sie zusammengestellt, damit Ihnen in der dunklen Jahreszeit bloß nicht langweilig wird oder gar die Decke auf den Kopf fällt.

Ihre Image-Redaktion

Rätselhaftes Foto

Wer kann dem Stadtarchiv helfen?

Rappellvoll mit Menschen, viele davon mit Hut, ist der Rathausplatz, das Rathaus selbst ist geschmückt mit Fahnen und Girlanden, Tauben fliegen in die Höhe. Dieses Motiv zeigt eine schwarz-weiße Fotografie, mutmaßlich aus den frühen 1950er Jahren. Doch was war da los? Das Stadtarchiv Witten rätselt und bittet um Hilfe! War womöglich jemand dabei und kann Hinweise geben?

Auskünfte zur näheren Identifizierung des Fotos kann man ab sofort an das Stadtarchiv Witten schicken unter Angabe des Betreffs „Fotorätsel Taubenflug“ per E-Mail an: stadtarchiv@stadt-witten.de. In der laufenden Ausstellung „Fest der Dinge“, die aus dem Projekt „Heimat Reloaded“ entstanden ist und im Märkischen Museum Witten noch bis zum 2. Februar 2025 gezeigt wird, präsentiert das Stadtarchiv Witten unter anderem das oben genannte Foto aus seinen Bildbeständen.

Ein Besuch der Ausstellung mittwochs bis sonntags von 12 bis 18 Uhr lohnt sich immer, denn dort werden einige spannende Objekte aus den stadtgeschichtlichen Objektsammlungen gezeigt, die von Teams aus dem Kulturforum Witten, Mitgliedern des Vereins für Orts- und Heimatkunde in der Grafschaft Mark und engagierten Mitforschenden aus Witten erarbeitet wurde. Der fotografierte Taubenflug ist eine Begleitinformation zu zwei Taubenuhren, die Teil der laufenden Schau sind.

Bargeldloses Bezahlen

Ob Lebensmitteleinkauf, in der Drogerie oder im Restaurant: die EC-Kartenzahlung (Girocard) ist im Alltag Standard geworden. Auch in der Stadtverwaltung ist das digitale Geld schon lange auf dem Vormarsch. Seit Mitte 2023 kann man Dienstleistungen bei der Stadt Witten auch mit zahlreichen Kreditkarten und kontaktlos (inklusive GooglePay, ApplePay) bezahlen.

Die Bürgerberatung Witten (BüBe) macht deshalb den Normalfall auch zur Regel. „Von der Bargeldannahme möchten wir uns jetzt vollständig verabschieden“, sagt BüBe-Leiterin Daniela Borsch. Den Einwand, einige Menschen wollten aber weiterhin lieber bar bezahlen, haben sie und ihr Team natürlich mitbedacht: „Im Ausnahmefall (EC-Karte vergessen, EC-Kartenzahlung mit technischer Störung) sind wir dazu noch in der Lage“, beruhigt Borsch. Ebenso klar ist aber auch: „Wir halten den Schritt für zeitgemäß.“ Schon die letzten wenigen Barzahler, die man nach der Möglichkeit einer EC-Zahlung gefragt hat, haben das gerne ermöglicht.

Mit welchen Karten kann man jetzt bei der Stadt Witten bezahlen?

Eigentlich mit allen (gängigen) deutschen und internationalen Karten. Weiterhin wird natürlich die Girocard (EC-Karte) akzeptiert, neuerdings auch die in Europa gängigen VISA und Mastercard Kreditkarten, aber auch die eher in Amerika üblichen Diners-Club und American Express Kreditkarten, sowie die eher im asiatischen Raum üblichen JCB Karten. Außerdem funktionieren die „kleinen Geschwister“ der Kreditkarten Maestro und V-Pay.

Alle Karten funktionieren sowohl im Gerät als auch kontaktlos, indem man sie an das Display hält – sofern die Karte das unterstützt.

„Nachhaltig Leben in Witten“

Ob fair gehandelter Kaffee, nachhaltige Mode, ein genossenschaftlich organisierter Regionalladen oder weitere Initiativen, die Genuss, Nachhaltigkeit und soziale Verantwortung vereinen: Witten hat viele lebendige und nachhaltige Orte, die Umweltbewusstsein, soziales Engagement und Unternehmergeist vereinen. Mehr als 40 davon sind nun im Stadtführer „Nachhaltig Leben in Witten“ aufgeführt. Herausgegeben von der Universität Witten/Herdecke (UW/H) und der Stadt.

Einladung, nachhaltige Orte der Stadt zu erkunden

Der Wegweiser wurde entwickelt, um die zahlreichen Projekte, Start-ups und Geschäfte sichtbar zu machen, die Witten zu einer lebenswerten Stadt machen. „Wir möchten die Vielfalt nachhaltiger Initiativen zeigen und insbesondere neue Studierende sowie Bürgerinnen und Bürger dazu einladen, die kreativen und nachhaltigen Orte in unserer Stadt zu erkunden und zu unterstützen“, sagt Stella Bünger, Projektkoordinatorin der Vernetzungsstelle Nachhaltigkeit an der UW/H.

Stadtführer auch ein Aufruf, nachhaltiges Leben mitzugestalten

Der Stadtführer wurde von den Stadtwerken, der AHE GmbH, der Universitätsgesellschaft sowie dem Fonds für studentische Initiativen finanziell unterstützt. „Er zeigt eindrucksvoll, wie vielfältig und engagiert sich Bürgerinnen und Bürger, Studierende und Unternehmen in Witten für nachhaltigen Konsum und zukunftsfähige Lebensstile einsetzen“, betont Julia Pfannkuch, Pressereferentin der Stadtwerke Witten.

Vorgestellt werden unter anderem das „Kijamii Café“, die „Ruhrtal Ranger“ und das Projekt „nouranour“, das nicht nur nachhaltige Mode anbietet, sondern auch Nähkurse, Upcycling-Workshops mit Kinderbetreuung und Sprachkurse, des Weiteren der Verein, der sich um den Erhalt des denkmalgeschützten Fachwerkhäuses „Günemann-Kotten“ einsetzt und nachhaltiges Gärtnern fördert, der genossenschaftlich organisierte Regionalladen „Grüne Perle“, die Fahrradwerkstatt „Radgeberin“, der Unverpacktladen „Füllbar“ und viele weitere Orte, an denen nachhaltige Ideen zum Leben erweckt werden.

Der Wegweiser „Nachhaltig Leben in Witten“ ist online unter www.uni-wh.de/wegweiser und kurzfristig auch auf www.witten.de abrufbar.



WINTERSHOW
vom 8. November bis 2. März 2025

Lebe das Leben! In dieser Show brennt das Feuer Spaniens lichterloh auf der Bühne des Varietés et cetera. Irre Comedy und atemberaubende Artistik, begleitet von virtuosen spanischen Gitarrenkünstern, garantieren beste Unterhaltung und versetzen Euch in Urlaubsstimmung!

Los Machos, mit sexy Rhythmen und spanischer Leidenschaft lassen die zwei Amigos Carlos und Miguel keine Wünsche offen und kein Auge trocken. Sie singen, tanzen, zaubern, werfen ihre spanischen Gitarren in einem wilden Tempo durch die Luft und nehmen euch mit auf eine Reise zu musikalischer Comedy und virtuosem Wortwitz. Dabei liefern sich diese verrückten Latinos ein aufregendes Duell darum, die Gunst des Publikums und vielleicht der einen oder anderen Señorita zu gewinnen. Zum Beispiel die von Alona Shapoval, die an der senkrecht stehenden Pole-Stange kopfüber oder nur an einem Knie hängend schwierigste Tricks präsentiert und sinnliche Bewegungen mit kraftvoller Artistik verschmelzen lässt. Oder ist die Auserwählte etwa Luftakrobatin Beatriz Corral - die temperamentvolle Spanierin, die mit viel Leidenschaft und Körperbeherrschung waghalsige Stunts vollführt und Ihr seidiges Vertikaltuch um ihren Körper schmiegt, als wäre es ein heißer Tanz in einem Flamenco-Kleid?

Das Duo Albina & Andrei bringt den Geist des Sports in die Variété-Kunst und ist Meister darin, waghalsige Figuren mit einer nicht unerheblichen schauspielerischen Leistung in einer sinnlich-temperamentvollen Partner-Akrobatik zu vereinen. Hier verschmelzen Kraft, Körperbeherrschung und Anmut in ihrer schönsten Form. Mit krasser Dynamik und reichlich Charme begeistert Tempojongleur Gregoriy Lovygin nicht nur die Señoritas, wenn seine unzähligen Bälle spektakulär in unglaublichen Arrangements wie von Geisterhand immer wieder zu ihm zurückkehren. Diese Jonglage ist laut und modern!

Noch rasanter geht es in beim Duo Skating Phoenix zu. Das aus Kuba stammende Paar Yordani & Sirena gehört zu den wenigen Weltklasse-Rollschuh-Artisten, die sich nur an den Zähnen hängend vom Partner um die eigene Achse wirbeln lassen. Das ist Nervenkitzel pur und bescherte Ihnen in der TV-Sendung „Bulgaria got Talent“ den „Goldenen Buzzer“. Mit seiner Herzdame kombiniert Gregoriy Lovygin in seiner zweiten Performance als Duo Oksana & Gregoriy erstklassige Luftakrobatik mit ausdrucksvollem Tanz. Vereinigung, Kampf und Versöhnung in der Luft - die Geschichte einer Liebesbeziehung. Bei dieser poesievollen Paar-Trapeznummer paaren sich Eleganz, Leidenschaft und schwierigste Akrobatikerelemente zu einem

wahren „Spiel der Liebe“. Viva la Vida! Die Wintershow mit handverlesenen Weltklasse-Artisten und den völlig irren Vollblut-Entertainern „Los Machos“ strapaziert eure Lachmuskeln aufs Äußerste und verwandelt den stressigen Alltag in eine einmalige Fiesta Grande!



VARIÉTÉ et cetera
BOCHUM

ARTISTIK.COMEDY.GASTRONOMIE.



08. Nov. 2024 - 02. März 2025



DAS PERFEKTE GESCHENK!
GUTSCHEINE & TICKETS

Viva la Vida!

SHOWS: Do. u. Fr. 20 Uhr | Sa. 16 & 20 Uhr | So. Brunch & 19 Uhr o. Satt & Lustig

WWW.VARIETE-ET-CETERA.DE

Karten in den Filialen der Volksbank Sprockhövel

VOLKSBANK
klassisch

Rhein-Ruhr Philharmonie | Das Herbstkonzert
LWL-Museum Henrichshütte/Gaskraftwerk Hattingen
Sa, 16.11.2024, 20 Uhr | 17€ | 15€ erm.

PROGRAMM Sergej Prokofjew Symphonie classique, D-Dur, op. 25 |
Peter I. Tschaikowski Rokoko-Variationen in A-Dur, op. 33 für Cello und Orchester |
César Franck Symphonie in d-Moll
SOLISTIN Franziska Batzdorf Violoncello
DIRIGENTIN Silke Lohr



Grandiose Eröffnungsparty

2. November, ab 12 Uhr

Erleben Sie am wunderschönen Kemnader See die Genussbude der POTT BAKERY.

Außergewöhnliche Crêpes- und Waffelkreationen, original ital.



Eis, echten Handwerkskuchen sowie köstliche Kaffeespezialitäten in einer bezaubernden Atmosphäre. Am 2.11. um 12 Uhr steigt die Eröffnungsparty unter der Adresse: Oveneystrasse 69, Bochum.

TG Herbede: Sport für Männer

Hallenfußball, Ballspiele + mehr, Seniorensport

Die Turngemeinde bietet für Männer drei Sportgruppen in der Herbeder Turnhalle an. Die etwas Jüngeren treffen sich montags ab 19.30 Uhr zum Hallenfußball. Der Donnerstag ist ab 19.30 Uhr für die Sportgruppe Ballspiele und MEHR für JEDERMANN vorbehalten. Am Freitag, ebenfalls ab 19.30 Uhr, sind die Senioren ab 65 Jahre an der Reihe. Nach der Gymnastik stehen ebenfalls Ballspiele auf dem Programm. Alle Gruppen, besonders die Sportgruppe - Ballspiele und MEHR für JEDERMANN - würden sich über Verstärkung freuen. Einfach mal den inneren Schweinehund überwinden, die Sporttasche packen und einmal an einer Probestunde teilnehmen. Dies gilt natürlich auch für die anderen Sportgruppen, sei es Yoga, Aerobic usw. siehe: www.tg-herbede.de.

„Wort*Schatz“-Lesung



Die gut besuchte 13. Lesung der Wittener Autorengruppe „Wort*Schatz“ fand erstmals im Gewölbekeller des Pfannkuchenhofes in Herbede statt. Der Wittener Autorentreff lädt dagegen für den 23.11.24 ab 16 Uhr in das Haus Witten ein.

„Angemessen“ lautete das diesjährige Leitthema der Textsammlung, unter der die Wittener Autorengruppe „Wort*Schatz“ bereits zum 13. Mal die Lesung ihrer Kurzgeschichten und Gedichte durchführte. Neu war, dass die Veranstaltung erstmals im 250 Jahre alten steinernen Gewölbekeller des Pfannkuchenhofes in Herbede stattfand. 60 Besucher hatten die Einladung gerne angenommen und füllten den Keller aus. Sehr erfreut zeigte sich auch Helmut Rinke, einer der Autoren von Wort*Schatz, über das Ambiente: „Ein volles Haus und ein Ort nicht nur nicht nur für Rittermahle, sondern auch für kulturelle Veranstaltungen dieser Art.“ Angemessen eben, wie auch schon das Leitthema der Lesung überschrieben war. Es zog sich dann auch durch alle Geschichten und Gedichte der Autoren hindurch.

Lesung im Haus Witten

Gleicher Autor, andere Gruppe: Herzlich lädt Helmut Rinke auch im Namen des Wittener Autorinnen- und Autorentreffs zur Jahreslesung (23. November 2024 um 16 Uhr ins Haus Witten) ein. Sechzehn Autoren lesen dort ihre Gedichte und Geschichten zum Thema „über.leben“ vor und Martin Brödemann sorgt am Flügel für den musikalischen Rahmen. Der Eintritt ist frei. dx



23. November, Haus Witten

Kindertreff Herbede - Programm November

Wilhelmstr. 4 - 58456 Witten - Telefon: 2052016 - Fax: 2052017
 kindertreff-herbede@drk-witten.de
 „kindertreff.drk-witten.de“ & „herbeder-grundschule.de“
 Mo - Fr 15:00 - 18:00 Uhr
Alle Kinder zwischen 6 und 12 Jahren sind willkommen!

Mo	04.11.2024	Basteln: Wir basteln Weihnachtsdekoration
Di	05.11.2024	Schnitzen: bei gutem Wetter im Schulgarten
Mi	06.11.2024	Wanderung: Anmeldung bis zum 04.11.2024
Do	07.11.2024	Näh-AG: Wir starten mit der Näh-AG
Fr	08.11.2024	E-Games: Elektronische Spiele auf der Leinwand
Mo	11.11.2024	Backen: Wir backen Plätzchen
Di	12.11.2024	Kreativwerkstatt: Wir filzen mit Wolle
Mi	13.11.2024	Feuer-AG: für die Kinder der Feuer-AG geht es heute weiter
Do	14.11.2024	Näh-AG: Wir starten mit der Näh-AG
Fr	15.11.2024	Theaterspiel: Beginn der Proben für ein Weihnachtslichtspiel
Mo	18.11.2024	Backen: Wir backen Plätzchen
Di	19.11.2024	Kreativwerkstatt: Wir bauen Futterhäuschen
Mi	20.11.2024	Nachtwanderung: Anmeldung bis zum 19.11
Do	21.11.2024	Näh-AG: weiter geht es mit der Näh-AG
Fr	22.11.2024	Theaterspiel: Proben für ein Weihnachtslichtspiel
Mo	25.11.2024	Basteln: Wir basteln Weihnachtsdekoration
Di	26.11.2024	Backen: Baubeginn eines Lebkuchenhauses
Mi	27.11.2024	Feuer-AG: für die Kinder der Feuer-AG geht es heute weiter
Do	28.11.2024	Näh-AG: weiter geht es mit der Näh-AG
Fr	29.11.2024	Theaterspiel: Proben für ein Weihnachtslichtspiel

☎ : Treff-Kiosk ab 16 Uhr 🔒 : Treff-Räume geschlossen
 Anmeldungen (falls notwendig) bitte immer über die Email-Adresse, über die auch ein Newsletter für die jeweils aktuellsten Informationen abonniert werden kann: kindertreff-herbede@drk-witten.de

16. November
 Henrichshütte



Die Cellistin Franziska Batzdorf ist Solistin beim Herbstkonzert der Rhein-Ruhr Philharmonie in der Henrichshütte.

Foto: Susane Diesner

Charmant + elegant

Um 20 Uhr laden der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL), die Volksbank Sprockhövel eG sowie die Rhein-Ruhr Philharmonie (RRP) unter Dirigentin Silke Lohr zum Herbstkonzert in der Reihe „Volksbank.klassisch“ ins LWL-Museum in Hattingen ein.

Der Abend führt romantische Meisterwerke des späten 19. Jahrhunderts zusammen. Auf dem Programm stehen Werke von Prokofjew, Tschaikowski und Franck. Uraufgeführt wurden die Stücke in St. Petersburg (Prokofjew 1918), Moskau (Tschaikowski 1877) und Paris (Franck 1889). Gemeinsam sind den drei Werken „ihr Charme, ihre Eleganz und eine spielerische Leichtigkeit“, erklärt Thomas Döller, künstlerischer Leiter der RRP. „Alle drei Komponisten arbeiten mit gleichermaßen unterhaltsamen wie humorvollen Reminiszenzen an das klassische musikalische Erbe.“ „Symphonie classique“ eröffnet das Konzert. Es folgt die „Erste Symphonie“ des in Lütlich geborenen César Franck.

Solistin der folgenden „Rokoko-Variationen für Violoncello und Orchester“ von Pjotr Tschaikowski ist die Solo-Cellistin der Dortmunder Philharmonie Franziska Batzdorf. Das Stück gilt aufgrund seiner „Mozartischen Leichtigkeit“ heute als eines der populärsten Werke Tschaikowskis.

Tickets zum Preis von 17 Euro (ermäßigt 15 Euro) gibt es in den Filialen der Volksbank Sprockhövel sowie an der Abendkasse.

Fehlerteufel zugeschlagen...

Beim Aufruf, sich für den Ehrenamts-Workshop des Quartiersbüros Heven-Ost /Cregeldanz anzumelden, ist ein Fehler bei der Telefonnummer passiert.

Die richtige Nummer muss lauten: **02302 28143-25.**

Fleischwaren Kruse ist zurück!

Herbeder freuen sich über Rückkehr

Fast ein Jahr lang war Herbede ohne Metzgereigeschäft, da aufgrund von Personalmangel „Fleischwaren Kruse“ an der Meesmannstraße vorübergehend schließen musste. Der Familienbetrieb unter Metzgermeister Bernd Kruse führte zwar noch sieben andere Filialen in Bochum, aber für Herbede war vor einem Jahr erst einmal das Aus gekommen. – Diese Zeit ist zum Glück vorbei!

Mit viel Freude unter den Herbedern und gutem Zulauf hat Bernd Kruse seine Filiale in Herbede nun wiedereröffnen können. „Es ist nicht leicht Nachwuchs zu finden“, erklärt er. Seit Anfang Oktober gibt es wieder frische Wurst- und Fleischspezialitäten, vorwiegend aus regionaler Herstellung und sogar eigener artgerechter Rinderhaltung. Neunzig Prozent der Wurstwaren sind aus eigener Herstellung und auch alle Fleisch- und Kartoffelsalate werden noch in Eigenarbeit liebevoll selber hergestellt. Die neuen Öffnungszeiten sind: montags bis donnerstags von 8 bis 14 Uhr, freitags von 8 bis 18 Uhr und samstags von 8 bis 13 Uhr. Filialleiterin Janet Radekamp und ihre Kolleginnen Ruth Schoppmeier und Anita Hirt stehen nun wieder für Sie bereit.

... für Kenner & Geniesser

Bochums einzige Fleischerei mit eigener Rinderhaltung

Telefon (02 34) 49 24 03

DER PARTYSERVICE
WIR KOCHEN MIT HERZ

Fordern Sie unseren neuen Partyservice-Prospekt an

Telefon (02 34) 49 56 00

Gemütlicher Herbst im Restaurant Jever Krog
 mit der friesischen Note

Beginn der Gänsesaison: Brust oder Keule
 auch „to go“

Weihnachtsfeiern Jetzt rechtzeitig reservieren!

Lecker Grünkohl!

Sa., 16. November, ab 19 Uhr, Teil 2

Hoppla, Tante Gertrud kommt
 Karten ab sofort erhältlich, pro Person **15,90 €**

Ihre Feier oder Beerdigungskaffee führen wir auch außerhalb unserer Öffnungszeiten gerne für Sie durch.

Öffnungszeiten:
 Mi. bis So. 12.00 bis 14.00 und ab 17.30 Uhr
 Mo. u. Di. Ruhetag

Meesmannstraße 103 · Witten-Herbede · ☎ 02302/73605
www.jeverkrog.com · E-Mail: info@jeverkrog.com

schreiben – lesen – schenken

Storchmann

Ihr Fachgeschäft in Herbede

Save the date!

Tornister-Messen

in Herbede: 1. Februar 2025 von 9 -15 Uhr
im Autohaus Kogelheide

in Hattingen: 22. Feb. 2025 von 10 -14 Uhr
in der Gebläsehalle

Sichern Sie sich JETZT Ihren persönlichen Beratungstermin

☎ **0 23 02 9 17 50 40**

Witten-Herbede: Meesmannstr. 47

E-Mail: pbs@storchmann.de

Herbst- und vorweihnachtlicher Basar im Jever Krog

Do. 14. November
 Fr. 15. November

Nachdem unser letzter Hausbasar ein voller Erfolg war, laden wir Freunde und Besucher zum unserem Herbst- und vorweihnachtlichen Basar in den Jever Krog ein. Dieser findet Donnerstag, 14. November, von 11 Uhr bis 23 Uhr und am Freitag, 15. November, von 11 Uhr bis 15 Uhr statt. Viele unterschiedliche schöne unterschiedliche Dinge warten auf die Besucher. Kommen und stöbern Sie in Ruhe! Wir verwöhnen Sie mit Kaffee und Tee sowie hausgemachtem Waffeln. Der Erlös des Basars wird gespendet.

Karsten Laux und Team

Feuerwerk: Genehmigungen

Während an Silvester und Neujahr ausnahmsweise jeder und jede ein Feuerwerk abfeuern darf, bedarf es außerhalb dieses Zeitraums eines besonderen Anlasses. Dafür muss bei der Stadt eine gebührenpflichtige Ausnahmegenehmigung eingeholt werden. Schließlich macht so ein Feuerwerk ordentlich Krach und erzeugt unter anderem Feinstaub.

Private Feuerwerke nur bei besonderen Anlässen erlaubt

Zu den besonderen privaten Anlässen gehören etwa Hochzeiten, Polterabende, besondere runde Geburtstage, oder auch runde Vereins- oder Firmenjubiläen, die man mit einem Feuerwerk krönen möchte. Die Gebühr für ein privates Feuerwerk beträgt 100 Euro und für ein Bühnenfeuerwerk 50 Euro. Übrigens: Das unerlaubte Abbrennen eines Feuerwerks kann richtig teuer werden. Hier kann die Geldbuße bis zu 5.000 Euro betragen. Infos sind nun unter www.witten.de unter dem Stichwort „Feuerwerke“ abrufbar.

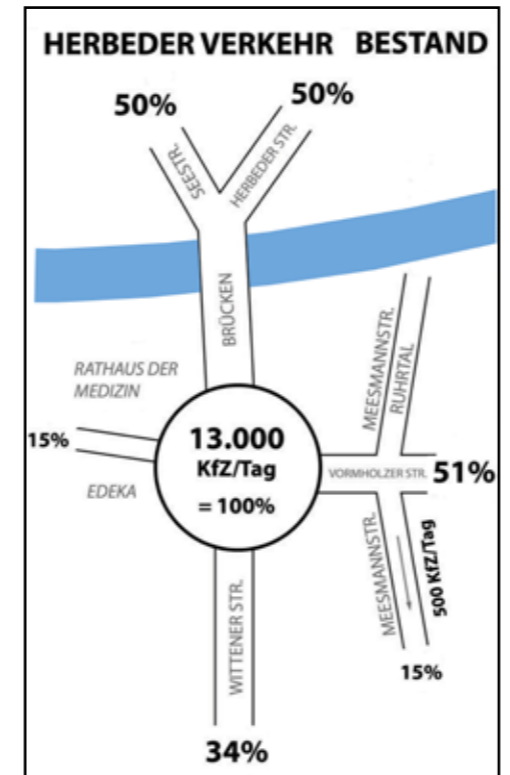
Auswirkung minimieren: Es geht auch ohne Vollsperrung (!)

**Keine Vollsperrung
Brückenabzweig
statt jahrelanges Verkehrschaos!**

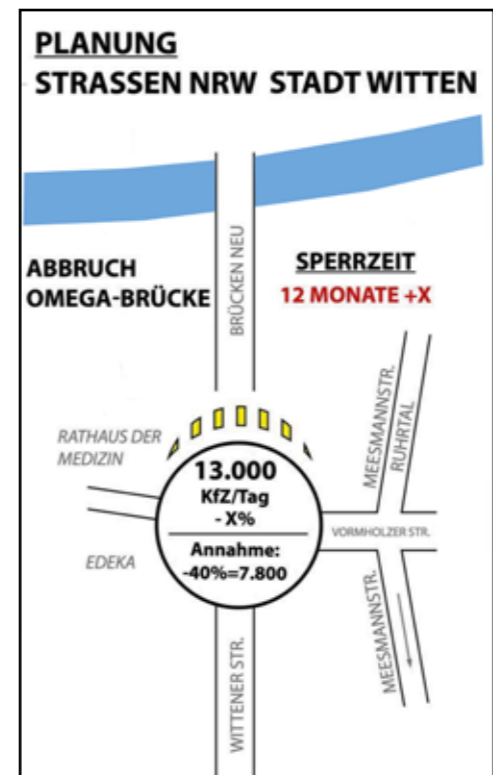
**Abriss der Omegabrücke
nicht
vor Fertigstellung des
Brückenabzweigs**

Brückenneubau - Deutschlandweit ein Reizthema. Ob die Rahmedetalbrücke in Lüdenscheid, die Rheinbrücke bei Bonn, oder oder oder. Bauzeiten werden nicht eingehalten, die Auswirkungen auf Anwohner und Pendler nicht berücksichtigt - einfach gesagt - CHAOS für die Betroffenen.

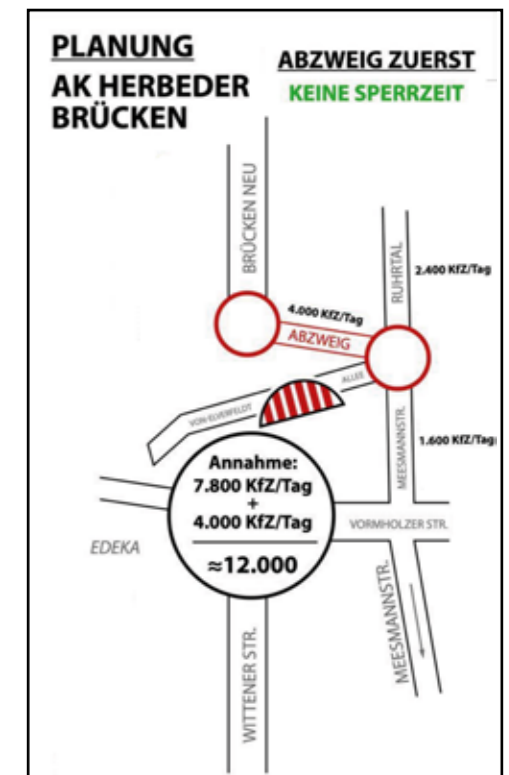
Nachdem durch Einwände der Bürger eine über mehrere Jahre dauernde Vollsperrung beim Herbeder-Hevener Brückenneubau inzwischen vom Tisch ist, geht es jetzt darum, eine Vollsperrung ganz zu verhindern.



Aktuelles Verkehrsaufkommen (ca. 13.000 Kfz/Tag) Abfluss über Brücke, Vormholz, Autobahn etc.



Geschätztes Verkehrsaufkommen (ca. 7.800 Kfz/Tag) bei Vollsperrung (12 Monate plus x)



Verkehrsaufkommen (ca. 12.000 Kfz/Tag) ohne Vollsperrung

Mehr Infos oder wenn Sie den Arbeitskreis Herbeder Brückenneubau unterstützen möchten:
<https://www.rathausdermedizin.de/Herbeder-Bruecken.pdf> · Dieser Link führt direkt auf die Vortragsfolien der Bürgerinformationsveranstaltung.
<https://www.openpetition.de/petition/online/keine-vollsperrung-ruhrbruecken-und-abzweig-sofort> · Dieser Link führt zur Online-Petition.



Arbeitskreis Herbeder Brückenneubau

Nachvollzieh- und umsetzbare Vorschläge wurden über Jahre vom Arbeitskreis Herbeder Brückenneubau (Dieter Boele, Gerd Frahne, Dominik Grütter, Irina Heckmann, Benno Jacobi, Harald Kahl, Philipp Kawalek, Michael Loeken, Dr. Arne Meinshausen, Jörg Rumberg, Dr. Gabriele Voss) in Gesprächen mit der Stadt Witten und Straßenbau NRW eingebracht und in die Planung integriert.

Zur Bürgerinformationsveranstaltung am 9. Oktober kamen 130 interessierte Bürger. Die Veranstaltung verlief sehr harmonisch und war durch eine konstruktive Bürgerdiskussion geprägt. Dr. Arne Meinshausen stellte die wichtigsten Positionen des Arbeitskreises Herbeder Brücken vor:

Möglichst zügiger Neubau der Flussbrücken über Ruhr und Mühlengraben in Parallellage zur jetzigen Brücke.

Möglichst zügiger Neubau des Brückenabzweigs ins Ruhrtal zur Von-Elverfeldt-Allee bis kurz vor den Bahnübergang Meesmannstraße.

Anschluss der alten Omegabrücke an die fertiggestellten Flussbrücken und Ableitung von Teilverkehren zum Herbeder Ortskern über den Brückenabzweig, erst anschließend Abriss und Neubau der Omegabrücke bis zum Kreisverkehr Herbede.

Durch diese Reihenfolge kann eine ca. 1-2-jährige Vollsperrung der Flussbrücken verhindert werden. Da die Herbeder Flussbrücken die Hauptverkehrsader nach Heven, Witten und Bochum sind, können hierdurch erhebliche, zum Teil existentielle Nachteile für die Herbeder Bürger, Geschäfte und Medizinversorger verhindert werden.

Der Neubau der Lakebrücke sollte nach Ansicht des Arbeitskreises kein Monumentalbau sein und in ein sicheres Freizeitverkehrskonzept eingebunden sein.

Wie kann eine Vollsperrung der Flussquerungen verhindert werden?

- Brückenabzweig in Höhe Haus Herbede vom Rat der Stadt Witten beschlossen. Positive Machbarkeitsstudie
- Erhebliche Vorteile für die regionale Bevölkerung, Freizeitverkehre und Betriebe.
- Neue Flussbrücken an die alte Omegabrücke anschließen (geplant).
- Brückenabzweig fertigstellen und an die neue Trasse anschließen.
- Gegebenenfalls vorher Standzeit der Omegabrücke durch einfache Stützungsmaßnahmen verlängern.
- Omegabrücke erst abreißen, wenn (Teil-) Verkehre über Brücken abzweig fließen können.



Der Sparkassen-Privatkredit mit Top-Beratung.

Setzen Sie auf verantwortungsvolle Beratung statt auf gut gemeinte Ratschläge: Denn mit uns finanzieren Sie Ihre Vorhaben nicht nur sicher und schnell, sondern auch transparent und flexibel. Jetzt informieren – direkt in Ihrer Filiale oder online unter: sparkasse-witten.de

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse Witten

Der Heimat- und Geschichtsverein Bommern stellt seinen Kalender für 2025 vor. Historische und aktuelle Motive aus der örtlichen Landwirtschaft sind zu sehen. Dabei wird ein Einblick in die Entwicklung der Landwirtschaft im Laufe des letzten Jahrhunderts gegeben, bei der Grundnahrungsmittel und Rohstoffe für Leinen und Tücher erzeugt wurden. Frühzeitig wurden hochwertige landwirtschaftliche Nutzgeräte verwendet. Bei der Ernte musste die ganze Familie mithelfen - auch die Kinder! Mittlerweile hat auch der biologisch-organische Landbau seinen Einzug in Bommern bereits vollzogen. Das Korn wurde bis zum Beginn des letzten Jahrhunderts in einer Windmühle in unmittelbarer Nä-

Historische Motive Bommerns



he des heutigen Wasserturms gemahlen. Sie ist sogar noch auf dem Panoramafoto von Goebel aus dem Jahre 1886 zu erkennen. In Dampfbäckereien wurde Brot gebacken und im Verkaufswagen nach Witten befördert. Milchlieferanten, d.h. Kötter vor allem aus Bommerholz, belieferten noch lange Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg die Molkerei in Witten. Die Fotos stammen von Sabine Laschat, die Texte wurden von Klaus Wiegand hinzugefügt. Der Kalender ist in den Formaten DIN A 3 und DIN A 4 im SMC Shop Bundesverlag am Bodenborn und bei Lehmkul am Rathausplatz ab Ende Oktober erhältlich. Der große Jahreskalender 2025 kostet 12,50 Euro, der kleine 9,50 Euro.



Fest mit toller Stimmung Senioren legen flotte Sohle aufs Parkett

Bewohnerinnen und Bewohner des Seniorenheims der Ev. Stiftung Volmarstein sangen zusammen mit Angehörigen und Mitarbeitenden bekannte Lieder wie „Über den Wolken“ oder „Rosamunde“ Und einige - siehe Foto - legten sogar eine flotte Sohle aufs Parkett...



30. November
Einlass 15 Uhr | Beginn 16 Uhr
Tus Bommern Sportzentrum

Lyra Weihnachtsgala

Seit Juli erreichten den Chor schon die ersten E-Mails und Anrufe mit der Frage: „Wann gibt es denn endlich die Karten für die **Weihnachtskonzerte im Saalbau?**“ Die Sänger wissen: spätestens, wenn die Heizung wieder angeschmissen wird und uns in den Supermärkten das erste Weihnachtsgebäck anlächelt, dann ist es höchste Zeit mit der Vorbereitung der Weihnachtskonzerte zu beginnen. Der Chorleiter tüftelt ein Programm aus, Noten werden bestellt und in den Mappen bereitgestellt. Dann geht es an die Proben, denn so ein Programm braucht schließlich den ganzen Herbst, bis es gut sitzt! So manch ein Anwohner der Kapellenstraße mag daher wohl geschmunzelt haben, als „Frosty the Snowman“ bei noch wohligen 25 Grad mit der letzten sommerlichen Abendsonne aus dem Gemeindehaus drang. Es gibt die Karten zum Preis von 23 EUR beim Saalbau sowie bei allen CTS-Vorverkaufsstellen (z.B. Stadtmarketing zzgl. Vorverkaufsgebühr). Auch in diesem Jahr sollen die beiden Gala-Konzerte zu einem musikalischen Highlight werden. Mit einem abwechslungsreichen Programm bieten sie die perfekte Gelegenheit, dem hektischen Treiben der Adventszeit zu entfliehen und sich in festliche Stimmung zu versetzen. Das Programm verspricht eine bunte Mischung von Melodien - traditionelle und moderne internationale Weihnachtslieder, klassische Klänge, ein wenig Gospel - denn langweilig soll es nicht werden!

Unter der bewährten musikalischen Leitung und charmanter Moderation von Stefan Lex wird das Programm auch solistisch bereichert. Die schon von vielen Lyra-Konzerten bekannte Sopranistin Christiane Linke aus Wuppertal, der Bass Christopher Jähmig vom Opernhaus Bonn (in diesem Jahr in Wagners Meistersingern und Puccinis Tosca) und die Pianistin Sigrid Althoff sorgen für unvergessliche Momente. Verpassen Sie nicht die Gelegenheit, sich von der Lyra in eine zauberhafte Weihnachtswelt entführen zu lassen.



Samstag, 8. Dezember, 16.30 Uhr
und Sonntag, 9. Dezember, 16.30 Uhr

REWE

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



eine Flasche* 0,275 l Veltins helles Lager

Besser einkaufen. Seit 1962. Einzulösen bis zum 9.11.2024.



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



Qualität ist unser Prinzip

Im Hammertal 81 - 83 | 58456 Witten

Kreistagsbesuch in Buchholz

Besuch aus der SPD-Kreistagsfraktion hatte der SPD-Ortsverein Buchholz-Kämpen im Oktober bei seiner für alle Bürgerinnen und Bürger offenen Mitgliederversammlung im Haus Hammerthal. Fraktionsvorsitzender Daniel Pilz und das Herbeder Kreistagsmitglied Georg Klee berichteten über die Aufgaben des Ennepe-Ruhr-Kreises und seine finanziellen Verhältnisse, die infolge der von den Gemeinden des Kreises zu tragenden Kreisumlage auch auf die Finanzlage der Städte einwirkt. Die Teilnehmer an der Veranstaltung zeigten reges Interesse und trugen zum Gelingen eines lockeren, informativen Abends bei, für den sich Ortsvereinsvorsitzender Martin Kuhn bei Referenten und Besuchern herzlich bedankte.



Lehrschwimmbecken zu

Aufgrund aktueller Personalausfälle kann das Lehrschwimmbecken in Buchholz bis auf Weiteres nachmittags nicht von Vereinen genutzt werden. Das Schulschwimmen in Buchholz vormittags ist nicht von der Schließung betroffen und kann stattfinden.

Baustelle Wittener Straße: Umwege werden länger

Die Landstraße 924 zwischen Witten, Sprockhövel und Hattingen wird seit Langem saniert; der Zeitplan wird schon lange nicht mehr eingehalten. Bald wandert auch noch die Baustelle zur A43-Anschlussstelle hin: das heißt von der Kämpenstraße kann man dann nicht mehr in Richtung A 43 abbiegen. Von Witten kommend führt dann nur noch eine Einbahnstraße in Richtung Hattingen, die einseitige Sperrung startet also deutlich früher. Das heißt: Wer aus Durchholz, Kämpen oder dem Gewerbegebiet Westerweide kommt, kann an der Kreuzung nur noch links in Richtung Hattingen abbiegen. Rechts, in Richtung Herbede oder A43, geht es nicht mehr.

Sanierungsende frühestens Ende 2025

Zur Zeit laufen die Arbeiten unterhalb der Autobahnbrücke und an der Einmündung Kämpenstraße, dies wird noch einige Wochen dauern. Dann folgt ein Bauabschnitt, der für alle, die vom Gewerbegebiet Westerweide, aus Durchholz oder Bommerholz kommend zur Autobahn wollen, ein großer Umweg ist. NRW-Sprecher Andreas Berg: „Künftig muss man über Vormholz und durch Herbede zur A 43 fahren oder die Anschlussstelle Sprockhövel ansteuern.“ Für die geplagten Anwohner der Nebenstraßen Rehnocken und Rüsbergstraße könnte es wieder verkehrsbereit werden, die Schleichwege von Hattingen oder dem

Hammerthaler Winter

Wann? Am Samstag, dem 23. November starten wir um 11 Uhr
Wo? Auf dem Gewerbehof neben dem Rewe-Markt (Gelände ehem. Zeche Blankenburg)

Ein Event zur Voradventszeit

In Buchholz findet wieder ein festliches Event statt! Für die Veranstaltung stehen auf dem Platz der alten Zeche Blankenburg eine große Halle, sowie auch Teile des Außengeländes zur Verfügung. Ob kreativ, kulinarisch oder spielerisch - freuen Sie sich auf vielfältige Beiträge. Marktstände mit handgemachten Produkten gastronomischen Köstlichkeiten und ein Bühnenprogramm mit Chören, Workshops oder anderen Aufführungen sind angedacht. Gemeinsam soll ein buntes, aktives Fest für Jung und Alt, das das Hammertal in seiner ganzen Kreativität und Vielfalt zeigt, entstehen. Das Fest wird einen Weihnachtsmarkt, natürlich Getränke und Speisen aber auch eine Bühne bieten, die bereits jetzt von Kindergarten und KiTa sowie Vereinen und Bürgern mit interessanten Vorführungen bebucht ist. Zeit: Samstag, 23. November, um 11 Uhr, Ort: Auf dem Gewerbehof neben dem Rewe-Markt.

Hammertal werden unattraktiv. „Der Zeitpunkt, wann wir die Verkehrsführung ändern, ist offen“, so Andreas Berg. Er werde aber von Straßen.NRW rechtzeitig bekanntgegeben.



SAVE THE DATE! VOM 22.11.-02.12. IST ES SOWEIT. BLACK WEEK BEI KUTSCH

Mit attraktiven Produkten und jede Menge Rabatten aus den Bereichen Unterhaltungselektronik und Haustechnik.

euronics Kutsch

Dortmunder Straße 19 | 58455 Witten
Tel. 02302 1619 | www.euronics-kutsch.de
Mo-Fr 10.00-18.30 Uhr | Sa 10.00-15.00Uhr.



Einblicke in die Urologische

Häufiger Harndrang, ein verminderter Harnstrahl und das Gefühl einer unvollständigen Blasenentleerung: Diese Symptome können auf eine gutartige Prostatavergrößerung hindeuten. Wie sich dieses typische Männerleiden behandeln lässt, erläuterte Prof. Dr. Andreas Wiedemann bei seiner jüngsten Führung durch die Urologische Ambulanz im Evangelischen Krankenhaus Witten. Der Chefarzt der Klinik für Urologie stellte unter anderem den Grünlicht-Laser vor, mit dem sich das überschüssige Gewebe der Prostata besonders schonend und nahezu unblutig entfernen lässt – auch ohne Vollnarkose. Bei seiner Führung simulierte der Professor zudem eine Harnleiter- und Nieren Spiegelung. In einem kurzen Vortrag informierte er abschließend über den PSA-Wert, der auf eine Krebserkrankung der Prostata hindeuten kann. Die letzte Führung durch die Urologische Ambulanz in diesem Jahr ist für Donnerstag, 12. Dezember, geplant. Beginn ist um 17 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

DRK-Kreisverband
Witten e.V.



Gut versorgt durch die Feiertage



mit Hausnotruf und Menüservice

Hier informieren:
drk-witten.de/menueservice
drk-witten.de/hausnotruf



Infoveranstaltung zum Thema „Brustkrebs“

Mit der Diagnose „Brustkrebs“ ergeben sich viele Sorgen, Ängste und Fragen. Das Team der Gynäkologie im Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke nimmt sich im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Abendvisite“ dieses Themas an und hat Experten aus unterschiedlichen Bereichen eingeladen. Welche Therapieform ist die beste? Wo finde ich lokale Selbsthilfegruppen? Welche Möglichkeiten der Brustrekonstruktion gibt es? Am Mittwoch, 13. November, werden Ärzte und Therapeuten der Ender Klinik gemeinsam mit externen Referenten Fragen wie diese beantworten und für ein persönliches Gespräch zur Verfügung stehen. Die Infoveranstaltung beginnt um 19 Uhr im Speisesaal des GKH, der Eintritt ist frei. Die Teilnahme ist vor Ort oder per YouTube-Livestream möglich.



Foto: Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke

Das erfahrene Team der Gynäkologie am Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke möchte im Rahmen der Veranstaltungsreihe „Abendvisite“ aufklären, beraten und Mut machen. „Wir werden unter anderem den Stellenwert der Selbsthilfe bei gynäkologischen Erkrankungen eingehen und die Vorteile einer ergänzend zur leitlinienbasierten Medizin einsetzbaren Misteltherapie erörtern“, gibt Dr. med. Anette Voigt, Chefärztin der Gynäkologie und Leiterin des Brustzentrums am GKH, einen Ausblick auf den Abend. „Zudem wird Prof. Dr. med. Tobias Hirsch von der Fachklinik Hornheide zu Gast sein, ein plastischer Chirurg, mit dem unser Brustzentrum kooperiert und der über eine herausragende Expertise in der ästhetischen Brustchirurgie verfügt.“

Neben Dr. med. Anette Voigt und Prof. Dr. med. Tobias Hirsch werden folgende Referenten die „Abendvisite“ gestalten: Dr. med. Petra Blanke (Oberärztin und Mamma-Operateurin am GKH), Hanne-Katrin Bracht (Oberärztin und Mamma-Operateurin am GKH), Sabine Gillmann (Pflegeexpertin für Brusterkrankungen am GKH), Daniela Czaske (onkologische Fachpflege am GKH), Anke Steuer (Paritätische Selbsthilfe-Kontaktstelle Witten, Wetter, Herdecke) sowie die Firma Helixor (Pharmakonzern für integrative Onkologie). Im Anschluss an die Vorträge besteht bei einem kleinen Imbiss die Möglichkeit, sich mit den Experten auszutauschen und individuelle Fragen zu besprechen. Eine Anmeldung zur „Abendvisite“ ist nicht erforderlich. Der Zugang zum Speisesaal des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke erfolgt über die Pforte im Haupthaus. Zum Livestream gelangen Interessenten über folgenden Link: youtube.com/live/diO-sc7K0bk?feature=share

Frisch examinierte Pflegefachkräfte der Diakonie Ruhr

Mit einem Gottesdienst in der Kapelle des EvK Witten hat die Pflegeschule Witten der Diakonie Ruhr ihre Absolventinnen und Absolventen verabschiedet. 21 Personen haben die dreijährige Ausbildung zur Pflegefachfrau bzw. zum Pflegefachmann nach dem generalistischen Modell erfolgreich abgeschlossen. Ihre praktische Ausbildung absolvierten die frisch examinierten Pflegekräfte in Einrichtungen der Diakonie Ruhr und bei anderen Trägern aus der Region, die mit den Pflegeschulen der Diakonie Ruhr kooperieren. Alle Absolventinnen und Absolventen haben einen Arbeitsplatz – Pflegepersonal ist auf dem Arbeitsmarkt sehr begehrt.

Diakonie Ruhr bietet generalistische Ausbildung an

Die generalistische Ausbildung zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann kann bei der Diakonie Ruhr in den 13 stationären Pflegeeinrichtungen in Bochum, Witten, Dortmund, Lünen und Kamen oder beim ambulanten Pflegedienst absolviert werden. Für die Theorie können die Auszubildenden die für sie nächstgelegene Pflegeschule der im Evangelischen Verbund Augusta Ruhr (EVA Ruhr) zusammengeschlossenen Träger Diakonie Ruhr, Ev. Krankenhausgemeinschaft Herne/Castrop-Rauxel, Ev. Stiftung Augusta und Diakoniewerk Gelsenkirchen und Wattenscheid nutzen. Die drei erstgenannten Institutionen hatten bereits Ende 2020 ihre Ausbildungsaktivitäten im Evangelischen Ausbildungsverbund Ruhrgebiet gebündelt.

Weitere Interessenten werden stets gesucht

Im Zuge des Zusammenwachsens des Verbunds bildet die Pflegeschule Witten der Diakonie Ruhr ab Oktober auch die neuen Pflege-Azubi für das EvK Witten aus. Die beiden Pflegeschulen an der Witterner Pferdebachstraße – das ehemalige Fachseminar für Altenpflege der Diakonie Ruhr und die ehemalige Krankenpflegeschule des EvK Witten – sollen bis 2026 miteinander verschmelzen. Früher gab es im Bereich Pflege getrennte Ausbildungsgänge für Gesundheits- und Krankenpflege, Altenpflege und Kinderkrankenpflege. Diese wurden 2020 zu einer generalistischen Pflegeausbildung zusammengefasst, die das nötige Fachwissen vermittelt, um Menschen jeden Alters in allen Versorgungsbereichen zu pflegen. Bewerbungen werden jederzeit entgegengenommen. Beginn für die dreijährige Ausbildung an den Pflegeschulen der Diakonie Ruhr in Bochum und Witten ist jeweils am 1. April und am 1. Oktober. Jeweils am 1. April startet in Bochum ein Kurs für die einjährige Ausbildung zur Pflegefachassistenz. Für weitere Informationen zu den Ausbildungsgängen usw. auf die Seite www.diakonie-ruhr.de/ausbildung gehen.

Wir helfen hier und jetzt. **ASB**

In der Weihnachtszeit keine Anschlusskosten für den Hausnotruf!

Hausnotruf und mobiler Notruf durch den ASB Witten: (02302) 91 08 80
www.asb-en.de



Die frisch examinierten Pflegefachkräfte stellen sich mit ihren Kursleitungen zum Gruppenfoto. Foto: Jürgen Theobald

HOME INSTEAD – IHR PFLEGEPARTNER VOR ORT BETREUUNG – GRUNDPFLEGE – UNTERSTÜTZUNG ZUHAUSE



Wir sind für Sie da – damit Sie selbstbestimmt zuhause leben können. Von der Grundpflege über die Betreuung bis hin zur Unterstützung im Haushalt – wir schaffen Lösungen nach Ihren Wünschen.

Unsere Mitarbeiter nehmen sich die Zeit, die Sie benötigen – **EINFACH PERSÖNLICHER**

Kostenlose Beratung unter:

MD-Prüfung: **Note 1,0**
01/2024

Tel.: 02302 2056550
Home Instead Witten-Herdecke
www.homeinstead.de/witten-herdecke





- **Reiki (Energiearbeit)**
- **Reiki & Seelenbalsam**
- **Meditation im Wald und anderswo**
- **Waldbaden & Achtsamkeit in der Natur**
- **Resilienz & Stressmanagement Workshops:**
- **spirituelle Workshops**
- **Nordic Walking & Walking**

Lass den Stress des Alltags hinter Dir. Bei mir kannst Du abschalten und Dich im geschützten Umfeld fallen lassen. Mit Kreativität zu Entspannung und neuer Energie.



Katja Lentz
0 15 25 / 623 19 74
wood-power-by-katja@gmx.de
www.wood-power-by-katja-gesundheitspraevention-seelenbalsam.de



Entspannung

Einer Studie der Techniker Krankenkasse (Entspann Dich Deutschland 2021) zufolge fühlt sich jeder vierte Mensch häufig gestresst. Achtsamkeitskurse, Entspannungstechniken, Yoga und Meditation stehen hoch im Kurs. Damit sollen vor allem gesundheitliche Probleme abgebaut werden, denn dauerhafter Stress macht krank. Ein dauerhaft hoher Cortisolspiegel kann unter anderem Nervenzellen im Hippocampus schädigen – dem Teil des Gehirns, der für das Lernen, das Gedächtnis und die Gefühle zuständig ist. Auch Schlafstörungen und Probleme im Herz-Kreislauf-System sind mit einem zu hohen Stresslevel verbunden. Mentale Übungen wie Achtsamkeitstraining oder Yoga wirken über verschiedene Botenstoffsysteme im Körper, aber auch über das vegetative Nervensystem. Die Folge sind eine Zunahme innerer Ruhe und Gelassenheit. Bei vielen Übungen steht auch die bewusste Atmung im Mittelpunkt. Die Muskelspannung wird reduziert und man kann sich erholen und entspannen.

Physiotherapie
Melanie Tewes
Physio- & Vojtatherapeutin

- **Vojta-Therapie** für Kinder und Erwachsene
- **Bobath-Therapie** für Kinder und Erwachsene
- **PNF • Manuelle Lymphdrainage**
- **Manuelle Therapie**
- **Fango • HeiBluft • Eisbehandlung**
- **Massage und Hausbesuche**

Melanie Tewes · Meesmannstraße 91
58456 Witten · ☎ 0 23 02-7 22 59
info@physio-tewes.de · www.physio-tewes.de



Ist Nachwuchs unterwegs, könnte die Freude für werdende Eltern nicht größer sein. Während sich der Partner, Freunde, Großeltern und Familie mitfreuen, sehen Schwangere der Geburt durchaus auch etwas zwiespaltig entgegen. Mit fortschreitender Schwangerschaft kann es unter Umständen zu körperlichen Beschwerden kommen. Der Babybauch wächst und wächst und manche Bewegungen werden immer schwerer. Doch das muss nicht sein. Schon während der Schwangerschaft kann mit einer physiotherapeutischen Begleitung dem Risiko von körperlichen Beschwerden entgegengewirkt werden. Mit einer individuellen Physiotherapie besteht die Möglichkeit, nicht nur die Schwangerschaft beschwerdefrei genießen zu können. Physiotherapeutische Maßnahmen tragen auch zu einer unkomplizierten Geburt bei und helfen nach der Schwangerschaft, schnell wieder fit zu werden und in Form zu kommen.

Übungen während der Schwangerschaft
Körperliche Beschwerden während der Schwangerschaft können ganz schnell die Vorfreude auf das neue Familienmitglied trüben. Damit es nicht so weit kommt, bieten geschulte Physiotherapeuten entsprechende Kurse und Übungseinheiten an. Oftmals sind es präventive physiotherapeutische Maßnahmen, die Beschwerden während der Schwangerschaft lindern oder ihnen vorbeugen. Mit einfachen Übungen gelingt es, das Wohlbefinden während der Schwangerschaft zu steigern.

Physiotherapie während der Schwangerschaft
Haltungsschulung
Auch wenn der Babybauch immer schwerer wird, ist es wichtig, auf die richtige Haltung zu achten. Mit Hilfe von Physiotherapeuten lernen Schwangere, worauf sie achten sollten und welche Haltung eingenommen werden soll, damit kein Hohlkreuz entsteht, wodurch die Bandscheiben belastet und Rückenbeschwerden gefördert werden. Die Haltungsschulung während der Schwangerschaft hilft, die veränderte Körperstatik auszugleichen.

Muskeltraining
An die Schwangerschaft angepasstes Muskeltraining wird bei der Physiotherapie so ausgeführt, dass besonders jene Muskelgruppen trainiert werden, die durch die Schwangerschaft besonders belastet werden. Dabei sollte besonders die Bewegung nicht zu kurz kommen. Die gestärkten Muskeln wirken unterstützend auf Stoffwechsel, Herz-tätigkeit und die Atmung.

Beckenbodentraining
Das Beckenbodentraining und die Stärkung der Beckenbodenmuskulatur während der Schwangerschaft helfen nicht nur dabei, Schmerzzustände und Inkontinenz entgegenzuwirken, sondern verkürzen auch die Austreibungsphase bei der Geburt.

Geburtsvorbereitung
Zur Gesundheitsförderung mit Physiotherapie während der Schwangerschaft gehört auch die Geburtsvorbereitung. Dazu gehört das Kennenlernen von unterschiedlichen Geburtspositionen. Oftmals finden Schwangere dadurch ihre individuelle geburtsunterstützende Position. Das wiederum nimmt häufig auftretende Ängste vor der Geburt und fördert eine entspannte Schwangerschaft.

Unsicherheiten in der Schwangerschaft
Ein zentraler Bestandteil meiner Arbeit als Physiotherapeutin für Schwangere ist die Aufklärung über körperliche Beschwerden, die während der Schwangerschaft auftreten können. Viele Frauen erleben Unsicherheiten, wenn es um Schmerzen oder Unwohlsein geht, und es ist wichtig, ihnen zu erklären, was in ihrem Körper vor sich geht und wie sie damit umgehen können. Gleichzeitig spielt auch die Entspannung eine große Rolle. Durch gezielte Entspannungsübungen und Atemtechniken können wir nicht nur das Wohlbefinden der werdenden Mütter fördern, sondern auch den Geburtsverlauf damit positiv beeinflussen, wie mir viele Schwangere im Nachgang ihrer Geburt berichtet haben.
Christina Hock, Physiotherapeutin



Gezielte Übungen können Schmerzen vorbeugen und sogar die Austreibungsphase bei der Geburt verkürzen. Foto: Panthermedia

Physiotherapeutische Maßnahmen nach der Geburt
Mit der Geburt verändert sich nicht nur das Leben der frischgebakenen Eltern, auch der weibliche Körper muss mit einer Umstellung klarkommen. Durch die Geburt wird die Muskulatur stark belastet. Mit Physiotherapie und Wochenbettgymnastik kann bereits am Tag nach der Geburt begonnen werden, die Rückbildungsvorgänge zu unterstützen. Mit den physiotherapeutischen Übungen lernen die Frauen, ihre Muskulatur wieder optimal einzusetzen. Ein weiterer Pluspunkt dieser Bewegung liegt darin, dass die Fitness gefördert wird und die Schwangerschaftspfunde schnell wieder purzeln. Physiotherapie nach der Schwangerschaft umfasst das Beckenbodentraining, um die Beckenstabilität wiederherzustellen und eventuell Blasen- oder Darmbeschwerden vorzubeugen oder zu therapieren. Die gesundheitsfördernden Maßnahmen durch Physiotherapie unterstützen nicht nur die Gesundheit von Schwangeren und frischgebakenen Mamas, sondern wirken sich auch auf das Ungeborene positiv aus. Die Möglichkeiten sind vielfältig und individuell. Physiotherapeuten helfen dabei, die am besten geeigneten Übungen zu lernen, damit Beschwerden erst gar nicht auftreten. Sind bereits Schmerzen oder Beschwerden vorhanden, lassen sich diese mit einer abgestimmten Physiotherapie lindern oder heilen.

Rückbildungs- und Wochenbettgymnastik
Die Zeit nach der Geburt, das sogenannte Wochenbett, ist eine sehr intime Phase zwischen Mutter und Kind, zum Kennenlernen und Erholen. Die Wochenbettgymnastik kann bereits nach der Geburt ausgeführt werden, um die gedehnte Muskulatur zu kräftigen. Sechs Wochen nach der Geburt kann mit der Rückbildungsgymnastik begonnen werden, wo auch die körperliche Belastungsfähigkeit wieder schrittweise aufgebaut wird. Diese Kurse werden von vielen Geburtskliniken angeboten. Quelle: www.kurkliniken.de/blog/gesundheitsfoerderung-mit-physiotherapie-waehrend-und-nach-der-schwangerschaft.html

Physiotherapie in der Schwangerschaft
Physiotherapie Christina Hock
Wobei kann ich Dich in Deiner Schwangerschaft unterstützen?
• bei Rücken- und Symphysenschmerzen
• Entspannung und Erholung
• Beckenboden stärken
• Wassereinlagerungen
Ich freue mich auf Dich und begleite Dich gerne durch Deine Schwangerschaft!
Meesmannstraße 72, 58456 Witten
Tel.: 02302 / 400 02 22 oder WhatsApp 0157 / 56 70 80 61

Bewegungsfreiheit ist
TRAINIERBAR
wöchentliche Kurse und Workshop am 16.11.2024
Dehnungen nach Liebscher & Bracht
Individuelles Kleingruppen- und Personaltraining
Andrea Lau • Haldenweg 10 • 58455 Witten
Tel.: 0170/4667134 • www.trainierbar-witten.de

Mehr Selbstständigkeit, Entlastung im täglichen Leben!

meile praxis für ergotherapie
Ergotherapie hilft!
Pädiatrie: Sensorische Integrationstherapie, Entwicklungsverzögerungen bei Kindern, ADS/ADHS, graphemotorische Auffälligkeiten, Konz. psychische Erkrankungen.
Neurologie: Schlaganfall, Parkinson, Alzheimer Demenz, MS, ALS, Periphere Lähmung, Schädelhirntrauma
Handtherapie: Behandlung nach Operationen, Traumen, Narbenbehandlung, Spiegeltherapie, Carpaltunnelsyndrom, CRPS (Morbus Sudeck), Dupuytren Kontraktur, Rhizarthrose, Arthrose, rheumatische Erkrankungen f. d. Hand, Sehnenverletzungen



Praxis für Ergotherapie
Inhaberin: Anke Hejn
Wittener Str. 4 | 58456 Witten
Fon: 02302/932240 | Fax: 02302/932245
E-Mail: info@ergomeile.de | www.ergomeile.de



Die Schmerzambulanz: Hier gibt's Lebensqualität zurück

Oberarzt Jurij Sokolov, Leiter der Schmerzambulanz EvK Witten, will das mit seinem Team erreichen



Jurij Sokolov, Oberarzt und Facharzt für Anästhesiologie und Spezielle Schmerztherapie, leitet die Schmerzambulanz am EvK Witten. Foto: EvK

2022 hat das Ev. Krankenhaus in Witten seine Schmerztherapie ausgebaut. Neben der stationären Behandlung konnten Patienten mit chronischen Schmerzen im EvK ab diesem Zeitpunkt auch ambulant Hilfe in Anspruch nehmen: in der Schmerzambulanz unter Leitung von Jurij Sokolov. Hier werden Patienten nach dem bio-psycho-sozialen Modell in ihrer Gesamtheit in den Blick genommen, um herauszufinden, was ihren Schmerz antreibt. Denn oftmals verbergen sich hinter dem schmerzenden Knie oder den chronischen Rückenschmerzen tatsächlich ganz andere Probleme. Jurij Sokolov hatte zuletzt die Schmerzambulanz im Gemeinshaftskrankenhaus Herdecke geleitet.

IMAGE: Mit welchen Beschwerden kommen die Menschen zu Ihnen?

SOKOLOV: Das ist sehr unterschiedlich. Bei uns werden Menschen mit akuten und chronischen Schmerzen behandelt. Rückenschmerzen, Schmerzen infolge von Gelenk- oder Nervenerkrankungen, verschiedene Arten von Kopfschmerzen sowie das Fibromyalgiesyndrom gehören zu den häufigsten Beschwerden, die wir behandeln. Fibromyalgie ist eine chronische Schmerzkrankung, die sich durch Schmerzen in verschiedenen Körperregionen äußert. Die Schmerzen können auf der Haut, in den Muskeln und Gelenken spürbar sein. Andere typische Beschwerden sind Schlafstörungen, Müdigkeit, schnelle körperliche wie geistige Erschöpfung und Konzentrationsprobleme. Vor der Behandlung in der Schmerzambulanz bekommen Patienten ein Fragebogen-Buch mit Fragen zur Anamnese und bisherigen Therapiemaßnahmen sowie ein Schmerztagebuch zugeschickt, das sie zu ihrem ersten Termin ausgefüllt mitbringen sollten. Je genauer sie die Schmerzen beschreiben, desto einfacher ist es für den Arzt und Therapeuten, die mögliche Ursache der Schmerzen zu finden und eine erfolgreiche Behandlung einzuleiten. Fragebögen helfen manchmal auch dem Gedächtnis auf die Sprünge und fragen nach Schmerzinformationen, die der Patient sonst möglicherweise im Gespräch mit seinem Arzt vergessen hätte. Sie helfen zudem dem Arzt, das Erstgespräch zu gliedern. Für eine Behandlung in unserer Schmerzambulanz ist eine Überweisung durch den Hausarzt erforderlich.

IMAGE: Ihre Patienten haben die Beschwerden schon länger und bereits einige Möglichkeiten zur Linderung ausprobiert?

SOKOLOV: Ja, das ist in der Regel so. Auch wenn die Beschwerden sehr unterschiedlich sind, gemein ist allen hingegen eine lange Leidenszeit sowie diverse erfolglose Behandlungen. Viele chronisch Schmerzkranken haben den Satz „Den Schmerz müssen Sie wohl so akzeptieren...“ schon oft gehört und verbinden damit nichts Gutes. Das ganze Leben dreht sich nur noch um den Schmerz, der Kampf dagegen wird immer mehr zu einem Teil des Alltags. Unser Ziel ist es, diesen von chronischen Schmerzen geplagten Menschen ein Stück Lebensqualität zurückzugeben. Wenn Patienten durch die Schmerztherapie wieder in den Beruf zurückkehren können oder wieder ein paar Stunden Gartenarbeit erledigen können, dann ist das für mich die größte Belohnung und eine wunderbare Seite an meinem Beruf. Doch bis dahin ist es oft ein langer Weg. Und der beginnt mit einem ausführlichen Gespräch. Das ist unser wichtigstes Werkzeug und wesentlich nachhaltiger als eine Spritze oder Tablette.

IMAGE: Welche Behandlungsmöglichkeiten haben Sie?

SOKOLOV: Wir haben viele Möglichkeiten. So gibt es beispielsweise eine differenzierte Medikamentenbehandlung oder ein schmerztherapeutisch begleitetes Ausschleichen von Schmerzmitteln. Es gibt Therapien mit Fokus auf die Psyche, es gibt Physiotherapie, eine Infiltrationsbehandlung, die Behandlung von therapeutischen Blockaden mit Medikamenten, nichtmedikamentöse Verfahren zur Schmerzbe-wältigung sowie die TENS-Therapie. TENS steht für Transkutane Elektrische Nerven-Stimulation. Dabei handelt es sich um eine schonende Variante der Elektrotherapie. Sie wird auch als Reizstromtherapie bezeichnet. Die TENS kann entweder vom Physiotherapeuten oder vom Patienten selbst zur Schmerz-, Muskel- und Wundbehandlung genutzt werden. Bei Patienten mit chronischem Schmerz wird zusätzlich zu medizinischen Maßnahmen häufig die Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) angewendet. Dieses Verfahren geht davon aus, dass die Art und Weise, wie wir mit unseren Gedanken, Gefühlen und unserem Verhalten auf Stress im Alltag reagieren, körperliche Schmerzen aufrecht-erhält oder sogar verstärkt. Auch der Schmerz selbst kann ein hoher Stressfaktor sein. Schmerzzustände, die durch psychischen Stress allein verursacht werden, sind eher selten. In dieser Situation ist es sinnvoll zu fragen, gegen wen der Kampf letztendlich gerichtet ist. Es gibt ja keinen äußeren Feind, der uns die Schmerzen bereitet. Letztlich kämpfen wir gegen uns selbst. Die Schmerzforschung zeigt sehr deutlich, dass sich unser Schmerzerleben positiv verändern lässt, wenn wir uns trauen, auf den Schmerz zuzugehen und ihn genau zu beobachten – statt davonzulaufen oder in ihm unterzugehen. Dies ist mit Akzeptanz gemeint: Lernen, das eigene Erleben, den Schmerz oder die Angst, genau zu beobachten und ihn aktiv zu betrachten. Akzeptanz in diesem Sinne ist deshalb etwas ganz anderes, als die Waffen zu strecken. Es geht darum, zu lernen, sich und das eigene Erleben anzunehmen. Nicht selten haben wir Einflussmöglichkeiten, wie man mit seinen Schmerzen und sich selbst umgehen kann. Auch hier versuchen wir, dem Betroffenen Bausteine an die Hand zu geben, mit deren Hilfe er seinen Alltag besser bewältigen kann. Seit einiger Zeit wird von Kostenträgern auch eine sogenannte DiGa-App übernommen. Dabei kann der Patient unter digitaler Anleitung schmerztherapeutische Anwendungen erlernen. Speziell für Kopfschmerzpatienten gibt es digitale Kopfschmerzkalendar mit Warnfunktionen und eine Möglichkeit Zwischenbilanz an Therapeuten zu senden. Bei Nervenschmerzen wie z.B. nach Gürtelrose wenden wir ein spezielles Chillypflaster mit sehr guten Ergebnissen an.

Die Sprechzeiten der Schmerzambulanz im 1. OG des EvK Witten sind montags, dienstags sowie donnerstags von 8 bis 16 Uhr. Eine Terminvereinbarung ist telefonisch unter 02302.175-5000 erforderlich.

IMAGE: Und wenn die ambulante Schmerztherapie nicht hilft?

SOKOLOV: Manchmal hilft eine ambulante Behandlung tatsächlich nicht weiter. Deshalb bieten wir im EvK Witten weiterführende Therapien an: Die stationäre Kurzzeit-Akutschmerztherapie richtet sich an Patienten, die ambulant nicht ausreichend eingestellt werden können. Mit der Multimodalen Schmerztherapie bieten wir gemeinsam mit niedergelassenen Kooperationspartnern ein in Witten einmaliges interdisziplinäres Behandlungskonzept für Patienten mit chronischen Rückenschmerzen an. Die Kurzzeit-Schmerztherapie im Ev. Krankenhaus Witten richtet sich an Patienten mit akuten Schmerzen, die ambulant nicht ausreichend eingestellt werden können. Die Behandlung dauert drei bis vier Tage. Die Therapie erfolgt mit wirbelsäulen-nahen Injektionstechniken. Die Chef- und Oberärzte der Kliniken für Unfallchirurgie und Orthopädie sowie der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin sind darin durch die Interdisziplinäre Gesellschaft für orthopädische/unfallchirurgische und allgemeine Schmerztherapie (IGOST) besonders geschult. Für die Kurzzeit-Schmerztherapie ist eine Einweisung durch einen niedergelassenen Arzt erforderlich. *anja*

Veranstaltungen im NOVEMBER & DEZEMBER

Aktionstag „Sicherheit für Senioren“

Vorträge, Infostände und Führung durch die Tagesklinik
06. November 2024 | 13 bis 17 Uhr

Führung durch die Urologische Ambulanz

Prof. Dr. Andreas Wiedemann
12. Dezember 2024 | 17 Uhr

Medizin konkret: Rückenmarks(nahe) Anästhesie

Dr. Thomas Meister
18. Dezember 2024 | 17 Uhr



Mehr Infos unter
www.ev-k-witten.de



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27
58455 Witten
02302.175-0

**Ev. Krankenhaus
Witten**
Lehrkrankenhaus der Universität
Witten/Herdecke

ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

UMZÜGE

durch Helmut Klein

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

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

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

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

zertifiziert nach DIN EN 16763

NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich für Privat und Gewerbe

Bebelstr. 19 · 58453 Witten
Tel. (02302) 2781177
me-sicherheit.de

WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen

☎ 03944-36160
www.wm-aw.de

JUWELIER LÜTTGEN
UHREN & SCHMUCK
SEIT 1980

Goldankauf

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

„Sparkassen-classics“

Was steckt eigentlich hinter „s-classics“?

Ein Sinfonisches Konzert im Wittener Saalbau. Die Wittener Klassik-Liebhaber können sich auf den 9.11. freuen. Die Sparkasse lädt jeweils eines der sinfonischen Orchester aus Witten zu einem Konzert auf großer Bühne ein, erledigt die komplette Organisation – und übernimmt darüber hinaus alle Kosten, wie zum Beispiel für Saalmiete, Auführungsrechte usw.

Doch das ist noch nicht alles: Bis auf die Vorverkaufs- und Servicegebühr im Zusammenhang mit dem Ticketverkauf durch das Kulturforum, geht auch diesmal wieder die komplette Einnahme aus dem Verkauf der Konzertkarten im Anschluss als Spende an das Orchester: 10,- Euro pro verkauftem Ticket! Unter der Leitung von Annela Lohn präsentiert das Sinfonische Orchester der Volkshochschule Witten|Wetter|Herdecke ausgewählte Werke von Ludwig van Beethoven (Ouvertüre zu Coriolan, Op. 62), Wolfgang Amadeus Mozart (Klavierkonzert d-moll, KV 466) sowie Antonín Dvorak (Symphonie Nr. 9, „Aus der neuen Welt“, Op. 95). Als Solistin am Konzertflügel wird Iva Jovanović-Hoppe das Orchester bei diesem Konzert unterstützen. Auch diesmal findet das Konzert wieder im großen Theatersaal des Wittener Saalbaus, Bergerstraße 25, statt. Konzertkarten zum Preis von 12,- Euro sind an der Saalbaukasse und deren Onlineshop erhältlich.

Sa., 9. November
Saalbau Witten
Beginn 18 Uhr



BloW lädt zum Konzertabend

Das Sinfonische Blasorchester Witten „BloW“ lädt zu einem besonderen Konzertabend unter dem Motto „Mythos“ ein. Am 24. November

So., 24. Nov.
Beginn 18 Uhr

um 18 Uhr erwartet Sie im Saalbau Witten ein musikalisches Erlebnis voller Spannung, Mystik und Abwechslung. Freuen Sie sich auf mitreißend mystische Stücke wie „Rocky Horror Picture Show“, „Fate of the Gods“, „Aurora Borealis“ oder „In 80 Tagen um die Welt“ und tauchen Sie ein in eine Welt voller Legenden und abenteuerlicher Sagen. Neben dem BloW Hauptorchester wird auch das Generationenorchester „BloW Connection“ auftreten.

Karten sind einen Monat vor Konzertbeginn für 16 €, ermäßigt 8 €, in der Buchhandlung Lehmkul, der Central Apotheke Witten, bei den Orchestermitgliedern und online unter www.blow-witten.de erhältlich.



„Interstellar“
Konzert für
Orgel und
Schlagwerk

So., 10. November
Marienkirche
Beginn 16 Uhr

Unter dem Motto „Interstellar-Musik für Orgel und Schlagwerk“ werden Harald Gokus aus Rheda an der großen Marienorgel und Sebastian Gokus aus Köln am Schlagwerk ein abwechslungsreiches musikalisches Programm darbieten. Es erklingen unter anderem Werke von Jean Langlais und Enjott Schneider, zum krönenden Abschluß wird die Musik zum Kinofilm „Interstellar“ von Hans Zimmer zu hören sein. Dabei werden beide Beteiligte am und um den elektrischen Spieltisch im vorderen Kirchenschiff musizieren: So können alle Interessierten die Interpreten nicht nur hören, sondern deren gemeinsames Musizieren auch aus nächster Nähe optisch mitverfolgen. Herzliche Einladung an alle, die das Konzert „Interstellar“ für Orgel und Schlagwerk miterleben möchten! Der Eintritt ist frei, am Ausgang wird um eine Spende gebeten. Kontakte und Kanäle: www.marienorgel-witten.de, Youtube: #marienorgelwitten, Instagram: marienorgel_witten, Facebook: Marienorgel Witten.

Musical „Stell Dir Vor“ Image verlost Freikarten!

Das Musical „Stell Dir Vor“ ist ein Herzensprojekt von über 50 jungen Erwachsenen, die innerhalb der letzten drei Jahre ein Musical geschrieben, komponiert und produziert haben, schreibt Projektleiter Andreas Land, Mitglied des Vorstandes von stARTpunkt e. V. Das relativ junge Musical hat bereits einige erfolgreiche Väter und Mütter in seinen Reihen: 2019 gründeten sie spontan einen Chor und nahmen an der WDR-Show „Der beste Chor im Westen“ teil. Erst im Halbfinale war Stopp.

Nach einer gewissen kreativen Leere während der Corona-Lockdowns machte sich dann eine Runde von zehn Personen auf, eine neue abenteuerliche Reise mit dem Ziel zu starten, ein Musical aus der Taufe zu heben. „Wir wollten mit dem Projekt verschiedene kreative Interessen verbinden. Manche singen gerne, andere tanzen oder schauspielern lieber. Ein Musical schien diese Formen zu verbinden und so nahm das Abenteuer erste Formen an“, blickt Andreas Land zurück und fügt hinzu: „Damals wussten wir nicht, wie viel Arbeit auf uns zukommen würde. Dennoch: Auf das Ergebnis nach dieser intensiven Arbeit sind wir – junge Erwachsene aus ganz NRW, vornehmlich aber aus dem Ruhrgebiet und Ostwestfalen-Lippe – ausgesprochen stolz!“ Fast 60 Personen nehmen seit Anfang 2023 an den monatlichen Proben teil, um STELL DIR VOR mit seinen 22 Rock-Pop-Liedern auf die Bühne zu bringen.

Erwachsenwerden ist oft schwer

Das Musical erzählt eine Geschichte vom Erwachsenwerden, dem „Sich-dabei-im-Weg-Stehen“ und vom Wunsch, seinen Platz in der Welt zu finden und etwas zu bedeuten. In der Situation steckt auch die junge Mila, die in einer Welt, die ihr steif und unecht vorkommt, immer wieder aneckt. Ihre Kreativität und drängenden Visionen soll sie loslassen und sich in die unbequeme Form passen, in der sich ihre Freunde und Familie so wohl fühlen. Doch eines Abends erscheint ein mysteriöses Wesen und lädt sie ein in eine Welt, in der sich ihre Fantasie in wilder Magie manifestiert. Ein Abenteuer, größer als ihre Vorstellungskraft, wartet auf sie...

stARTpunkt e. V. präsentiert:

STELL DIR VOR

Das Musical

23.11
WITTEN

Samstag, 23. November
Saalbau Witten
Beginn 18.30 Uhr

Wir verlosen 3 x 2 Freikarten!
Und so geht's: Schicken Sie den Musceltitel „STELL DIR VOR“ und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Wasserbank 9, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an: gewinnspiel@image-witten.de.
Einsendeschluss ist der 12.11.2024.

Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des „Image“-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist immer ausgeschlossen. Die Gewinner der Freikarten werden per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt und können die Karten dann am Veranstaltungsabend an der Saalbaukasse abholen.



Das Musical wurde bereits in Gütersloh und in Duisburg präsentiert. dx



Top-Wanderschuhe

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

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



der führenden Marken, z.B.:



Shoes For Actives



Schuhmode **GELLER**

Mittelstraße 49 • 45549 Haßlinghausen • Tel. 02339/5758

Gutenbergstraße 2 • 45549 Sprockhövel • Tel. 02324/686790

Berliner Straße 7
58452 Witten
Tel. 02302 / 27 58 63
E-Mail: info@lernimpulsev.de




Lernförderung & Nachhilfe seit 1997

Auszug der Ziele im Bereich der Nachhilfe:

- Teamfähigkeit und Durchsetzungsvermögen der Schüler/Schülerinnen stärken
- Wissenslücken schließen helfen
- gezielte Vorbereitung der Jugendlichen auf Klassenarbeiten und Prüfungen
- Förderung der Konzentrationsfähigkeit
- Förderung der fachbezogenen und der sozialen Kompetenz
- Entwicklung einer positiven Lernhaltung durch eigenen Antrieb

kostenlose Schnupperstunde



„Starke Kinder Kiste!“

Häufig beginnt sexueller Missbrauch schon im Vorschulalter. Deshalb ist es wichtig, Kinder so früh wie möglich zu informieren und vor allem zu stärken. Das bundesweite Präventionsprojekt „Starke Kinder Kiste!“ der Deutschen Kinderschutzstiftung Hänsel+Gretel will genau das.

Stärkung des Selbstwerts steht im Mittelpunkt

Kindertagesstätten sind neben der Familie die erste Sozialisationsinstanz und daher sehr gut geeignet, den Schutz vor sexueller und körperlicher Gewalt an Kindern zu verbessern. Mit den Materialien der „Starke Kinder Kiste!“ werden Schutzkonzepte lebendig und kindgerecht umgesetzt.

Die Vorschulkinder werden spielerisch und mit viel Freude am Entdecken des eigenen Körpers mit den eigenen Grenzen und Gefühlen vertraut, sprechfähig gemacht und gestärkt. Die Kiste enthält unter anderem Bücher für die Fachkräfte, Pixi-Bücher, CDs, Spiele und nicht zuletzt die Handpuppe „Katze Kim“, die den Kindern ein Geschenk macht, das ihnen hilft, den allergrößten Schatz zu behüten und zu schützen: sich selbst! Insgesamt gibt es sechs zentrale Präventionsbotschaften, bei denen die Selbstwertstärkung im Mittelpunkt steht, etwa „Mein Körper gehört mir!“, „Ich kann zwischen guten und schlechten Geheimnissen unterscheiden“ oder „Ich darf Nein sagen!“.

Kinder lernen, „Nein“ sagen zu dürfen

Das Präventionsprogramm wird innerhalb von etwa fünf Wochen mit den Vorschulkindern erarbeitet. Kindertagesstätten können sich unter haensel-gretel.de/projekte/starke-kinder-kiste über das Projekt informieren und sich auch gemeinsam mit anderen Kitas in der jeweiligen Stadt entsprechend bewerben. Ein Elternabend wird zu dem Thema empfohlen.

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 28.11.24
Anzeigenschluss: Mittwoch, 13.11.2024



IMAGE wird auf mit dem „BLAUEN ENGEL“ zertifiziertem Papier gedruckt. Der BLAUEN ENGEL ist Deutschlands bekanntestes und weltweit erstes Umweltzeichen. Für unser Magazin heißt das, dass wir auf ressourcenschonendem, umweltfreundlich hergestelltem und überwiegend aus Altpapier bestehendem Papier drucken.

Lernen kann Spaß machen

Konzentration, Motivation und die Fähigkeit, selbstständig zu lernen, sind im Schulalltag heute wichtiger denn je. Wer konzentriert lernt, lernt fröhlicher, erfolgreicher und entspannter und hat mehr Freizeit. Eine passende Lernumgebung verbessert die Lernsituation. Am besten lernt man an einem ruhigen, störungsfreien Ort.

„Wir sollten alles tun, dass dieser besondere Schatz, nämlich die Lust am Lernen, nicht verloren geht.“

Prof. Dr. Gerald Hüther, Neurobiologe und Autor

Fokussieren Sie sich auf kurze, aber produktive Lerneinheiten ohne Fernseher und Handy. Der Lernplatz sollte genügend Platz bieten und aufgeräumt sein. Um gut und effektiv zu lernen, müssen Sie sich in den richtigen „Lernmodus“ bringen. Zudem kann die Lernleistung durch eine positive Grundstimmung während des Lernens um ein Vielfaches erhöht werden. Deshalb sollten Sie Stress vermeiden, sich keinem Druck durch zu hoch gesetzte Lernziele aussetzen und nicht „zwischen Tür und Angel“ lernen. Vielmehr sollten Sie sich genügend Zeit nehmen, um vor dem Lernen zur Ruhe zu kommen und sich mit Hilfe von speziellen Entspannungstechniken (z.B. Meditation, Atemübungen etc.) oder Sport zu entspannen.

Sie sitzen am Schreibtisch, starren auf Ihre Unterlagen und sind mit Ihren Gedanken ganz woanders? Versuchen Sie deshalb, sich Zeit und Raum für das Lernen zu verschaffen und das Drumherum so gut wie möglich zu organisieren.

Idealerweise sollten Sie nach 30 Minuten eine kurze Pause (ca. fünf Minuten) einlegen. Nach ca. zwei Stunden sollten Sie 15-20 Minuten und nach ca. vier Stunden 60-120 Minuten Pause machen. Hierdurch bekommen Sie einen freien Kopf und neue Energie sowie Motivation. Verteiltes Lernen ist deutlich effektiver und Pausen gehören zum Lernprozess dazu.

Teilen Sie sich Ihren Lernstoff ein und setzen Sie sich machbare Ziele

Vermeiden Sie das sog. Panik-Hau-Ruck-Lernen. Lernen braucht Erfolgsergebnisse. Setzen Sie sich also Lernziele, die machbar und adäquat sind, und reduzieren Sie Ihren Lernstoff auf ein machbares Maß. Lernen klappt nicht auf Knopfdruck, sondern braucht eine gewisse Beharrlichkeit. Wiederholen Sie deshalb den Lernstoff immer wieder und in regelmäßigen Abständen. So können Sie nicht nur überprüfen, ob Sie das Gelernte auch wirklich beibehalten haben, sondern können das nach und nach erlernte Wissen miteinander verknüpfen und dadurch ein Gesamtverständnis aufbauen. Geben Sie bei einem Misserfolg nicht auf, sondern motivieren Sie sich selbst, dass Sie es schaffen können. Oftmals ist die Motivation, mit dem Lernen zu beginnen, das größte Problem und man schiebt es so lange auf, bis sich ein riesiger „Lernberg“ angehäuft hat.



Logopädinnen und Logopäden behandeln Menschen jeden Alters, die unter Störungen der Sprache, des Sprechens, der Stimme oder des Schluckens leiden. Foto: dbl-ev/Jan Tepass

„Sprache ist der Schlüssel zur Welt.“ Diese Erkenntnis von Wilhelm von Humboldt lässt ahnen, was es bedeutet, wenn Menschen diesen Schlüssel nicht oder nur eingeschränkt nutzen können, weil die Sprache oder das Sprechen gestört ist. Ist dies der Fall, brauchen die Betroffenen Hilfe und Unterstützung von Logopädinnen/Logopäden.

Vom Säuglings- bis zum Seniorenalter: vielfältige Behandlungsbedarfe

Logopädische Unterstützung benötigt beispielsweise der Säugling, der aufgrund einer angeborenen Fehlbildung des Oberkiefers Probleme mit dem Schlucken hat, das Kleinkind, dessen Sprachentwicklung nicht in Gang kommt, das Schulkind, dessen Stottern immer stärker wird, die junge Frau, die sich nach einem Unfall mit Schädel-Hirn-Verletzungen nicht mehr an einfachste Worte erinnern kann, der Frührentner, der nach seinem Schlaganfall die Satzstrukturen durcheinanderbringt, der 75 Jahre alten Parkinson-Patient, dessen Stimme immer leiser und verwachsen wird, bis zur 80-jährigen Frau, die an Demenz leidet und vergisst, dass und wie sie schlucken soll.

Ziel: selbstbestimmte Lebensführung

Vielen Betroffenen gelingt es, ihre Beeinträchtigung durch eine logopädische Therapie vollständig zu überwinden. Andere lernen, mit ihrer Einschränkung besser umzugehen. Das Ziel logopädischer Behandlung ist immer, den Patientinnen und Patienten zu einer befriedigenden Kommunikation im Alltag, mehr Eigenständigkeit und Teilhabe zu verhelfen, also: eine gute Lebensqualität zu ermöglichen.

Prävention und Förderung

Logopädinnen und Logopäden stellen ihre Kompetenz auch dann zur Verfügung, wenn (noch) keine Störung vorliegt. Eine Form logopädischer Prävention sind

beispielsweise Stimmcoachings für Menschen in Sprechberufen. Darüber hinaus ist logopädisches Wissen auch eine wichtige Ressource im Bildungsbereich: hier hat die Logopädie wirksame alltagsintegrierte Konzepte und umfassende Informationen zu den Themen Sprachentwicklung, Sprachförderung und Mehrsprachigkeit zu bieten.

Der Weg zur Logopädie

Die logopädische Behandlung ist Teil der medizinischen Grundversorgung. Sie kann sowohl stationär als auch ambulant als Einzel- oder Gruppentherapie erfolgen. Logopädische Therapie muss ärztlich verordnet werden. Dann werden die Kosten – abzüglich einer Eigenbeteiligung – von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Quelle: Bundesverband für Logopädie e.V.

Experten für Sprechen und Stimme

Logopädinnen und Logopäden sind Experten für die Bereiche Sprache, Sprechen, Stimme und Schlucken. Sie bieten Menschen, die von Stimm-, Sprach-, Sprech- und Schluckstörungen betroffen sind, die Chance auf Heilung oder zumindest auf die Verbesserung der Lebensqualität:

Frühgeborene Säuglinge mit Trinkschwäche können mit Hilfe logopädischer Therapie das Schlucken lernen und dadurch wie andere Kinder trinken und essen.

Kinder mit Sprachentwicklungsstörungen holen durch eine frühzeitige und individuell angepasste Behandlung ihre Defizite rasch auf und können so einen ganz normalen Bildungsweg einschlagen.

Kinder und Jugendliche, die aufgrund einer seelischen Störung schweigen (Mutismus), werden von der Logopädie behutsam wieder an das Sprechen herangeführt. Erwachsene, die durch einen Unfall, einen Schlaganfall, eine Infektionskrankheit, eine hirnorganische Abbauerkrankung oder eine Krebskrankheit nicht mehr sprechen oder schlucken können, werden logopädisch behandelt, um die Krankheit zu heilen oder die Symptome zu lindern und so langfristig die Lebensqualität zu erhalten. So können sie wieder am gesellschaftlichen Leben teilhaben.

Menschen aller Altersstufen erhalten Logopädie, wenn sie aufgrund einer Stimmüberbelastung oder Operation keine oder eine heisere Stimme haben, damit sie wieder ohne Einschränkungen sprechen und kommunizieren können. Darüber hinaus leisten Logopädinnen und Logopäden in der Prävention und im pädagogischen Sektor wertvolle Arbeit:

Menschen in Sprechberufen können mit Unterstützung von Logopädinnen und Logopäden lernen, ihre Stimme optimal einzusetzen und so Stimmstörungen vorzubeugen.

Erzieherinnen und Erzieher sowie Eltern können von Logopädinnen und Logopäden lernen, wie sie den Alltag der Kinder Zuhause und in der Kindertagesstätte „sprachreich“ gestalten und so die Kinder in ihrer ein- oder mehrsprachigen Sprachentwicklung gut fördern.

Schüler mit einer Lese-Rechtschreibschwäche erhalten durch logopädische Begleitung die Chance, den heutigen schulischen Anforderungen zu entsprechen.

Kompetente Behandlung der Sprache, des Schluckens und der Stimme

- Bei Sprachentwicklungsstörungen- und Behinderungen
- Bei Störungen der Aussprache
- im Zusammenhang einer kieferorthopädischen Behandlung
- bei neurologischen Erkrankungen (z. B. Schlaganfall, Parkinson, etc.)



Die Logo-Praxis

Holger Többen

Staatlich anerkannter Logopäde · Diplom Legasthenie-Trainer

58456 Witten · Wittener Straße 13 · ☎ 914 48 54 · www.logopaedie-witten.de

- nach chirurgischen Eingriffen im Kopf- und Halsbereich
- bei Stottern
- Stimmbeeinträchtigungen
- bei Hörstörungen und nach Hörgeräteanpassung
- Gesichtslähmungen (auch PNF)
- Alternative Kommunikationsmöglichkeiten sowie bei Lese- Rechtschreibstörungen auch Hausbesuche

Mieten wurden oft erhöht

Im Mittel um 7 % in den letzten 12 Monaten

Eine aktuelle Umfrage von immowelt zeigt:

- 26,1 Prozent der Eigentümer in Nordrhein-Westfalen haben in den letzten 12 Monaten ihre Immobilie energetisch saniert.
- Am häufigsten wurden Fenster getauscht (53,6 Prozent), gefolgt von der Heizung (46,4 Prozent) und einer neuen Dämmung (42,9 Prozent).
- Im Schnitt gaben Eigentümer 25.518 Euro für neue Fenster, Dämmung und Co. aus.

Viele Eigentümer in Nordrhein-Westfalen haben in den letzten Monaten ihre Immobilien auf Vordermann gebracht. Das zeigt eine aktuelle Umfrage von immowelt, die Einblicke in die Sanierungsaktivitäten in NRW gibt. Ein Viertel der Befragten (26,1 Prozent) hat demnach innerhalb der letzten 12 Monate energetische Sanierungsarbeiten am Hauptwohnsitz durchführen lassen. Bei den vermieteten Immobilien steigt der Anteil sogar auf 34,9 Prozent. Dabei geht es vor allem um eines: Energiesparen und den Wert der eigenen vier Wände sichern. **Hauptgrund für die Sanierungen: Energiekosten senken** Energiekosten zu senken ist für 67,9 Prozent der Befragten die Hauptmotivation zum Sanieren. Energie wird teurer und durch Investitionen in Fenster, Dämmung oder Heizsysteme können die monatlichen Ausgaben spürbar sinken. Gleichzeitig wollen 44,6 Prozent der Sanierer den Wert ihrer Immobilie steigern und sie für die Zukunft vorbereiten. Komfort spielt ebenfalls eine Rolle: 35,7 Prozent wünschen sich besser isolierte Räume – warm im Winter, kühl im Sommer. Auch der Klimaschutz ist ein wichtiger Faktor. Ein Viertel der Eigentümer möchte mit den Sanierungen ihren CO₂-Fußabdruck reduzieren.

Die Fenster werden getauscht – ein klarer Trend

Wer sich in den letzten Monaten für eine Sanierung entschied, investierte häufig in neue Fenster. Mehr als die Hälfte (53,6 Prozent) der Eigentümer, die saniert haben, tauschten ihre alten Fenster gegen moderne Fenster mit Zweifach- oder Dreifachverglasung aus. Das macht sich besonders in den Heizkosten bemerkbar, da gut isolierte Fenster verhindern, dass wertvolle Wärme verloren geht.

Weitere Stellschrauben: Heizung, Dämmung oder neues Dach

Doch nicht nur die Fenster stehen im Fokus: 46,4 Prozent der Eigentümer haben ihre Heizung modernisiert, um auf dem neuesten Stand der Technik zu sein. Ob Gasheizung, Wärmepumpe oder andere Systeme – die Investition lohnt sich langfristig durch geringere laufende Kosten. Weitere 42,3 Prozent entschieden sich für eine neue Dämmung, um ihre Häuser besser gegen die Außentemperaturen zu schützen. 21,4 Prozent der Befragten ließen sogar das komplette Dach erneuern.

Für die von immowelt beauftragte Studie wurden im Mai 2024 437 Personen (Online-Nutzer) ab 18 Jahren mit Wohnsitz in Nordrhein-Westfalen befragt.

Quelle: Das Immobilienportal immowelt.de

Für den Klimaschutz

Photovoltaik-Förderrichtlinien beschlossen

In der Ratssitzung Ende September hat der Rat der Stadt Witten zwei Photovoltaik-Förderrichtlinien beschlossen: Ab sofort fördern die Stadt Witten und der Regionalverband Ruhr (RVR) im Rahmen des Projektes „Klimafit Ruhr“ neue Dachphotovoltaik-Anlagen für Einfamilienhäuser in Witten sowie Steckersolargeräte in Wohneinheiten.

Ziel der Förderprogramme ist, das große Solarpotential der Region zu erschließen und neben Einfamilienhausbesitzern auch Mieter, Eigentümer sowie Vermieter von Wohnungen in Zwei- und Mehrfamilienhäusern aktiv in die Energiewende einzubeziehen. Um die Installation neuer Anlagen im Rahmen einer Sonderaktion der Ausbau-Initiative Solarmetropole Ruhr weiter zu fördern, stellt der RVR Fördermittel zur Verfügung, die von der Stadt Witten aufgestockt werden.

Förderung: Steckersolargeräte und Balkon-Solarmodule

Ein Steckersolargerät besteht in der Regel aus bis zu zwei Solarmodulen und kostet zwischen 400 und 800 Euro inklusive Wechselrichter und Halterung (z.B. für den Balkon). Dank der Fördermittel des RVR in Höhe von 1000 Euro und der Restmittel einer Landesförderung stehen in Witten nun insgesamt 5.000 Euro zu Verfügung, mit denen 25 Steckersolargeräte mit jeweils bis zu 200 Euro gefördert werden können. Einen Antrag für die Förderung eines solchen Steckersolargerätes können Mieter, Eigentümer oder Vermieter einer Wohnung in einem Zwei- oder Mehrfamilienhaus in Witten stellen.

Förderung von Dachphotovoltaik-Anlagen

Für Dachphotovoltaik-Anlagen stehen ebenfalls 5.000 Euro zur Verfügung, mit denen insgesamt 10 Dachphotovoltaik-Anlagen mit jeweils 500 Euro gefördert werden. 3.000 Euro stammen dabei vom RVR (10 x 300 Euro). Die übrigen 2000 Euro stockt die Stadt Witten mit Restmitteln einer Landesförderung auf.

„Inzwischen sind im Ruhrgebiet zwar fast 100.000 Dachsolaranlagen mit einer maximalen Leistungskapazität von über 1.400 Megawattpeak (MWp) installiert. Jedoch werden damit erst rund acht Prozent des regionalen Solardachpotentials genutzt“, erläutert Marlen Hoischen aus dem Projekt Klimafit Ruhr. Ob das Dach ausreichend Sonnen einstrahlung erhält, verrät der Blick ins regionale Solardachkataster unter www.solarmetropole.ruhr.

Alle Infos und Unterlagen auf www.witten.de

Förderanträge müssen bis zum 31.12.2024 gestellt werden, die Anlagen spätestens bis zum 30.9.2025 in Betrieb sein. Alle Informationen und Unterlagen (Anträge) zu Dachphotovoltaik-Anlagen sind unter www.witten.de/dachpv-smr und für Steckersolar-Geräte unter: www.witten.de/steckersolar-smr. Der Antrag kann digital gestellt werden. Die Unterlagen können aber auch telefonisch unter 02302-581-4044 oder per E-Mail an pv-foerderprogramme@stadt-witten.de angefordert bzw. nach Terminvereinbarung in der Annenstraße 111b, Zimmer 236, abgeholt werden.

Heizsaison 2024/25: Das müssen Eigentümer jetzt wissen

Alles zu Heizkosten, Heizungstausch und Heizungsförderung

Die Heizsaison 2024/2025 ist früh gestartet, schon Anfang September waren die Temperaturen teilweise so niedrig, dass die Heizung aus dem Sommerschlaf geholt werden musste. Nach einem kurzen Spätsommerintermezzo steht die Heizperiode nun endgültig am Start. Wir haben zusammengestellt, was Eigentümer jetzt rund um Heizkosten, Heizungstausch und Heizungsförderung wissen müssen.

Heizspiegel 2024: Heizkosten gesunken, deutlicher Anstieg allerdings bei Fernwärme

Pünktlich zum Beginn der Heizsaison 2024/25 ist auch der Heizspiegel 2024 erschienen. Er veröffentlicht alljährlich Heizkosten und Energieverbrauch in Privathaushalten sowie das Sparpotenzial bei den Heizkosten. Das Ergebnis für die zurückliegende Heizsaison: Nach wie vor sind die Heizkosten teils erheblich höher als vor der Energiekrise 2022. Heizen mit Wärmepumpe hingegen ist bereits heute deutlich günstiger als mit fossilen Alternativen.

Das heißt in Zahlen: Ein durchschnittlicher Haushalt im Mehrfamilienhaus (70-m²-Wohnung) musste im Jahr 2023 für das Heizen mit Gas 1.330 Euro zahlen. Das entspricht einem Rückgang von 10 Prozent (145 Euro) gegenüber dem Vorjahr. Auch die Heizkosten für Wärmepumpen (-28 Prozent), Holzpellets (-20 Prozent) und Heizöl (-19 Prozent) sind deutlich gesunken. Bei Fernwärme gab es allerdings eine Steigerung von 8 Prozent.

Preise für Gas und Heizöl, Holzpellets und Strom

Nach einer Analyse des Vergleichsportals Verivox beginnt die aktuelle Heizsaison günstiger als die vergangene: Die Preise für Erdgas sind im Jahresvergleich um durchschnittlich 6 Prozent gefallen, die Kosten für Heizöl sanken um 23 Prozent. Aktuell liegt der Durchschnittspreis bei 11,41 Cent/kWh für Gas. Ölkunden zahlen derzeit für einen Hektoliter Heizöl rund 92 Euro. Auch der Preis für Holzpellets war im September leicht rückläufig, die Heizkosten liegen hier aktuell bei rund 5,5 Cent pro Kilowattstunde. Die aktuellen Stromkosten liegen bei durchschnittlich 25,8 Cent pro Kilowattstunde, bei speziellen Wärmepumpentarifen auch günstiger. Wichtig hierbei: Wärmepumpen produzieren aus einer Stromeinheit circa drei Wärmeeinheiten. Die kWh-Preise können deshalb nicht direkt mit denen für Gas verglichen werden!

➤ **Wichtiger Hinweis:** Neben dem Brennstoffpreis/Strompreis hängt die Heizkostenrechnung unter anderem davon ab, wie kalt der Winter wird!

Achtung: Immer mehr Fakeshops für Brennstoffe!

Die Verbraucherzentrale NRW warnt zum Start der Heizsaison vor betrügerischen Internetseiten. Es gibt immer mehr Fakeshops für Heizöl und Brennholz. Bei auffallend günstigen Preisen sollten Verbraucher deshalb immer misstrauisch werden! Die Verbraucherzentrale NRW empfiehlt, vor einer Bestellung die Seriosität des Anbieters sorgfältig zu prüfen und bei ungewöhnlichen Zahlungsbedingungen, insbesondere bei Vorkasse, äußerst skeptisch zu sein. Erkennen können Ver-



Foto: panthermedia

braucher betrügerische Seiten zum Beispiel an erfundenen Gütesiegeln oder dem fehlenden Impressum.

Heizungsförderung

Für selbstnutzende Eigentümer im EFH werden die Zuschüsse der Heizungsförderung bald ausgezahlt: seit dem 30.9.2024 können sie nach erfolgtem Heizungstausch ihre Nachweise bei der KfW einreichen. Diese werden geprüft – das dauert voraussichtlich 2 bis 5 Wochen – und im Anschluss der Zuschuss ausgezahlt.

Alle anderen Eigentümer müssen sich noch gedulden: Eigentümer von Mehrfamilienhäusern und WEG mit Maßnahmen am Gemeinschaftseigentum können ihre Nachweise voraussichtlich im November 2024 einreichen. Eigentümer von vermieteten Einfamilienhäusern und Eigentumswohnungen in WEG, die Maßnahmen am Sondereigentum umsetzen, müssen mit der Nachweiseinreichung und Zuschussauszahlung noch bis Februar 2025 warten.

➤ Wichtig für alle, die Zuschüsse für ihre neue Heizung beantragen möchten: seit Anfang September gilt das reguläre Antragsverfahren, der Förderantrag muss vor Beginn der Sanierung eingereicht werden!

CO₂-Preis steigt 2025 weiter an

Fast 280.000 Gas- und Ölheizungen wurden im ersten Halbjahr 2024 installiert. Was mit Blick auf die aktuellen Brennstoffpreise nach einer guten Idee klingt, kann künftig ganz schön teuer werden! Ab 1. Januar 2025 steigen die Kosten für eine Tonne Kohlendioxid um zehn Euro auf 55 Euro. Der Anteil des CO₂-Preises je Liter leichtes Heizöl beläuft sich dann auf rund 17 Cent. Im Vergleich zu 2024 steigen die durch den CO₂-Preis verursachten Kosten für ein Einfamilienhaus mit einem Jahresverbrauch von 2.000 Litern Heizöl von 287 Euro auf 350 Euro im Jahr.

IMMOBILIENBEWERTUNG UND VERKAUF IN WITTEN UND UMGEBUNG

- Geplanter Verkauf?
- Erbschaft oder Schenkung?
- Versicherungsangelegenheiten oder zur Vermögensübersicht?

Ich berate Sie gerne persönlich und stehe Ihnen als verlässlicher Ansprechpartner zur Verfügung!

Ihr Dennis Gehring



www.gehring-immobilien.com

Telefon: +49 159 06102474 • E-Mail: info@gehring-immobilien.de

Für Ihr *aha!* Erlebnis
Wir **suchen, finden** und **verkaufen** Ihre Wunschimmobilie.



Langjährige Verkaufsexpertise



1 zu 1 Betreuung



Weitreichendes Netzwerk



Ihre Immobilie in kompetenten Händen

Anna Hasenkamp
+49 152 08567688
mail@aha.immobilien
www.aha.immobilien



aha!
IMMOBILIEN

Benking & Gibis GmbH

Elektro Benking & Gibis GmbH
Wittener Bruch 43 · 58453 Witten
Telefon 0 23 02/8 49 50
Telefax 0 23 02/91 28 64
info@elektro-benking-gibis.de

Elektroinstallationen
Nachtspeicher-
Steuerungsbau
Nachtspeicherheizungen
Fußbodenheizungen
Satelliten-Anlagen
Beleuchtungstechnik
Netzwerk-Anschlüsse
und -Anlagen
Photovoltaik-Anlagen
Blitzschutz-Anlagen

Öffnungs-, Beratungs-
und Planungszeiten
finden Sie auf unserer
Homepage.

seit 20 Jahren

KüchenTreff Rensinghoff
Westfalenstraße 110 a · 58453 Witten
Telefon: 0 23 02-20 51 60
www.kuechentreff-rensinghoff.de

KüchenTreff

Maler Achim Kohlmann

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

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

Auf Wunsch:
✓ Gebäudereinigungsservice
✓ Gardinen-Waschservice

Bogenstraße 31 · 45527 Hattingen
Tel: 023 24/43 88 69 • E-Mail: malerkohlmann@t-online.de

Spatenstich in Witten Glasfaserausbau kommt voran

Der bundes- und landesgeförderte Glasfaserausbau von Gewerbeadressen ist jetzt auch in Witten gestartet: am Donnerstag, 10. Oktober, erfolgte der symbolische Spatenstich auf dem ehemaligen Sportplatz an der Pferdebachstraße. Für rund 400 Gewerbeadressen – die meisten davon in den Gebieten Wullner Feld, Westerweide und Im Hammental – bedeutet das, dass in Kürze die Tiefbauarbeiten für ein stabiles und leistungsstarkes Internet beginnen. Die Besonderheit des geförderten Ausbaus: die bisher unterversorgten Gewerbeadressen erhalten den Hausanschluss, ohne dafür selbst etwas zahlen zu müssen. Denn der Ennepe-Ruhr-Kreis hatte sich jüngst eine Millionenförderung von Bund und Land für den Breitbandausbau sichern können. Witten erhält einen Zuschuss in Höhe von 5,6 Mio. €. GREENFIBER-Geschäftsführer Uwe Krabbe erläutert das Vorgehen: Zuerst werden die Trassen tiefbaulich errichtet und anschließend die Glasfaserkabel verlegt, damit schlussendlich die Anschlüsse in Betrieb gehen können. „Das Projekt im Ennepe-Ruhr-Kreis ist äußerst spannend. Wir freuen uns, unsere Infrastruktur in Witten zu realisieren. Mit dem Glasfasernetz schaffen wir die digitale Voraussetzung für die kommenden Jahrzehnte.“

HT-Tiefbau errichtet die Trasse für die Glasfaser

Insgesamt muss eine Trasse mit einer Länge von etwa 55 Kilometern errichtet werden. Um den Tiefbau wird sich das Unternehmen HT-Tiefbau kümmern. Der Hauptverteiler wird in Witten errichtet, das Signal wird aus Richtung Bochum kommen. Die Redundanz, also eine Backup-Verbindung, die aktiviert wird, wenn die Hauptverbindung ausfällt, wird von den großen Netzknotenpunkten in Frankfurt und Hamburg gewährleistet.

Günstige Anschlüsse für Privathaushalte

Erfreulicher Nebeneffekt für einige Privathaushalte: Adressen, die einen Glasfaseranschluss haben wollen und unmittelbar an der Trasse liegen, können sich zu einem vergleichsweise geringen Preis ebenfalls einen Hausanschluss sichern. Kostenlos geht das leider im nicht-geförderten Bereich nicht. Wer sich für einen Hausanschluss interessiert, erhält weitere Infos im GREENFIBER-Büro in Wülfrath, Wilhelmstraße 92, sowie telefonisch unter 02058/175 96 30. *Quelle: Greenfiber/lk*

Unabhängigkeit durch Solar und Wärmepumpen: So gelingt der Schritt zur Energieautarkie

In Zeiten steigender Energiekosten und wachsendem Umweltbewusstsein suchen viele nach Wegen, ihre Energieversorgung selbst in die Hand zu nehmen. Eine Kombination aus Photovoltaikanlagen (PV) und Wärmepumpen bietet eine ideale Lösung. Dank gesunkener Hardwarepreise und innovativer Technologien ist es heute einfacher denn je, das eigene Zuhause energieautark zu gestalten.

Gesunkene Preise und volle Dachbelegung

Vor einigen Jahren waren Photovoltaikanlagen noch eine kostspielige Investition. Doch inzwischen sind die Preise für Solarmodule erheblich gesunken, was es Hausbesitzern ermöglicht, ihre Dächer komplett mit Solarmodulen zu belegen. Diese „Vollbelegung“ sorgt für eine höhere Stromproduktion und erhöht den Eigenverbrauch, wodurch die Wirtschaftlichkeit von PV-Anlagen deutlich gestiegen ist.

Selbstversorgung durch Sonne

Mit einer gut dimensionierten PV-Anlage kann man sich im Sommer fast vollständig selbst versorgen. Überschüssiger Strom, der tagsüber produziert wird, kann zur Warmwasseraufbereitung, für den Betrieb der Wärmepumpe oder zum Laden eines E-Autos genutzt werden. Energiespeicher (Akkus) spielen hier eine wichtige Rolle, um überschüssige Energie für Abendstunden oder bewölkte Tage zu speichern. Wer keinen Speicher hat, kann überschüssigen Strom ins Netz einspeisen und so Einnahmen generieren, die im Winter für den höheren Energiebedarf genutzt werden können.

Wärmepumpe und Energieeinsparung im Winter

Auch im Winter spielt die Kombination von PV-Anlage und Wärmepumpe eine entscheidende Rolle. Wärmepumpen wandeln Außenluft, Erd- oder Grundwasser effizient in Wärme um und benötigen dafür nur einen Bruchteil der Energie, die herkömmliche Heizsysteme brauchen. Selbst wenn im Winter zusätzliche Energie zugekauft werden muss, bleiben die Heizkosten dank der Wärmepumpe gering, da sie sehr energieeffizient arbeitet.

Smarthome-Technologien für maximale Effizienz

Ein weiterer Schlüssel zu mehr Unabhängigkeit liegt in der Nutzung von Smarthome-Technologien. Sie ermöglichen es, den Verbrauch von Elektrogeräten auf Zeiten zu verlagern, in denen die Solaranlage viel Strom produziert. So können zum Beispiel Waschmaschine, Geschirrspüler oder das E-Auto intelligent gesteuert werden, um den Eigenverbrauch zu maximieren.



Mythen rund um Solaranlagen

Trotz der Vorteile halten sich hartnäckige Mythen, die viele abschrecken. Ein oft genanntes Gerücht lautet: „Solaranlagen brennen leicht.“ Dies ist falsch. Moderne PV-Anlagen sind sehr sicher und entsprechen strengen Brandschutzstandards. Ein weiteres Gerücht betrifft den angeblich hohen bürokratischen Aufwand bei der Anmeldung von Solaranlagen. Die meisten Installateure bieten heute einen umfassenden Service, der auch die Anmeldung und den Netzanschluss abdeckt, so dass der Aufwand für den Hausbesitzer gering bleibt.

Fazit: Energieunabhängigkeit ist erreichbar

Solarenergie und Wärmepumpen ermöglichen heute eine weitgehende Unabhängigkeit von externen Energieversorgern. Im Sommer sorgt die Solaranlage für eine Überproduktion, im Winter senkt die Wärmepumpe die Heizkosten erheblich. Smarthome-Lösungen tragen dazu bei, den Eigenverbrauch zu optimieren. Viele Bedenken, die rund um Solar- und Wärmepumpentechnologie kursieren, sind unbegründet. Die Zukunft gehört der dezentralen, nachhaltigen Energieerzeugung – und Sie können Teil davon sein.

Infoveranstaltung am 5. November 2024

➤ Kostenlose Infoveranstaltung zum Thema „Unabhängig durch Solaranlagen und Wärmepumpen“ am 5. November um 18 Uhr. Die Veranstaltung findet in der Grundschoßteiler Str. 82 in 58300 Wetter statt.

Kostenlose Anmeldung unter: gernot-juergens.de/veranstaltung



Kommunale Wärmeplanung läuft demnächst an

Stadt startet früh und will externen Dienstleister beauftragen.

Deutschland hat sich zum Ziel gesetzt, bis zum Jahr 2045 klimaneutral zu sein. Vor diesem Hintergrund hat die Bundesregierung Anfang 2024 für den Wärmesektor unter anderem eine Änderung des Gebäudeenergiegesetzes (GEG) und das Wärmeplanungsgesetz (WPG) verabschiedet, die miteinander gekoppelt sind. Mit dem GEG soll der Umstieg auf klimafreundliche Heizungen eingeleitet werden. Das WPG stellt die gesetzliche Grundlage für kommunale Wärmepläne dar, die Informationen darüber liefern, wo in der Stadt künftig welche klimaneutrale Wärmeversorgungsart vorgesehen ist.

Gesetzlicher Auftrag: Wärmeplan bis zum 30.6.2028

Das Wärmeplanungsgesetz sieht vor, dass Kommunen mit einer Größe bis zu 100.000 Einwohnern (wie die Stadt Witten) bis zum 30.6.2028 kommunale Wärmepläne (KWP) vorlegen haben. Die Stadt Witten möchte einen kommunalen Wärmeplan (KWP) deutlich vor dem gesetzlichen Stichtag durch den Rat der Stadt beschließen lassen. Daher ist die Stadt derzeit auf der Suche nach einem externen Dienstleister.

In fünf großen Schritten zum „Kommunalen Wärmeplan“

Im Rahmen einer ersten Eignungsprüfung werden zunächst Gebiete herausgefiltert, die nicht über ein klimafreundliches Wärmenetz ver-

sorgt werden können. Diese müssen dezentrale Lösungen bekommen. Danach folgte eine Analyse der Bestandssituation in Hinblick auf den gesamtstädtischen Wärmebedarf und -verbrauch. Dazu werden die aktuelle Gebäude- und Siedlungsstruktur sowie die vorhandene Energieinfrastruktur erfasst.

Im Anschluss folgt eine Potenzialanalyse, die einerseits die Möglichkeiten zur Nutzung verschiedener nachhaltiger Energiequellen wie erneuerbare Energien, aber auch die Nutzung von Wasserstoff und industrieller Abwärme untersucht. Andererseits werden die Potenziale zur Reduzierung des Energieverbrauchs insbesondere durch Sanierungsmaßnahmen im Gebäudebestand und durch die Steigerung der Energieeffizienz in gewerblichen und industriellen Prozessen betrachtet.

Das Wärmeplanungsgesetz sieht vor, die Ergebnisse der Eignungsprüfung, der Bestandsanalyse und der Potenzialanalyse online zu veröffentlichen. So bleiben alle KWP-Interessierten in Witten auf dem Laufenden.

Die Ergebnisse der Eignungsprüfung, der Bestandsanalyse und der Potenzialanalyse sollen laut WPG online veröffentlicht werden.

Basierend auf den Ergebnissen der Bestands- und Potenzialanalyse sind Zielszenarien zu definieren, die auf unterschiedlichen Annahmen (z.B. Versorgungskosten, Anteil nutzbarer lokaler Wärmequellen) beruhen. Aus diesen ist ein maßgebliches Zielszenario abzuleiten. *Quelle: bm/lk*



DAS JUBILÄUM

1949 - 2024

75 JAHRE



Wir feiern mit den **BESTEN AKTIONEN ALLER ZEITEN!**



Ihr altes Dachfenster ist nicht ganz dicht? Zeit für Ihre Roto Renovierungsfenster!

Raus damit ...



... rein damit!



Ihre Vorteile im Überblick:

- ✓ Keine Brech-, Putz- und Folgearbeiten – unabhängig von Baujahr, Hersteller und Größe
- ✓ PVC-Kunststoffprofil – UV-beständig, langlebig und dauerhaft schön
- ✓ Hochwertige Isolierverglasung – schont die Umwelt und den Geldbeutel, KfW-förderfähig
- ✓ Premiumqualität „made in Germany“*

*über 90 % unserer Produkte

RotoProfipartner



Amling Bedachungen
Konrad-Adenauer-Straße 17 a
58452 Witten

☎ 02302 59347



th.amling@t-online.de
www.a-m-bedachungen.de



Mein Tipp: Dachrinnen und Fallrohre von Laub befreien

„Laubschutz (Rinnengitter) halten Dachrinnen länger von Verschmutzung frei.“



Starker Laubfall im Herbst kann Dachrinnen und Fallrohre am Haus verstopfen. Damit das Regenwasser sicher abfließen kann und keine Schäden am Haus verursacht, sollten Eigentümer die Rinnen und Rohre säubern. Alternativ kann ein Laubschutz dabei helfen, die Dachrinne sauber zu halten und Reinigungsintervalle zu verlängern. Tipps rund um die Dachrinne im Herbst.

Dachrinnenreinigung nicht ganz ungefährlich?

Auf der Leiter, mit Eimer und Handschuhen ausgerüstet, ist die Reinigung der Dachrinne ein aufwendiges und nicht ganz ungefährliches Unterfangen. Besser funktioniert es mit kleinen Helfern: Für die Dachrinne der ersten Etage ist eine Teleskopstange mit abgewinkeltem Besen, Gummilippe oder auch einer Haltevorrichtung für den Gartenschlauch ein praktisches Hilfsmittel. Sogar Reinigungsroboter für die Regenrinne sind mittlerweile auf dem Markt. Am Ende heißt es so oder so: allen Schmutz, der in den Beeten oder auf dem Weg unter der Rinne landet, aufkehren.

Bei Reinigung durch Dachdecker Kosten von der Steuer absetzen

Wer nicht selbst auf die Leiter steigen kann oder will, beauftragt einen örtlichen Dachdeckerbetrieb mit der Reinigung. Die Kosten für die Reinigung der Regenrinne können in der nächsten Steuererklärung als hausnahe Handwerkerleistung steuermindernd geltend gemacht werden.

Laubschutz hält Regenrinne länger sauber

Um Dachrinne und Fallrohre länger frei zu halten und damit auch die Reinigungsintervalle zu verlängern, bieten sich feinmaschige Rinnenschutz-



Starker Laubfall im Herbst kann Dachrinnen und Fallrohre verstopfen. Läuft das Regenwasser dann nicht richtig ab, sind Feuchtigkeitsschäden die Folge. Fotos: Panthermedia

gitter aus Kunststoff oder Metall und Einsätze an. Auf diesen auch Laubschutz oder Rinnengitter genannten Einsätzen bleibt ein Großteil der Blätter liegen und wird dann vom Wind wegeweht. Lindenblüten und andere Kleinteile passen jedoch auch durch die Gitter und lagern sich darunter in der Rinne ab. Und Blätter oder auch Zweige, die sich im Gitter verhaken, behindern den Wasserabfluss. Spätestens dann muss die gesamte Regenrinne samt Laubschutz gesäubert werden.



Quelle: Haus & Grund / Energie-Fachberater

OSTERMANN

Das Zuhause des Wohnens

Einrichtungshaus Ostermann GmbH & Co. KG,
Firmensitz: Fredi-Ostermann-Str. 1-3, D-58454 Witten

WITTEN • BOTTRUP • HAAN • RECKLINGHAUSEN • LEVERKUSEN

...wir sind für Sie da! Mo.-Sa. von 10.00 Uhr bis 19.00 Uhr in unseren Einrichtungs-Centren!



150
Jahre
HAUS
OVENEY

FEIERN im „HAUS OVENEY“!

Von unkompliziert bis festlich, von musikalischem Abend bis Party auf der Kegelbahn ...

- ★ **Weihnachtessen**
Reservieren Sie jetzt Ihre Wunschtermine!
- ★ **Silvesterparty**
Jetzt anmelden!

Inspirationen für weitere Events finden Sie in unserem Kulturprogramm! ... auch online



Restaurant mit Biergarten
Haus Oveney
Am Kemnader See
Oveneystraße 65 | 44797 Bochum
Telefon: 0234/799 888
info@haus-oveney.com
www.oveney.de



Sie finden uns auf Instagram und facebook unter: **hausoveney**



„Ich konnte mich nie raushalten“ Lilo Frigge-Dümpelmann (87) prägte den Wittener Sport

Es gibt Menschen, bei denen man sich die Frage stellen kann, wie wäre es ohne sie gelaufen. Zu ihnen gehört zweifellos Lieselotte, genannt Lilo, Frigge-Dümpelmann. Die heute 87-Jährige prägte den Wittener Sport als Aktive wie auch als Ideengeberin und Organisatorin nachhaltig. Von 1969 bis 1979 verantwortete sie bei den Faltbootfahrer Wasserfreunde Witten als Sportliche Leiterin den Jugendbereich und war von 1973 bis 1979 als Schwimmtrainerin bei der Sport Union Annen tätig. 1987 war sie eine der Mitbegründerin des PV-Triathlon Witten und kümmerte sich bis 2006 um das Kinder- und Jugendtraining. 2021 erhielt Lilo Frigge-Dümpelmann den Bundes-Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland. Image-Mitarbeiter Matthias Dix unterhielt sich mit ihr.

IMAGE: Frau Frigge-Dümpelmann, kann es sein, dass Sie und Ihr Mann Peter letzten Sonntag auf dem Rennrad flott und in aerodynamischer Haltung über die Herbeder Ruhrbrücke gefahren sind?

Lilo Frigge-Dümpelmann: Das kann gut sein! Mein Mann Peter und ich fahren nach wie vor sehr gerne Rennrad, nicht nur in Witten und Umgebung. Vor ein paar Wochen sind wir testweise mit den Rädern und Gepäck nach Bitterfeld-Wolfen gefahren, weil wir uns voraussichtlich nächstes Jahr zum 35-jährigen Jubiläum der Städtepartnerschaft mit einer Radgruppe auf den Weg machen wollten. Da hält uns auch kein schlechtes Wetter ab – wenn es regnet, dann regnet es.

IMAGE: Sie sind 87 Jahre – gibt es auch etwas, was Sie nicht mehr machen?

Lilo Frigge-Dümpelmann: Ja, ich habe mit 80 Jahren beschlossen, kein Auto mehr zu fahren. Das Risiko war mir zu groß.

IMAGE: Der Sport nimmt schon sehr lange breiten Raum in Ihrem Leben ein?

Lilo Frigge-Dümpelmann: Das stimmt! Vor allem haben es mir der Wassersport, die Leichtathletik und später der Triathlon angetan. Als Jugendliche wurde ich in einer 4x100m-Staffel sogar Deutsche Meisterin. Jahre später standen die ersten Europawahlen an. Um auf diese Wahl aufmerksam zu machen, wurde durch Initiative von Altbürgermeister Klaus Lohmann, mit dem ich schon ewig befreundet bin, eine Radtour von Witten nach Beauvais organisiert, an der ich mitgemacht habe. In den Folgejahren wurden jeweils Radtouren zwischen den Städten und später in Deutschland und Frankreich durchgeführt, an denen ich ebenfalls teilgenommen habe. Im Rahmen des Sportaustausches fuhr ich viele Jahre mit 40 Mädchen und Jungen aus der Schwimmabteilung der Sportunion Annen jeweils zu Pfingsten in die französische Partnerstadt.

In Beauvais erlebten wir auch einen der ersten Triathlon-Wettkämpfe in Frankreich. Kaum zurück, veranstalteten wir in Witten unseren ersten Triathlon. Geschwommen wurde im Freibad Annen und auf den Straßen bis runter nach Rüdinghausen wurde Rad gefahren und gelaufen mit Ziel auf dem kahlen Plack. Danach wollten wir eine Abteilung „Triathlon“ im Partnerschaftsverein eröffnen, was aber aus formalen Gründen nicht möglich war. So gründeten wir 1987 den PV-Triathlon Witten. Der PV Triathlon TG Witten, wie er heute heißt, zählt zu den erfolgreichsten Triathlon-Vereinen in Deutschland und darüber hinaus. Das „PV“ erinnert auch heute noch an die enge Verbindung zum Partnerschaftsverein.

IMAGE: Sie waren Jahrzehnte in verschiedenen Vorständen und Ihr Organisationstalent, aber auch Ihr soziales Engagement zeigte sich an vielen Stellen.

Lilo Frigge-Dümpelmann: Ja, der Trainingsbetrieb musste laufen, aber auch immer neue Formate gefunden werden. Anfang der 1990er Jahre startete der erste Wittener Weihnachtslauf, den es noch heute gibt, später auch der Herbeder Kinderlauf und für einige Jahre der Ruhrtalmarathon sowie der Landes-Leistungstützpunkt Triathlon in Witten.

IMAGE: Ihre „soziale Ader“ zeigte sich aber nicht nur im Sport?

Lilo Frigge-Dümpelmann: Ich konnte mich nie raushalten, wenn es vor allem bei Kindern und Jugendlichen galt zu helfen und zu machen – und das auch im sozialen Bereich. In der Vormholzer Schule war ich als Lesepatin und Hausaufgabenbetreuerin dreimal in der Woche aktiv, habe dabei auch schon mal Kleidung für die Kinder gekauft und Butterbrote mitgenommen. Wir können mit ein bisschen Geld schon sehr viel Nützliches und Gutes tun. Wenn man nachher die strahlenden Augen der Kinder sieht...

IMAGE: Welche Einstellung haben nach Ihrer Meinung die heutigen Kinder zum Sport?

Lilo Frigge-Dümpelmann: Es kommt drauf an. Es gibt schon viele Kinder, die gerne Sport treiben. Wir haben z. B. kürzlich ein neues Fußballtor zur anliegenden Schule hier in Vormholz gebracht. Kaum stand es, da wurde auch schon fleißig Fußball gespielt. Wenn Kinder aber schon E-Bikes fahren und Handys nutzen, dann sollte alles dosiert gemacht werden. Die Menschen sitzen im Restaurant und unterhalten sich nicht mehr, sondern gucken in ihre Handys. Eine Lösung habe ich auch nicht...

Es kommt nach wie vor schon sehr auf die Eltern an. Bringen sie ihre Kinder bis zum Schuleingang oder bewältigen die Kinder den Schulweg zu Fuß und in kleinen Gruppen, wie ich es immer wieder vor unserer Haustür erlebe. Vieles geht vom Sport aus, deshalb am besten gesund, aber nicht asketisch, leben und sich viel bewegen!

Prägte den Wittener Sport entscheidend mit, Lilo Frigge-Dümpelmann



MEHR ALS ENERGIE FÜR WITTEN. Natürlich.



GEMEINSAM STARK!

Witten liegt uns am Herzen: Mit unserem regionalen Engagement fördern wir Kultur, Sport, Soziales & Nachhaltigkeit in der Stadt.

EROLI CARWASH
IHRE WASCHSTRASSE IN WITTEN HERBEDE

TEXTIL-WASCHSTRASSE

- schonende Kuscheltex-Wäsche
- Nano Protect Versiegelung
- gründliche Felgenreinigung
- kostenlose Staubsaugerplätze
- Prepaid Kundenkarten
- Sportwagen-, SUV- und Cabrio-tauglich

Wittener Str. 112
58456 Witten
info@eroli-carwash.de
www.eroli-carwash.de

Öffnungszeiten
Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr
Sa. 8.00 - 18.00 Uhr

EROLI REIFEN
Reifen • Felgen • Zubehör

Wittener Straße 110
58456 Witten-Herbede
Tel. 0 23 02 76 08 85
info@reifen-eroli.de
www.reifen-eroli.de

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 8-19 Uhr • Sa. 8-14 Uhr

REIFENCENTER

Nur 150 m von der Kiz-Zulassungsgasse entfernt

E-Auto-Fahrer: 30 % zurück zum Verbrenner

Der Umstieg der Bundesbürger auf Elektroautos ist nach dem Wegfall der staatlichen Kaufprämie Ende 2023 extrem ins Stocken geraten. Nur 3,9 Prozent aller Fahrzeugwechsel von Juli bis September 2024 stiegen Privatpersonen, die bislang ein Auto mit Verbrennungsmotor hatten, auf einen Pkw mit reinem Elektroantrieb um. Und die Prognosen lassen eine rasche und deutliche Trendumkehr kaum erwarten, sollte sich nichts an der Subventionspolitik der Bundesregierung ändern. Denn von rund 4200 repräsentativ befragten Bundesbürgern erklären fast die Hälfte (47 Prozent), dass sie reine E-Autos „weniger gut“ oder „gar nicht gut“ finden. Und 29 Prozent wollen sich erst dann ein reines Elektroauto anschaffen, wenn gesetzlich nur noch solche Fahrzeuge zugelassen werden dürfen. Immerhin aber wäre jeder Dritte auch bereit, über zehn Prozent mehr für ein reines E-Auto zu zahlen als für das gleiche Auto mit Verbrennungsmotor.

Jeder Zweite lehnt das Elektroauto ab

Nur 2,9 Prozent beträgt aktuell der Anteil von Elektroautos am Gesamtbestand der Autos in privater Hand. Der stärkste Indikator für die Durchsetzung der Elektromobilität ist die Umsteigerquote bei privaten Fahrzeugwechseln. Die wird als alarmierend bezeichnet, weil sie mit 3,9 Prozent auf das Niveau des Jahres 2021 zurückgefallen ist. Angesichts des

heute viel größeren Angebots an E-Autos und deren technischen Verbesserungen kann sich hier ein Akzeptanzproblem andeuten, wenn in nur vier von 100 Wechseln vom Verbrenner auf E-Antrieb umgestiegen wird. Nur knapp jeder fünfte Bundesbürger ab 16 Jahren gab an, dass für ihn „grundsätzlich bei künftiger Anschaffung eines Autos nur noch ein reines Elektroauto in Frage kommt“.

Umsteigerquote zu klein für Elektroauto-Ziel

Immerhin erklären 17 Prozent aller Befragten, dass sie in den kommenden zwei Jahren beim geplanten Neu- oder Gebrauchtwagenkauf auf einen Elektroantrieb wechseln möchten. Gegenüber der aktuellen Umsteigerquote von rund vier Prozent im dritten Quartal 2024 wäre das immerhin eine Vervielfachung. Die würde allerdings immer noch nicht zum Ziel der Bundesregierung führen, schon in fünf Jahren 30 Prozent aller Autos auf deutschen Straßen rein elektrisch fahren (Ziel: 15 Millionen E-Autos in 2030).

Privatpersonen steigen wieder um

Noch bis Ende 2022 hatte das Motto gegolten „Einmal Elektro-Auto – immer Elektro-Auto“. Die Treuequote der E-Fahrer lag in dieser Zeit bei rund 80 Prozent. Von denjenigen E-Fahrern, die auf einen Neuwagen umstiegen, blieben vor 2023 sogar durchge-

hend mehr als 90 Prozent dem Elektroantrieb treu. Und nun ist alles anders: Im laufenden Jahr 2024 wechselten mehr als ein Drittel bisheriger E-Autofahrer beim Fahrzeugwechsel zurück zum Verbrenner (34 Prozent).

Hybrid-Fahrer werden aber nur selten E-Auto-Käufer

Ebenfalls überraschend ist die geringe Wechselquote von Hybrid-Lenkern zu Elektro-Fahrzeugen. Diese lag seit 2020 noch nie über 20 Prozent. Im bisherigen Jahresverlauf 2024 fiel sie nun sogar auf durchschnittlich elf Prozent. Das Kalkül, dass Hybrid-Fahrer mehrheitlich im nächsten Schritt auf rein elektrische Fahrzeuge umsteigen, bewahrheitet sich also nicht. Unterschiede gibt es auch beim Interesse an E-Autos zwischen vormaligen Benzin- und Diesel-Fahrern. So liegt seit mehr als drei Jahren die Elektro-Umsteigerquote von Diesel-Fahrern durchgehend über dem Wert der Benzin-Fahrer.

Es lebe die eigene Wallbox

Hauseigentümer sind bundesweit zudem drei Mal häufiger im Besitz eines E-Autos als Mieter (4,1 Prozent Bestandsquote gegenüber 1,3 Prozent). Und dieser Unterschied wird sich weiter vergrößern. Denn bei den Hauseigentümern lagen die Wechselquoten von Verbrennern zum E-Auto im letzten Quartal 2024 sogar vier Mal höher als bei den Mietern. *Quelle: aum*

14 neue Ladesäulen im Herbst

200 E-Auto-Ladepunkte bis Ende 2025 in ganz Witten – diesem Ziel kommt der lokale Versorger wieder einen ganzen Schritt näher. Insgesamt 14 neue öffentliche Ladesäulen werden die Stadtwerke neu bauen. Pro Ladesäule können zwei Fahrzeuge gleichzeitig mit Ökostrom ihre Akkus laden. Die Vorschläge für die Ladesäulen-Standorte kamen direkt von E-Auto-Fahrern. Sie haben auf der Website des Energieversorgers ihre Vorschläge eingereicht. Das E-Mobilitätsteam der Stadtwerke hat die neuen Standorte überprüft, als wirtschaftlich eingestuft und setzt diese nun schrittweise um.

Hohe Nachfrage nach öffentlichen Ladepunkten

„Die Rückmeldungen unserer Kunden sind für uns von großer Bedeutung“, sagt Sören Braun, Gruppenleiter Elektromobilität bei den Stadtwerken. „Auch wenn der Markt für E-Fahrzeuge gerade schwächelt, ist die Nachfrage nach öffentlichen Ladepunkten ungebrochen hoch. Sein Auto zu laden, während man beispielsweise im Restaurant sitzt oder Sport macht, ist komfortabel und einfach.“ Die Ladesäulen

„Es gibt keine Probleme – es gibt nur Lösungen“ KFZ Frömling ist Ihr lösungsorientierter Fullservicepartner rund ums Thema Auto in Witten

„Es gibt keine Probleme – es gibt nur Lösungen“, das ist das Motto unter dem das Team von KFZ Frömling arbeitet. Stets lösungsorientiert stehen die Profis bei jeder Art von Problem für den Kunden bereit. Von Versicherungsschäden, Reifenwechsel bis hin zur Panne mit dem LKW – KFZ Frömling ist für Sie da. Auch im Leasinggeschäft ist KFZ Frömling als Euromaster Partner stark im Geschäft.

Offizieller Euromaster Partner

Euromaster ist der Experte für Reifen, Werkstatt und Service und mit über 350 Servicecentern eines der größten Netzwerke in Deutschland.



2021 wurde Euromaster vom Handelsblatt zum „Aufsteiger des Jahres“ gekürt.

„Wir können alle Leasingunternehmen abrechnen“, erklärt Michel Weishaupt, Inhaber von KFZ Frömling. Durch die Euromasterpartnerschaft ist KFZ Frömling nämlich berechtigt alle Wartungen und Reparaturen an Leasingfahrzeugen durchzuführen. „Wir kümmern uns auch viel ums Flottengeschäft“, ergänzt Marek Lasczyk, ebenfalls Inhaber. „Das bedeutet, dass wir uns unkompliziert um alle Fahrzeuge eines Unternehmens kümmern – einfach in der Abwicklung und zuverlässig im Service“, erklärt er weiter. Aber nicht nur bei den Standardthemen Themen weiß KFZ Frömling Rat. Auch beim Thema Pannenservice stehen die Fachmänner helfend zur Seite.

LKW-Pannenservice

Der LKW-Pannenservice ist ebenfalls ein wichtiges Angebot des Meisterbetriebs. „Auch hier ist die Abwicklung total unkompliziert“, weiß Michel Weishaupt. „Hat ein LKW eine Panne, ruft der Fahrer uns an und unser Pannenfahrer hilft vor Ort und wechselt direkt den defekten Reifen. So kann die Fahrt für den LKW direkt und ohne großen Werkstattaufenthalt weitergehen“, freut sich der Inhaber.

Wachstum

KFZ Frömling entwickelt sich stets weiter, seien es Fortbildungen, ergänzende Angebote oder wie in der neusten Entwicklung die Vergrößerung mit zwei neuen Standorten in Bochum. „Hier haben wir ehemalige reine Euromasterbetriebe zu Fullservicebetrieben, die unseren Qualitätsanspruch gerecht werden weiterentwickelt“, so Marek Lasczyk. Und apropos Wachstum – das Team von KFZ Frömling ist stets bereit sich zu vergrößern: Also Bewerbungen sind immer gerne gesehen. Weiter Infos unter 02302 56835 *JN*

werden u.a. am Haus Herbede, an der Kämpenschule, im Gewerbegebiet Salinger Feld, am Hohenstein, an der Bommeraner Heide, in der Berliner Straße, am Wullenstadion und an der Adolf-Reichwein-Realschule installiert. Insgesamt 122 Ladepunkte werden die Stadtwerke nach Fertigstellung der neuen Säulen in Witten anbieten. Davon sind sechs Schnellladepunkte, die je nach Fahrzeug den Akku in 30 Minuten von 0 auf 80 % laden.

Schnellladepunkte sind seit Mai 2024 in Betrieb

„Die sogenannten Schnellladepunkte werden in Witten ebenfalls sehr gut angenommen. Vor allem die Ladesäule an der Sparkassenhauptstelle ist beliebt. Schon nach einem kurzen Beratungsgespräch in der Sparkasse ist das E-Auto vollgeladen“, so Braun weiter. „Wer einen neuen Standort für Ladesäulen in Witten vorschlagen möchte, kann das weiterhin über die interaktive Karte auf unserer Webseite tun,“ erklärt Braun. Diese finden Interessierte auf witten.stadtwerkdrive.de/laden-in-witten unter der Überschrift „Ladestationen in Witten“.



Auto-Fritz
WITTEN
Meisterbetrieb

Haben Sie Probleme mit Ihrem Fahrzeug?
Bei uns ist Ihr Auto in den richtigen Händen!

Hans-Böckler-Straße 1 - Ecke Herbeder Straße
Telefon & Fax 0 23 02 / 5 15 65 + 27 50 86

M MECKE MOTORSERVICE
KFZ-MEISTERBETRIEB
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
AUTOLACKIEREREI

- Karosserie-Fachbetrieb • Fahrzeugtechnik
- Fahrzeugelektrik • Autolackiererei
- Klimaanlage-Service für Neu- und Gebrauchtwagen • Automatikgetriebeservice & -spülung

(Mercedes Benz 7G BMW/V.A.G. SDG ETC)

Frankensteiner Str. 22 • 58454 Witten (nahe TÜV) • Tel.: 0 23 02 / 91 21 91

more
More optimales Reparatur-Erlebnis

GISSSELBACH
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
AUTOLACKIEREREI

- Kostenloser Hol- + Bringdienst
- Smart-Repair Ausbeulen ohne Lackieren
- im Kaskofall kostenloser Leihwagen
- von Standox ausgezeichnete Fachbetrieb
- Hagelschadenzentrum - seit Sommer 2008 - in Zusammenarbeit mit Global Hail
- Dekra geprüfte Fachwerkstatt für Unfallinstandsetzung
- Wohnmobil- + Fahrzeugaufbereitung

14 Jahre in Folge Werkstatt Ihres Vertrauens.

58455 Witten • Tel.: 0 23 02 / 2 30 - 32
www.autolackiererei-giesselbach.de

Cörmannstr. 16

KFZ-TECHNIK-SITTART
MEISTERBETRIEB

Seit 50 Jahren!

Kfz-Meisterbetrieb

Ihr kompetenter Partner bei Problemen rund um Ihr Fahrzeug!

AU täglich – HU Prüfstützpunkt TÜV Rheinland

Bodenborn 32
58452 Witten-Bommern
Tel. 0 23 02 / 3 03 13
Fax 0 23 02 / 39 03 19
www.kfz-technik-sittart.de

SKODA

**Big Business.
Kleiner Preis.**

**Aktionszeitraum
bis 17.11.24**

Jetzt schnell sein und Wartung & Verschleiß-Paket ab mtl. 9,- €² sichern.

Sie kümmern sich um das Wachstum Ihres Geschäfts. Wir kümmern uns um Ihre Fahrzeuge. Dank unseres Wartung & Verschleiß-Sondertarifs für den Škoda Kodiaq, Superb und Octavia können Sie sich auf einen reibungslos funktionierenden Fuhrpark verlassen. Und das zu fest kalkulierbaren Kosten. Sichern Sie sich jetzt ein attraktives Businessleasing, z. B. für den Škoda Superb Combi ab 264,00 € mtl. Nettoleasingrate¹ und entscheiden Sie sich on top für das **Wartung & Verschleiß-Paket zum Sondertarif ab nur 9,- €² mtl.!**

Unser Leasingangebot ¹ :			
Škoda Superb Combi (Mild-Hybrid: Benzin) 1,5 I TSI mHEV DSG 110 kW (150 PS)			
Vertragslaufzeit	36 Monate	Monatliche Leasingrate (netto)	264,00 €
Jährliche Fahrleistung	10.000 km	Wartung & Verschleiß-Sondertarif² (monatlich)	9,- €
Leasing-Sonderzahlung (netto)	1.000,00 €	Mtl. Gesamtleasingrate (netto)	264,00 €

Kraftstoffverbrauch in l/100 km, kombiniert: 5,1-6,2; CO₂-Emissionen in g/km, kombiniert: 117-142; CO₂-Klasse: D-E.

¹ Ein Angebot der Škoda Leasing, Zweigniederlassung der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig. Zzgl. Überführungskosten und MwSt. Bonität vorausgesetzt. Gültig nur für gewerbliche Einzelabnehmer (ohne Sonderabnehmer).
² Zzgl. MwSt., mtl. Dienstleistungsrate Wartung & Verschleiß-Sondertarif. Nur in Verbindung mit einem neuen Geschäftsfahrzeug/Leasing der Škoda Leasing für den Škoda Kodiaq, Superb oder Octavia bei 36 Monaten Laufzeit und 10.000 km jährlicher Fahrleistung bis zum 17.11.2024. Mit dem Wartung & Verschleiß-Sondertarif sind unter anderem alle Wartungsarbeiten laut Herstellervorschrift inklusive gesetzlicher HU/AU und sämtliche Werkstattleistungen, resultierend aus Verschleiß durch sachgemäßen Gebrauch, abgedeckt. Nähere Informationen erhalten Sie bei uns.

Abbildung zeigt Sonderausstattung gegen Mehrpreis.

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



Skoda Superb Combi
 Fotos: Autoren-Union Mobilität/Frank Wald

Skoda Superb Combi

Seit dem ersten Erscheinen im Jahr 2001 konkurrierte Skodas Flaggschiff Superb mit dem Konzernbruder VW Passat, kam ihm in Sachen Praktikabilität und Komfort mit jeder Generation näher und stahl mit dem besseren Preis-Leistungsverhältnis mehr als nur den einen oder anderen Kunden.

Die neue Generation entstand nun sogar mit dem internen Rivalen, wobei die Tschechen die Entwicklung übernahmen, die Produktion dafür ins slowakische VW-Werk nach Bratislava verlegt wurde. Der Skoda Kombi ist die meistverkaufte Variante in Europa. Von der aktuellen, mit insgesamt 866.000 produzierten Einheiten, erfolgreichsten dritten Modellgeneration des Superb, waren es rund 54 Prozent. Die meisten davon wiederum in Skodas größtem Einzelmarkt Deutschland, in dem mehr als 90 Prozent der Auslieferungen auf den Kombi entfallen. Doch auch bei Skoda wissen sie, dass die Zeiten ihrer Bestseller mit Verbrennerantrieb gezählt sind und deren „Segment nicht im Wachstum begriffen ist“, sagt Baureihen-Leiter František Drábek. Deshalb habe man nach Synergien gesucht – und sie offensichtlich bei VW gefunden, die trotz Akzeptanz- und Absatzproblemen ihre Elektromobilitätsstrategie vorantreiben und ebenfalls gerade ihre letzten Verbrenner-Generationen auf den Markt bringen. Weil zugleich Wettbewerber wie Opel Insignia Sports Tourer und Ford Mondeo Turnier verschwunden sind, ist Drábek „fest überzeugt, dass dieses Segment weiter florieren wird“. Es wäre nur zu wünschen. Denn nie war Skodas Verbrenner-Flaggschiff praktischer, komfortabler und ja, auch eleganter als in der neuesten Generation. *aum/Frank Wald*



Es tut sich was

Kaum steht der 14.9.25 als Wahltermin zur nächsten Kommunalwahl fest, hat sich das bürgerforumwitten entschlossen wieder selbstständig zur Wahl anzutreten. Die parteiunabhängige Wählergemeinschaft hat eine intensive Klausur im Tagungshotel Nordhelle im Sauerland durchgeführt.

Gründungsversammlung

Im September eröffnete Siegmund Brömmelsiek die Gründungsversammlung zur Unabhängigen Wähler Gemeinschaft Witten. Zur Gründungsversammlung hatten sich 29 interessierte Bürgerinnen und Bürger angemeldet. Krankheits- und urlaubsbedingt nahmen letztendlich 22 Personen an dieser Veranstaltung teil. Nach kurzer Erklärung zum Austritt aus der WBG und Notwendigkeit der Gründung einer Unabhängigen Wähler Gemeinschaft für Witten, übernahm der Grandseigneur aus der Politik, Siegfried Nimsch, die Versammlungsleitung. Der Entwurf einer Satzung wurde besprochen und einstimmig angenommen. Bezüglich der Kurzbezeichnung wurde von den Anwesenden in der Satzung beschlossen, ab sofort die Kurzbezeichnung „UWGW“ zu führen. Die neue Wählergemeinschaft UWGW wird zeitnah mehrere Seminare für die Neueinsteiger in Hinblick auf die kommunalpolitische Arbeit in den Ausschüssen sowie in Hinblick auf die Kommunalwahl 2025 intern sowie extern durchführen. Die neue Wählergemeinschaft UWGW wird auch weiterhin zukünftig den Finger in die Wunden der Politik legen und auf Missstände und

seit 1913

Bestattungen Bohnet

Universitätsstraße 2 · 58455 Witten
 Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847

**Erledigung aller Formalitäten • Überführung In- und Ausland
 Tag und Nacht dienstbereit • Erd-, Feuer- und Seebestattungen**

Die beteiligten Mitglieder und eingeladenen Gäste haben dabei Kernbausteine eines neuen Wahlprogramms konstruktiv erarbeitet: die Punkte Stadtentwicklung Witten, Demokratie und Frauenpolitik haben den Anfang gemacht. Weitere Kapitel werden bei einem gesonderten Thementag in Witten ausformuliert werden. Mit dem „üblichen Gerangel um die Besetzung der Wahlkreise“ startet das bürgerforumwitten in die aktive Phase des Wahlkampfes.

Unzulänglichkeiten in der Stadt hinweisen. Für Anregungen und Hinweise von Bürgerinnen und Bürger der Stadt Witten ist die UWGW jederzeit dankbar, offen und wird zeitnah in Form von Anträgen in den Ausschüssen und Anfragen an die Verwaltung im Sinne der Bürgerinnen und Bürger tätig werden. Es ist beabsichtigt, für einen jüngere Personenkreis eine Jugendabteilung innerhalb der UWGW zu etablieren, damit diese ihre Ängste, Nöte und berechtigten Interessen in der Politik vertreten können. Interessierte Jugendliche sind herzlich willkommen und können mit der UWGW unter der Mailadresse uwg-witten@gmx.de (0170 8120356) Kontakt aufnehmen. Nicht unerwähnt sollte auch bleiben, dass der Frauenanteil in der UWGW aktuell 41,6 % beträgt und der Altersdurchschnitt durch viele interessierte jüngere Mitglieder gesenkt werden konnte (WBG: 59,28 Jahre/ UWGW: 50,60 Jahre).



Vorstand UWGW, darunter die im Text erwähnten: Siegfried Nimsch, Beisitzer (2. v.l.), und Siegmund Brömmelsiek - 1. Vorsitzender (3.v.l.).

Impressum

Grafiken Titel: Arbeitskreis Herbeder Brückenneubau
Herausgeberin: Jessica Niemerg 02302/9838980
 Wasserbank 9, 58456 Witten

Verlag und Redaktion: Lokal Impuls Verlag
 E-Mail: info@image-witten.de
 www.image-witten.de

Anzeigen und Redaktion: Barbara Böhner-Danz, Matthias Dix, Monika Kathagen, Jessica Niemerg, Dr. Anja Pielorz, Rainer Schletter,
 (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: DBW Werbeagentur GmbH, Bochum

Druck: BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag

Erscheinungsweise: Monatlich, kostenlos, Haushaltsverteilung in Witten u.a. Herbede, Heven, Bommern und Umgebung

Auflage: Insgesamt ca. 50.000 Exemplare - Regionalausgabe Witten Herbede, Heven, Bommern und Umgebung mit ca. 20.000 Exemplaren

Es gilt die Preisliste Nr. 1 ab Ausgabe 8/2024. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 28.11.2024
 Anzeigenschluss: Mittwoch, 13. November

vit:bikes

ORBEA
Sale mit bis zu
25 % Rabatt
auf Lagerware



Jetzt Termin
vereinbaren



- ✓ **E-Bikes**
- ✓ **Beratung**
- ✓ **Ergonomie**
- ✓ **Fahrrad-Service**



vit:bikes Witten

Pferdebachstraße 84B : 58455 Witten

☎ 02302 / 9113500 : ✉ witten@vitbikes.de

www.vitbikes.de/standort-witten

Öffnungszeiten : DI-FR 10-18 Uhr : SA 10-16 Uhr

KALKHOFF

CENTURION

ORBEA

VELO@VILLE

BIKELEASING.DE

BUSINESS
BIKE

JOBRAD

eb euorad

DEUTSCHE
DIENSTRAD

mein-dienstrad.de

RIDE
RAD IM DIENST

lease
a bike