

ImageWitten

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

MIT REGIONALTEILEN HERBEDE, HEVEN, BOMMERN UND UMGEBUNG



www.blauer-engel.de/uz195

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

RG4

+++ 4 MONATSMAGAZINE: GESAMTAUFLAGE CA. 90.000 EXEMPLARE +++ HAUSHALTSVERTEILUNG +++ ☎ 015159915052 +++ WWW.IMAGE-WITTEN.DE +++

Sonderseiten ab Seite 20

Level up!
Deine Zukunft.

12. Wittener Markt der Ausbildung

27.06.25



Die Siegerinnen und Sieger des Wittener Nachhaltigkeitspreises erhielten bei einer Fahrt auf der MS Schwalbe ihre Pokale. Mehr lesen Sie auf Seite 26.

Foto: Sascha Krecklau

KFZ FRÖMLING

autoPRO >>

DIE WERKSTATT.

- Reifenwechsel
- Reifeneinlagerung
- Wohnmobilverleih

Jahnstr. 13, 58455 Witten, **Tel.: 02302 56835**

Öffnungszeiten: Montag – Freitag 8–18 Uhr, Samstag nach Vereinbarung

Liebe Leser,

knallblauer Himmel, warme Temperaturen und allerlei Veranstaltungen an der frischen Luft. Richtig: Der Sommer ließ und lässt sich immer mehr blicken und sorgt für Spaß und gute Laune. Für viele geht es auch in den Urlaub. Doch wie schafft man sich ansonsten das Urlaubsgefühl in der trauten Heimat? Ein Besuch im Biergarten lässt sich da zum Beispiel empfehlen. Bei angenehmen Temperaturen an der frischen Luft sitzen und das gemütliche Ambiente genießen. Das klingt doch nach einer guten Idee – und verbunden mit einem schönen Einkaufsbummel ist das doch ein perfekter Tag. Und dafür muss man gar nicht weit fahren, denn das Glück findet man oft vor der eigenen Haustür.

Wichtig ist für einen entspannten Sommer, und natürlich nicht nur dafür, das Thema gesunder Schlaf. Ab Seite 12 greifen wir das Thema in dieser Ausgabe auf und erläutern, warum erholsamer Schlaf so wichtig ist.

Außerdem erwarten Sie ab Seite 20 unsere Sonderseiten zum Wittener Markt der Ausbildung auf dem Gelände der DEW Karrierewerkstatt. Viele Infos rund um das Thema Berufsausbildung und Unternehmen, die teilweise auch noch für dieses Jahr Ausbildungsplätze zu vergeben haben, warten auf interessierte Besucher.

Ihre Image-Redaktion

Wollige Saisonarbeiter

Schafe pflegen Regenrückhaltebecken für die ESW.

Hach ja, Schaf müsste man sein. Sich schön die Sonne auf die Wolle scheinen lassen, rund um die Uhr füttern und zwischendurch Siesta im Schatten halten. Was für uns nach einem All inclusive-Urlaub klingt, ist für die wolligen Saisonarbeiter der ESW „harte“ Arbeit. Sie helfen nämlich derzeit der Entwässerung Stadt Witten (ESW) dabei, ihre Regenrückhaltebecken in Bommern, am Schneer Weg und im Saling Feld zu pflegen und die Grasnarbe klimafreundlich instand zu halten. Eine Win-Win-Situation für alle. Was will man mehr? ez

**LASSEN SIE UNS ZUSAMMEN
DIE WELT ENTDECKEN &
IHRE SCHÖNSTE ZEIT IM JAHR PLANEN!**



Gabriela Potthast
Isabel Schad
Julia Knoll
Isabel Neumann
Diandra Dehne



City Reisebüro Bochum GmbH
Kemnader Straße 335 | 44797 Bochum
Telefon 0234 9799977 | bochum4@tui-reisecenter.de
www.tui-reisecenter.de/bochum4
f TUI.ReiseCenter.Bochum | tuireisecenterbochum

KSV Witten trauert um Edmund „Ede“ Oldenburg

Ehrenmitglied des Vereins verstarb im Alter von 91 Jahren.

Der KSV Witten 07 trauert um sein Ehrenmitglied Edmund Oldenburg, der Anfang Mai im Alter von 91 Jahren verstarb. „Ede“, wie er nur genannt wurde, war ein „Urgestein“ des KSV. Seit 1947 gehörte er dem Verein an, erlebte Höhen und Tiefen seines KSV, war anfangs als aktiver Ringer dabei, später immer zur Stelle, wenn er gebraucht wurde.

„Ede“ gehörte nach dem Krieg zur aufstrebenden jungen KSV-Generation, die unter der Trainerlegende Karl Brockhoff u.a. mit Klaus Rost, den Gebrüdern Schudlich und Krings auf der Matte stand, war Mitglied der damaligen Oberligamannschaft der Wittener. Nach seiner aktiven Zeit machte er sich in verschiedenen Vereinstätigkeiten verdient – ein Tausendsassa mit vielen Talenten, er stellte sich immer wieder in den Dienst des Vereins. So half er u.a. bei den Vorbereitungen der Feiern zum 100. Geburtstag des KSV Witten 2007: er arbeitete sich durch Archive, suchte Belege und Fotos aus den Anfangsjahren des Vereins, war ein wertvoller Interviewpartner für Ralf Piore, den Herausgeber des Jubiläumsbuches „100 Jahre KSV Witten – kernig, kunstvoll, kraftvoll, kühn“. Zahlreiche Geschichten aus 60 Jahren Vereinsmitgliedschaft konnte er damals beisteuern.

Seit einigen Jahren war er nicht mehr bei bester Gesundheit, trotzdem weiterhin rege und aktiv. So als Autor, er veröffentlichte vier Bücher, u.a. „Kriegskind Edmund erzählt“. Noch zu seinem 90. Geburtstag besuchten ihn der KSV-Ehrenbeauftragten Frank Bartel und Vorsitzender Detlef Englich, man erzählte über ganz alte KSV-Zeiten, aber auch die aktuellen. In der Saison 2023 war „Ede“ dann nochmal in der Husemann-Halle, verfolgte einen Bundesligakampf seines KSV. Im vergangenen Jahr feierte Edmund Oldenburg die „Gnadenhochzeit“ (70 Jahre) mit Ehefrau Marga; fünf Kinder, fünf Enkelkinder und fünf Urenkel begleiteten das seltene Jubiläum. Der KSV Witten trauert um „Ede“, zahlreiche Vereinsmitglieder waren persönlich mit ihm bekannt und befreundet. Der Verein wird ihn ehrenvoll in Erinnerung halten.



KiJuPa tagte im KiJuBü

Ende Mai traf sich das Kinder- und Jugendparlament (KiJuPa) der Stadt Witten zu einer Vollversammlung – und das in einer ganz besonderen Umgebung: Zum ersten Mal fand die Veranstaltung im neuen Kinder- und Jugendbüro (KiJuBü) in der Ruhrstraße 1 statt. Man könnte fast sagen: zentraler geht es nicht. Mitten in der Stadt, Ecke Johannisstraße/Ruhrstraße, konnten die Kinder und Jugendlichen die (politische) Partizipation an der Gesellschaft einstudieren. Die Stadt Witten ließ im Vorfeld alle interessierten Kinder und Jugendlichen aktiv an der Gestaltung des neuen Kinder- und Jugendbüros mitwirken.

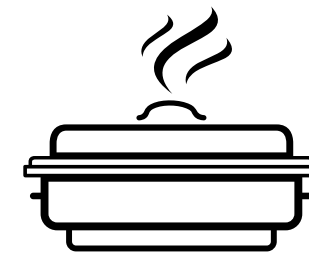
Auf der Tagesordnung standen unter anderem Fragen an Bürgermeister Lars König sowie an anwesende Politiker. Auch aktuelle Themen, die Kinder und Jugendliche in ihrem Alltag bewegen – sei es in der Schule, in der Freizeit, im Stadtteil oder im Verein – wurden diskutiert. Das Team des KiJuBü informierte zudem über aktuelle Projekte, Beteiligungsmöglichkeiten und geplante Aktionen im Rahmen der anstehenden Kommunalwahl. Ein weiterer Punkt auf der Tagesordnung waren die bevorstehenden Neuwahlen des Kinder- und Jugendparlaments. Informationsquelle: cv

EN-Kreis mit WhatsApp Kanal

Informationen der Kreisverwaltung sind ab sofort auch bei WhatsApp zu finden. Der Ennepe-Ruhr-Kreis hat dort einen eigenen Kanal eingerichtet. Damit haben Bürgerinnen und Bürger eine weitere Möglichkeit, sich Neuigkeiten, Warnmeldungen oder Veranstaltungshinweise aus dem Schwelmer Kreishaus direkt in Hand- und Hosentasche liefern zu lassen. Bereits seit Mai 2020 war und ist dies über die Ennepe-Ruhr-Kreis App machbar. Die Verantwortlichen versprechen sich von dem neuen Kanal zum einen eine größere Reichweite für ihre Informationen rund um Dienstleistungen aus Bereichen wie Gesundheit, Soziales, Bildung, Umwelt, Abfall und Mobilität, aus dem Jobcenter EN, dem Straßenverkehrsamt oder dem Ausländeramt.

Zum anderen schreiben sie WhatsApp ab sofort eine wichtige Rolle in Krisensituationen und für den Bevölkerungsschutz zu. Hintergrund: Auf diesem Weg versendete Hinweise und Warnungen landen völlig unabhängig von Algorithmen in Echtzeit auf Smartphones und Tablets. Wer die Einstellungen entsprechend wählt, erhält neu veröffentlichte Beiträge sogar als Push-Benachrichtigung.

Alle Interessierten sind eingeladen, den Kanal ab sofort – natürlich kostenfrei – zu abonnieren. Wichtig sind der Kreisverwaltung zwei Hinweise. Erstens: Weder der Kreis als Kanalbetreiber noch andere Abonnenten können sehen, wer das Angebot nutzt. Zweitens: Eine direkte Kommunikation ist auf diesem Weg nicht möglich. Für Kommentare zu einzelnen Beiträgen stehen aber die bekannten Emojis zur Verfügung. Zudem können die Beiträge ganz einfach mit anderen geteilt werden. Interessierte finden den WhatsApp-Kanal „Ennepe-Ruhr-Kreis“ über den Link [whatsapp.com/channel/0029Vb5DyC9KrWQpgM7tFB3G](https://www.whatsapp.com/channel/0029Vb5DyC9KrWQpgM7tFB3G). Nach Öffnen des Links mit dem Smartphone kann der Kanal über „Kanal ansehen“ und „Abonnieren“ gespeichert werden. Einzige Voraussetzung: WhatsApp muss auf dem Gerät installiert sein. pen



PARTYSERVICE

Kesper

Mitteilung zur Aufgabe des Partyservice-Lieferbetriebs außer Haus

Sehr geehrte Kundinnen und Kunden,

wir haben uns schweren Herzens dazu entschieden, unseren Partyservice ab dem 01.07.2025 einzustellen.

Unser Ziel war es schon immer, hochwertige Dienstleistungen zu einem erschwinglichen Preis anzubieten. In den aktuellen wirtschaftlich herausfordernden Zeiten können wir diesen Standard, den unser Vater gesetzt hat, leider nicht mehr halten. Die steigenden Lohn- und Energiekosten sowie die höheren Einkaufspreise für unsere Ausgangsprodukte haben uns dazu gezwungen, diese schwierige Entscheidung zu treffen.

Wir möchten uns von Herzen bei allen Kundinnen und Kunden sowie Geschäftspartnern für das entgegengebrachte Vertrauen und die gute Zusammenarbeit in den vergangenen Jahren bedanken.

Selbstverständlich werden bereits vereinbarte Aufträge ordnungsgemäß ausgeführt. In Einzelfällen werden wir uns persönlich mit Ihnen in Verbindung setzen, um die Details zu besprechen.

Für Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen,

Tobias Kesper und das Partyservice Team



RATHAUS der MEDIZIN



AUSBILDUNGSSTELLE ZUM 01.08.2025

**Wir suchen zum 01.08.2025 eine Auszubildende zur
Medizinischen Fachangestellten (m/w/d).**

Wir bieten eine fundierte Ausbildung in einer breit aufgestellten hausärztlichen, kinderärztlichen und diabetologischen Gemeinschaftspraxis.

Es besteht ein freundliches und kooperatives Betriebsklima.

Wir erwarten eine freundliche und einsatzbereite neue Mitarbeiterin.

Bewerbungsschreiben an Gemeinschaftspraxis
Dr. Arne Meinshausen, Kersten Voigt, Dr. Philip Lötscher

Wittener-Straße 4 • 58456 Witten-Herbede
www.rathausdermedizin.de • arne.meinshausen@gmx.de

Sonne, Glut und kühles Bier – der Sommer ist da!

Wenn die Temperaturen steigen, zieht es uns nach draußen

Mit den ersten warmen Tagen steigt die Vorfreude auf den Sommer – und mit ihr der Drang, so viel Zeit wie möglich draußen zu verbringen. Der Duft frisch gemähter Wiesen, das Zwitschern der Vögel und der klare blaue Himmel machen Lust auf gemeinsame Stunden im Freien. Jetzt beginnt die perfekte Zeit für lauschige Abende mit Freunden, leckeres Essen vom Grill und erfrischende Getränke im Schatten eines Biergartens.

Grillgenuss vom Metzger – Qualität, die man schmeckt

Für alle, die selbst Hand anlegen wollen, lohnt sich der Gang zum Metzger des Vertrauens. Dort gibt es nicht nur beste Qualität, sondern auch eine fachkundige Beratung. Ob saftige Rindersteaks, marinierte Hähnchenspieße, würzige Bratwürste oder zartes Schweinefleisch – die Auswahl an Grillgut ist groß und lässt keine Wünsche offen. Auch besondere Spezialitäten wie Dry Aged Beef, hausgemachte Schaschlikspieße oder gefüllte Steaks sorgen für Abwechslung auf dem Grill. Wer Wert auf Regionalität und Frische legt, ist beim Metzger gut aufgehoben und kann sich auf aromatisches Fleisch aus kontrollierter

Herkunft freuen. Viele Metzgereien bieten zudem bereits fertig marinierte Grillspezialitäten an – perfekt für alle, die es unkompliziert mögen, aber auf Geschmack nicht verzichten wollen

Entspannt genießen – Sommerfeeling im Biergarten

Wem das Grillen zu aufwendig ist oder wer sich einfach mal zurücklehnen möchte, findet in vielen Restaurants mit Außenbereich oder klassischem Biergarten genau das Richtige. Dort gibt es frisch gezapftes Bier, herzhaftes Grillteller, saisonale Spezialitäten und sommerliche Klassiker – alles serviert unter freiem Himmel und in entspannter Atmosphäre. Der Biergarten ist nicht nur ein Ort zum Essen, sondern auch zum Abschalten, Zusammensitzen und Genießen. Oft sorgt Live-Musik oder eine gemütliche Lichterkette für das gewisse Extra. Ob brutzelndes Fleisch vom eigenen Grill oder ein frisch zubereitetes Gericht aus der Gastronomie – jetzt ist die Zeit, das Leben draußen zu feiern. Also nichts wie raus: Grill an, Bier kalt stellen oder einfach einen Platz im Biergarten sichern – der Sommer schmeckt draußen einfach besser.



...Urlaubsflair direkt am Hammerteich in Witten

Biergarten & Piraten Mini Golf

Piratengolf Witten - Hohenstein 6 - 58453 Witten Infos & Reservierung : 0155 633 096 53
Donnerstag - Sonntag von 12 - 19 Uhr (ausserhalb der Ferien) Dienstag bis Sonntag von 12 bis 19 Uhr (in den NRW Ferien)



Im Naturschutzgebiet „Katzenstein“ in Hattingen liegt das Landhaus Krans im Katzenstein...

... hier können Sie Ruhe pur genießen. Das Ehepaar Sabrina und Daniel Gruber und ihr freundliches Team verwöhnen Sie gerne. Verbringen Sie schöne Stunden auf der gemütlichen Terrasse. Wir servieren Ihnen deutsche Küche mit mediterranen Einflüssen. Montags erwarten Sie unsere leckeren Spare-Ribs mit Folienkartoffel und BBQ-Sauce. Dienstags ist Schnitztag, die Sie in verschiedenen Variationen bekommen. Lassen Sie sich bei unserem Katzensteiner Hütten-Brunch, der am 1. und 3. Sonntag im Monat von 10.30 Uhr bis 14.30 Uhr stattfindet, verwöhnen. Empfehlenswert sind die hausgebackenen Kuchen und Waffeln. Das gesamte Team freut sich auf Sie!

Öffnungszeiten: Mo. + Di. ab 15 Uhr, Mi. + Do. geschlossen, Fr. ab 15 Uhr und Sa. + So. ab 12 Uhr geöffnet

Im Katzenstein 12 · 45527 Hattingen · Telefon 0 23 24 / 867 1940
landhauskrans25@web.de · www.landhauskrans.de



Da Franco

Restaurant-Pizzeria
klein aber sehr gemütlich

Klein, fein und lecker – so lautet hier die Devise

Die Pizzeria da Franco ist seit über 30 Jahren eine feste Institution in Herbede. Hier bietet Franco Corbelli seinen Gästen frische Pizzen, Salate und verschiedene Nudelgerichte in seinem kleinen gemütlichen Restaurant an. Das überzeugt nicht nur Francos Stammgäste, sondern lockt auch immer wieder neue Gäste an. Wenn die ersten warmen Tage kommen, lädt auch der Außenbereich zum Verweilen ein. Ein kühles Getränk und eine leckere Pizza lassen einen hier schon einmal schnell die Zeit vergessen.

Öffnungszeiten: 12-15 Uhr, 17-22 Uhr, Dienstag Ruhetag
Meesmannstraße 56, 58456 Witten-Herbede, ☎ 02302 79672

Fleischwaren Kruse
... für Kenner & Geniesser
Bochums einzige Fleischerei mit eigener Rinderhaltung

KRUSE – Ihr Partner für Events • Geburtstage • Jubiläen Betriebsfeiern • u. v. m.

Filiale Witten-Herbede
Meesmannstraße 49
Telefon (0 23 02) 964 10 40
info@fleischwaren-kruse.de
www.fleischwaren-kruse.de

Fleisch vom Feinsten – für Grillabende mit Biss!



Restaurant
Jever Krog
mit der friesischen Note

Dinner Lesung 17. Juni 18.30 Uhr
„Berliner Luft“ mit Renate Habets
Inkl. 3-Gänge-Menü, Vorverkauf 29,90 €

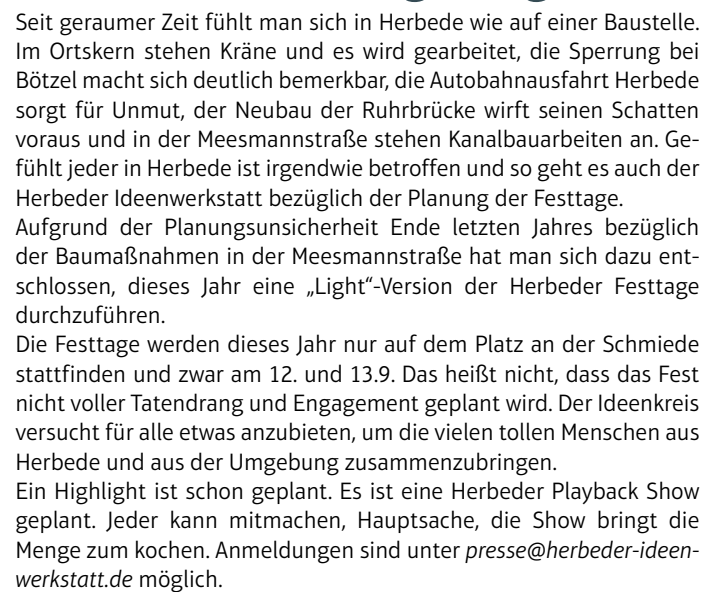
Jetzt ist Matjes-Zeit!

Pfingsten im Jever Krog 8. und 9. Juni

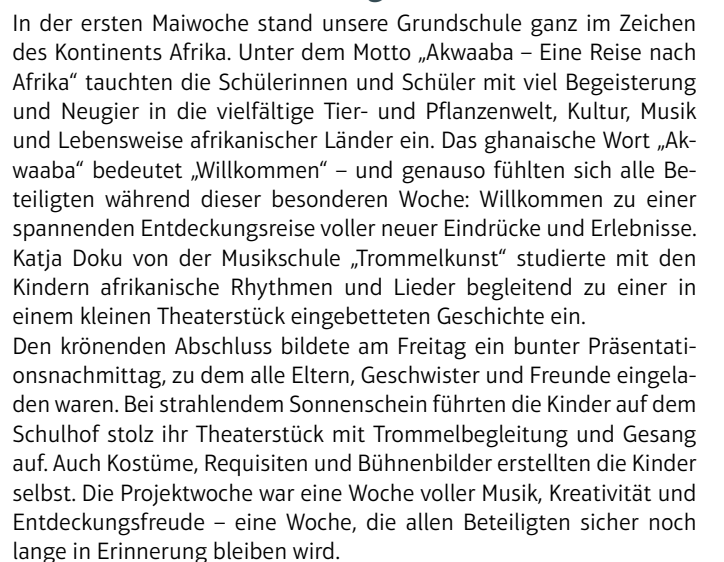
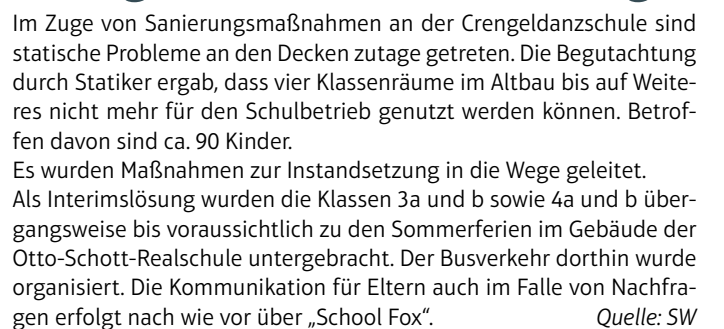
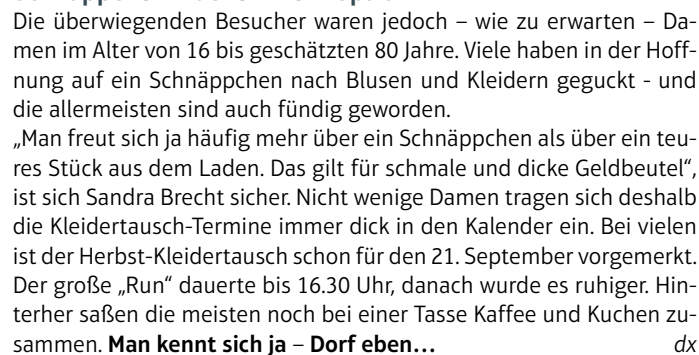
Spezielles Pfingstmenü und à la carte. 12 bis 14 Uhr und 17.30 bis 21 Uhr

Öffnungszeiten: Mi. bis So. 12.00–14.00 Uhr und ab 17.30 Uhr | Montag und Dienstag Ruhetag
Meesmannstraße 103 · 58456 Witten-Herbede · ☎ 02302 73605 | www.jeverkrog.com · E-Mail: info@jeverkrog.com

Musik und Lieder, inspiriert von Leonhard Cohen, gab es am Freitag, den 5.4. im Bürgerladen am „Platz an der Schmiede“. Rund 50 Herbeder folgten der Einladung des Bürgerkreises Herbede, der damit einen kulturellen Akzent im Ort setzen wollte. Evert Jan Bouman und Michael Machnik stellten Interpretationen und Lieder von Leonhard Cohen vor, sowohl auf Englisch wie auf Deutsch. Das Motto des Abends „Was in mir lebt“ spürten die Besucherinnen und Besucher rasch: viele stimmten bald in die Lieder ein. Bei einem Glas Wein und Salzbrezeln gelang ein unterhaltsamer Abend. Parallel zur Musik wurde auch eine Gemälde-Ausstellung eröffnet. Helmut Pauli zeigt Bilder des Ruhrgebiets mit Industrie-Kulisse, Rosemarie Liermanns Werke konfrontieren den Betrachter mit dem direkten Anblick teils exotischer Tiere. Der Herbeder Bürgerkreis möchte derartige Veranstaltungen wiederholen und ruft zum Mitmachen auf. Auch die Gestaltung des Stadtteil-Zentrums und Verkehrsfragen wie Brückenneubau oder das Radwegenetz gehören zu den Themen.



Herbder Festtage „light“
Freitag, 12.9.2025
Samstag, 13.9.2025



Neue Spielgeräte

Anfang Mai gab's einen ganz besonderen Tag für die Brenschenschule: Im feierlichen Rahmen mit dem Bürgermeister, den Eltern, Kindern, Spenderinnen und Spendern sowie weiteren Gästen wurden die neuen Spielgeräte auf dem Schulhof eingeweiht. Dank der großzügigen finanziellen Unterstützung des Spendenlaufs konnte die Schule viele tolle Spielgeräte anschaffen, die sich die Kinder gewünscht hatten: darunter Schaukeln, einen Kletterturm, ein Karussell und Balanciergeräte. Bürgermeister Lars König und Schulleiterin Kim Bremer freuten sich über die neuen Spielmöglichkeiten, die den Kindern in der Schule, aber auch am Nachmittag viel Freude bereiten werden. Zudem dankte Schulleiterin Kim Bremer dem Grünflächenamt der Stadt Witten für den professionellen und schnellen Aufbau der Spielgeräte.

Quelle: kb/hl



Charlotte und Marie bei den Deutschen Meisterschaften

Im Mai fanden in Bielefeld die diesjährigen Norddeutschen Jugendmeisterschaften (NDJM) im Rhönradturnen statt. Im Vorfeld konnten sich vom TuS Bommern Marie-Kristin Schnittger (BK12), Evangeline Parreno (BK13/14) und Charlotte Busch (BK17/18) für die Teilnahme bei den NRW-Meisterschaften qualifizieren. Bei den NDJM galt es nun sowohl eine bestimmte Punktzahl als auch einen Platz unter den besten 12 Turnerinnen jeder Altersklasse zu erreichen um ein begehrtes Ticket für die Deutschen Jugendmeisterschaften (DJM) zu erhalten. Die Konkurrenz war in diesem Jahr besonders stark und unsere Turnerinnen entsprechend aufgeregt.

Unsere jüngste Turnerin Marie-Kristin Schnittger durfte erstmalig bei den NDJM antreten. Nach einer souveränen Gerade-Kür lag Marie auf Platz 3. In der Spirale erreichte Marie sogar die Tagesbestwertung in ihrer Altersklasse. Leider hielten anschließend die Nerven im Sprung nicht mehr Stand. Durch einen Sturz verlor Marie wertvolle Punkte und musste sich am Ende mit dem 8. Platz zufriedengeben. Charlotte Busch musste sich in der AK17/18 gegen ein sehr starkes Teilnehmerfeld durchzusetzen. Gleich vier Mitglieder des nationalen WM-Kaders von 2024 traten in dieser Altersklasse an. Charlotte konnte alle drei Disziplinen fehlerfrei vorturnen und sich mit dem 8. Platz das begehrte Ticket zu den DJM sichern. Für Evangeline Parreno lief der Wettkampf nicht wie geplant. In der teilnehmerstärksten Altersklasse war es bereits im Vorfeld klar, dass die zwölf Startrechte für die DJM stark umkämpft würden. Nach einem schönen Sprung passierten Evangeline in der Spirale und in der Gerade Kür einige Fehler, sodass es am Ende leider nicht für die Top 12 reichte. Die DJM wurde im Rahmen des deutschen Turnfests in Leipzig Ende Mai ausgetragen. Bis dahin wurden noch einmal die Übungsabläufe optimiert, sodass wir uns auf einen tollen Wettkampf vor der spektakulären Turnfest-Kulisse mit vielen Fans freuen konnten.

Foto und Text: TuS Bommern



Fantastisches Quali-Turnier

Am Muttertag veranstaltete der gastgebende TuS Bommern im heimischen Sportzentrum das Qualifikationsturnier der ersten Runde zur Quali auf HV-Ebene.

Vor toller Kulisse spielten die HSG DJK Rauxel-Schwerin, der VfL Bochum 1848 Handball, die HSC Haltern-Sythen v. 1992 e.V. und unsere männliche A-Jugend im Modus „Jeder gegen Jeden“ über jeweils 1x25 Minuten um die drei freien Plätze zur nächsten Qualifikationsrunde. Nach tollem Kampf erkämpfte sich unsere mA-Jugend den dritten Platz und darf demnächst weiter in der nächsten Runde um einen der begehrten Plätze in der Ober- oder Regionalliga spielen.

Den ersten Platz sicherte sich ohne Verlustpunkt das Team vom ehemaligen Bommeraner Trainer Maurice Abstins mit seinen Halterner Jungs. Platz 2 belegte der VfL Bochum, der unsere A-Jugend denkbar knapp mit 12-11 besiegte und somit am Ende Zweiter wurde. Ausgeschieden ist die junge, talentierte Mannschaft aus Rauxel, die ohne Punktgewinn die Heimreise antrat.

Bei herrlichem Wetter gab es in und vor der Halle leckere Pommes, Currywurst, Kaffee und Kuchen, Waffeln sowie zahlreiche Erfrischungsgetränke.

Für alle Mütter gab es aufgrund des Muttertages zudem ein Gläschen Sekt als Geschenk, sowie für die Bommeraner Mütter eine Rose von ihren spielenden Jungs.

Großes Lob an alle in der Halle befindlichen Fans, die ihre Teams anfeuert und für gute Stimmung bei jedem Spiel sorgten. (Bemerkenswert sei zu erwähnen, dass es keine Pöbeleien und Schimpftiraden gegen andere Mannschaften oder den eingesetzten Schiedsrichtern gab, so dass unsere Ordner an diesem Tag nicht ein einziges Mal einschreiten mussten, was heutzutage leider keine Selbstverständlichkeit ist!)

Dank auch an unseren Hallensprecher Thommy Eigenbrodt, der souverän die Veranstaltung am Mikrofon begleitete und zum Turnierende einen Spieler des HSC Haltern-Sythen als Torschützenkönig dieses Turniers erwähnte, sowie die tolle Torwartleistung des Torhüters als „Torwart des Tages“ vom VfL Bochum beglückwünschte.

Besonderer Dank gilt allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern, die stundenlang an der Theke, am Pommesstand oder im Hintergrund (Auf- und Abbau, Reinigung vor und in der Halle) geholfen haben damit es ein rundum tolles Event wurde.

Der männlichen A-Jugend wünschen wir weiterhin viel Erfolg in der Qualifikation!

Foto und Text: TuS Bommern

Handballerinnen gesucht!

Die weibliche E-Jugend des TuS Bommern sucht Verstärkung. Mädchen der Jahrgänge 2015 und 2016, die Lust auf Handball haben, sind eingeladen an einem Schnuppertraining teilzunehmen.

Traniert wird immer:
mittwochs 17.00 - 18.00 Uhr in der Brenschenschule
donnerstags 16.45 - 18.15 Uhr in der Hardensteinhalle



v.l.n.r. Claudia Sprenger, Monika Barbe, Hannelore Post, Heidi Schorlemmer, Christine Gutowski, Barbara Leisch, Norbert Schrowang, Camilla Fiolka, Elke Schrowang und Ulla Bach. Foto: privat

TV Durchholz: Wettkämpfe beim Turnfest in Leipzig

Neun Turnerinnen und ein Turner des TV Durchholz fuhren zum Turnfest nach Leipzig. Sie alle nahmen in der Rhythmischen Sportgymnastik, in der Leichtathletik und im Geräteturnen aktiv an Wettkämpfen teil. Auch in das große Rahmenprogramm der Abschlussveranstaltung waren alle Turnerinnen eingebunden. Es war eine super Veranstaltung mit internationalem Flair und hochkarätigen Darbietungen. Viele fröhliche und gleichgesinnte Menschen kamen hier zusammen.

Mehr Kita-Plätze in Buchholz

Weil die städtische Kita in Buchholz aus allen Nähten platzt und Kita-Plätze fehlen, muss die Stadt Witten handeln. Der Neubau der Kita Buchholz ist schon länger vom Tisch. Es wurden aufgrund der begrenzten Kapazitäten nur Kinder ab zwei Jahren aufgenommen. Eine eigene U3-Gruppe gab es nicht. Das soll sich zum neuen Kindergartenjahr ab August 2025 nun ändern. Ein früher als Wohnhaus genutztes Gebäude soll umgebaut werden und für die Kitanutzung fit gemacht werden. Es steht in unmittelbarer Nachbarschaft der Kita und gehört der Siedlungsgemeinschaft Witten. Bis August entstehen hier in Zusammenarbeit mit der Siedlungsgemeinschaft jetzt endlich neue Kita-Plätze. Die Bauarbeiten sind umfangreich: Erneuerung des Daches und Entkernung des Gebäudes, neue und kindgerechte sanitäre Anlagen, neuer Außenbereich – es gibt viel zu tun. Auch die Zufahrt zum neuen Gebäude inklusive Parkplätze müssen neu gestaltet werden.

Täglich wechselnde Angebote

MONTAG BIS FREITAG AB 17 UHR*

MONTAG
Pizza oder Pasta Gericht für 12,50 €

DIENSTAG
Schnitzelabend: verschiedene Variationen mit Beilage für 13,90 €

MITTWOCH
Steakabend: 8 Variationen mit Beilage für 22,90 €

DONNERSTAG
Spare Ribs: „All you can eat“ mit Beilage 19,90 €

FREITAG
1kg Gambas in Knoblauchsauce mit Beilage 23,90 €

LET'S CREATE SOMETHING
magical TOGETHER

Hochzeitsterminvergabe für 2026 hat begonnen!
Gerne stehen wir Ihnen für individuelle Wünsche zu Verfügung!

Reservieren Sie ihren persönlichen Beratungstermin

☎ Schützenplatz 1 • 45525 Hattingen ☎ 02324 9 04 94 99 * außer an Feiertagen

Festlichkeiten planen in der warmen Jahreszeit

Mit der Sonne kommen auch die Festlichkeiten

Der Juni bringt oft die ersten warmen Tage und lädt mit seiner Blütenpracht zu Festen im Freien oder stilvollen Räumen ein. Ob Hochzeit, Jubiläum oder Schulabschluss – entscheidend für ein gelungenes Fest ist der passende Veranstaltungsort.

Ein gepflegter Zustand zeigt Wertschätzung, ebenso wie saubere Sanitäreinrichtungen und ein einladendes Ambiente. Die Lage sollte gut erreichbar und verkehrsgünstig sein – ideal mit ausreichend Parkplätzen oder ÖPNV-Anbindung. Wichtig ist auch die passende Größe: Der Raum darf weder zu eng noch zu weitläufig wirken.

Der Stil der Location sollte zur Veranstaltung passen – ob rustikal, elegant oder naturnah. Auch die Ausstattung zählt: Mikrofone, Licht, Musikanlage oder Rückzugsbereiche erhöhen Komfort und Funktionalität. Barrierefreiheit ist besonders bei älteren oder eingeschränkt mobilen Gästen ein Muss.

Beim Catering sind Flexibilität und Vielfalt gefragt – vegetarische oder allergenfreie Angebote sollten selbstverständlich sein. Ein klares Preis-Leistungs-Verhältnis sorgt für Planungssicherheit. Freundliches, erfahrenes Personal rundet das Erlebnis ab. Gute Locations bieten oft Full-Service-Pakete und zeigen sich flexibel bei kurzfristigen Änderungen.

Ein Besuch vorab hilft, das richtige Gefühl für Ort und Ablauf zu bekommen. So wird Ihre Feier im Juni zu einem unvergesslichen Erlebnis.



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

eine Flasche* 0,33 l
Fiege Limonade Zitrone oder Colamix Orange

Einzulösen bis zum 7.6.2025.



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

Im Hammertal 81 – 83 | 58456 Witten

Qualität ist unser Prinzip



Seit 40 Jahren ist die Selbsthilfe-Kontaktstelle Ansprechpartner und Unterstützer von Selbsthilfegruppen in der gesundheitsbezogenen und sozialen Selbsthilfe. Teil davon sind Alessandra Hecht, Anke Steuer, Jan-Philipp Krawinkel, Uli Krips und Helmut Brasse.

Selbsthilfe-Kontaktstelle in Witten feiert 40. Geburtstag

Seit Mitte der 1980er Jahre unterstützt die Selbsthilfe-Kontaktstelle viele Selbsthilfegruppen in den Städten Witten, Wetter und Herdecke. Jetzt konnte die Organisation ihr 40-jähriges Bestehen feiern.

Vielen noch als KISS, Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen, bekannt dreht sich in der Selbsthilfe-Kontaktstelle alles um die Unterstützung in der gesundheitsbezogenen und sozialen Selbsthilfe. Menschen treffen sich in Selbsthilfegruppen in gleichen oder ähnlichen Lebenslagen, um sich auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen oder auch zur gemeinsamen Freizeitgestaltung. Zusammen entwickeln sie dabei einen selbstbewussten Umgang mit ihrer Krankheit oder einem anderen schwierigen Lebensumstand. Gefragt und wichtig sind das Wissen und die Erfahrungen aller. Zahlreiche Menschen wurden in den vier Jahrzehnten in Selbsthilfegruppen vermittelt, bestehende Gruppen in ihrer Arbeit unterstützt, neue Gruppen gegründet und dabei viele Ideen, Projekte und Veranstaltungen gemeinsam mit Aktiven und Unterstützern aus unterschiedlichsten Bereichen verwirklicht.

Wie Anke Steuer vom Team Selbsthilfe-Kontaktstelle berichtet, fiel auch das große Live Aid Konzert in das Gründungsjahr 1985 – einer Zeit der offenen Kommunikation der Babyboomer als Produkt der 1968er Bewegung. In Witten wurde eine der ersten Selbsthilfe-Kontaktstellen in der Bundesrepublik gegründet.

Seit dieser Zeit befindet sich die Begegnungsstätte in der Dortmunder Str. 13, nachdem die Räume nach einem größeren Umbau durch den Paritätische Ennepe-Ruhr mit Hilfe der späteren Nutzer, wie etwa der SHG Morbus Bechterew, sowie finanzieller und praktischer Unterstützung durch den Lions-Club Witten bezogen werden konnten. Da-

mals fing die erste Mitarbeiterin der Kontaktstelle, Rita Januschewski, mit 13 Selbsthilfegruppen an. Heute arbeiten rund 60 Gruppen mit der Selbsthilfe-Kontaktstelle zusammen. Weit mehr als 1000 Menschen sind in diesen Zusammenschlüssen regelmäßig aktiv, bilden Gesprächskreise, setzen sich in der Öffentlichkeit für ihre Belange ein und diskutieren mit Fachleuten. Ein Beleg dafür, dass Selbsthilfe ein ortsbezogenes Unterstützungssystem braucht, um sich optimal entwickeln zu können.

Vieles dreht sich heute um ADHS und Long Covid

Die Teilnehmer brauchen ihre Namen in den Gruppen nicht zu nennen und können so immer anonym bleiben – wichtig gerade bei Suchtthemen, die immer noch schambehaftet seien, so Kreisgruppenschäftsführer Jan Philipp-Krawinkel. Was in der Gruppe besprochen wird, bleibt in der Gruppe. Nach den Beobachtungen von Anke Steuer wechseln die Themen gerade von z. B. Diabetes zu ADHS und Long Covid. Die Ansprechpartner helfen schon bei niedrigschwelligen Problemen, bevor sie zu groß werden und prüfen, ob eine Selbsthilfegruppe reicht oder professionelle Hilfe erforderlich ist. Alessandra Hecht: „Eine Gruppe kann allein schon durch den Austausch Kraft geben.“ Der Grad der Selbsthilfe sei wie ein Seismograph gesellschaftlicher Entwicklungen, so Uli Krips, der sich in seiner Gruppe um Suchtkranke kümmert.

In einer Jubiläumsveranstaltung in der Wittener WerkStadt blickte die Selbsthilfe-Kontaktstelle jetzt auf vier Jahrzehnte engagierter Arbeit zurück und auf aktuelle Entwicklungen und Herausforderungen voraus. Für die musikalische Begleitung zeichnete Musiker und Musikjournalist Helmut Brasse verantwortlich. dx

Gibt es demnächst einen Wittener Bürgerrat?

Mit einem Schreiben, das am 17. März im Bürgermeisterbüro eingegangen ist, regt die B.R.I.W. (Bürger Rat Initiative Witten) die Gründung eines Bürgerrates an. Wie Lena Kücük von der Pressestelle der Stadt Witten bestätigt, wird diese Anregung gemäß § 24 Gemeindeordnung NRW in Verbindung mit der Hauptsatzung der Stadt Witten auf die Tagesordnung des Haupt- und Finanzausschusses am 18.6.2025 genommen. In der Sitzung hat die Initiative Gelegenheit, ihr Anliegen persönlich vorzustellen.

Was ist ein Bürgerrat?

Wie Hossein Smousavi von der B.R.I.W. der Image erläutert, stellt ein Bürgerrat ein neues Format der Bürgerbeteiligung dar und wird aus zufällig ausgewählten Bürgern gebildet. Das Ziel eines Bürgerrates ist eine größere Einbindung der Zivilgesellschaft in politische Entscheidungen, indem er beispielsweise Empfehlungen zu bestimmten politischen Themen erarbeitet. Nach seiner Einschätzung entwickeln Bür-

ger, die aktiv in Entscheidungsprozesse einbezogen werden, oft mehr Vertrauen in die demokratischen Institutionen.

Bürger, Ratsparteien und die Stadtverwaltung könnten sich dabei über die Plattform „Beteiligung NRW“ untereinander austauschen, Ideen und Projekte vorschlagen und diskutieren. Alle Wittener Bürger haben anschließend die Möglichkeit, online über die Vorschläge abzustimmen. Die Entscheidung obliegt dem Stadtrat. Der Bürgerrat hat, so Hossein Smousavi, in den letzten Jahren an Bedeutung gewonnen. Laut seinen Angaben hat die Datenbank der Bergischen Universität Wuppertal 278 Kommunale Bürgerräte bis 2025 in Deutschland gezählt.

Stadtverwaltung hat Vorschlag geprüft

Die Verwaltung hat sich, so Lena Kücük, im Vorfeld ebenfalls mit der Anregung befasst und wird in einer Mitteilung über das Ergebnis der Prüfung informieren. Diese Mitteilung der Verwaltung wurde am 28. Mai im Ratsinformationssystem veröffentlicht. dx



Witten HÖRT Hörgeräte & Zubehör

- Ihr Spezialist für kleinste Im-Ohr- und -Akku Hörsysteme
- inhabergeführtes - nicht filialisiertes Hörerätiefachgeschäft
- Ihr Atelier-Spezialist für fast unsichtbare Hörgeräte
- faire Preise mit bestem Service

Jetzt Termin vereinbaren für einen kostenlosen Hörtest und unverbindliches Probetragen der neuen Hörsysteme: ☎ **398 65 88**

📞 **0176 - 301 88 656**

Hörakustikermeister Paul Lemke freut sich auf Ihren Besuch!

Witten HÖRT GmbH · Johannisstraße 12 · Witten
Montag bis Freitag 9:00 - 13:30 Uhr und 14:30 - 18:00 Uhr

Smarte Hörgeräte – viel mehr als nur eine Hörhilfe

Moderne Hörgeräte lassen sich mit Smartphones und anderen Geräten koppeln

Moderne Hörgeräte sind heute weit mehr als einfache Hörhilfen: Sie sind technisch hochentwickelte Geräte, die dank digitaler Signalverarbeitung und Künstlicher Intelligenz (KI) gezielt Umgebungsgeräusche reduzieren und Sprache klar hervorheben. So ermöglichen sie auch in schwierigen akustischen Situationen ein natürliches und ermüdungsfreies Hörerlebnis.

Bluetooth-Funktion ist ein Vorteil

Ein großer Vorteil ist die Bluetooth-Funktion, mit der sich die Hörgeräte drahtlos mit dem Smartphone verbinden lassen. Über die passende App des Herstellers können viele zusätzliche Funktionen genutzt werden, etwa das Regeln der Lautstärke, das Messen des Umgebungsschallpegels oder das Überprüfen des Batteriestatus. Zudem bieten viele moderne Geräte eine Akku-Funktion: Statt regelmäßig Batterien zu wechseln, werden die Hörgeräte über Nacht in einer Ladestation aufgeladen. Wer es eilig hat, kann über eine Schnellladefunktion binnen 15 bis 30 Minuten genug Energie für mehrere Stunden erhalten.

Gerade für ältere Menschen ist eine einfache Handhabung wichtig. Hörakustiker stehen dabei beratend zur Seite, unterstützen bei der

Einrichtung und erklären die Bedienung. Wenn nötig können auch Angehörige oder Familienmitglieder in die Handhabung eingewiesen werden, um eine noch schnellere Unterstützung zu gewährleisten. Die Apps sind intuitiv gestaltet, sodass auch Menschen mit wenig Technikkenntnissen schnell zurechtkommen.

Quelle: Vdk

Das kann ein smartes Hörgerät:

- Direktes Telefonieren über das Hörgerät
- Koppeln mit Fernsehern, Radios, MP3-Playern, Tablets oder Notebooks
- Musik, Podcasts und Filme direkt ins Ohr streamen
- Sprachassistenten wie Siri, Alexa oder Bixby verwenden
- Ansagen von Navigationssystemen oder Haushaltsgeräten empfangen
- Medikamenten-Erinnerungen oder Service-Nachrichten anhören
- Fremdsprachen übersetzen lassen

HÖRTECHNIK JAKOBS

Kontakt:
Bahnhofstr. 57, 58452 Witten
Tel.: 02302-1 79 90 18
E-Mail: kontakt@hoertechnik-jakobs.de

- Hörgeräte
- Tinnitusberatung
- Gehörschutz
- Hausbesuche

und vieles mehr. . .

...AUS LIEBE
ZUM HANDWERK



Warum ist erholsamer Schlaf so wichtig?

Nichts ist so spannend und bewegt den Menschen so sehr wie seine Gesundheit, sein eigenes Verhalten und das seiner Mitmenschen. Auch in diesem Jahr greift IMAGE gemeinsam mit Experten in unserer Serie „Wie tickt der Mensch“ spannende Fragen dazu auf. Am 21. Juni findet in Deutschland der Tag des Schlafes statt, eine im Jahr 2000 vom Verein Tag des Schlafes e.V. ins Leben gerufene Initiative, um auf die Bedeutung des Schlafes aufmerksam zu machen. Warum ist Schlaf aber eigentlich so wichtig?



mit Dr. med.
Klaus-Peter Tillmann

„Der Schlaf ist gekennzeichnet durch verschiedene Schlafstadien, in denen das Zentralnervensystem und verschiedene Körperfunktionen unterschiedlich aktiv sind. Es gibt Einschlaf-, Leichtschlaf- und Tiefschlafphasen sowie den REM-Schlaf (von engl. rapid eye movement), in dem wir besonders stark träumen. Alles, was das Zusammenspiel der verschiedenen Schlafstadien beeinflusst, stört den natürlichen Schlafrhythmus. Schlaf ist ein biologisches Bedürfnis wie Essen und Trinken und dient der Erholung von Körper und Geist. Dauerhafter Schlafentzug macht krank. Jeder Mensch wird mehrmals in der Nacht wach, um sich in eine andere Schlafposition zu bringen. Das ist normal und in der Regel

Gute Schlafhygiene fördert guten Schlaf

Schlafdauer und Schlafrhythmus sind individuell verschieden. Ein geregelter und ritualisierter Schlafrhythmus hilft dabei, ausreichend gut und lange zu schlafen. Die exzessive Nutzung von digitalen Medien oder Fernsehen am (späteren) Abend oder sogar bis in die Nachtstunden können den Schlaf stören. Stattdessen tragen Fantasiereisen, die von belastenden Gedanken ablenken, zur Entspannung vor dem Einschlafen bei. Erinnerungen an eine schöne Lebenssituation oder ein schönes Hobby sind gut geeignet. Unterstützt werden kann das durch ein Hörspiel und Geräusche wie Wellenrauschen. Koffein, Nikotin und Alkohol gelten als Wachmacher, die den Schlaf stören können. Vor dem Zubettgehen sollte darauf verzichtet werden. Auch zu spätes Essen ist nicht ratsam. Schließlich sollte das Schlafzimmer ein behaglicher Raum sein, den man abdunkeln kann. Es schläft sich besser in einer Wohlfühlpose.

merken wir das nicht. Haben wir jedoch reduzierte Tiefschlafphasen, bekommen wir das Aufwachen mit und können danach oft nur schwer wieder einschlafen. Dauerhafte Ein- und Durchschlafstörungen, Schnarchen mit Atemaussetzer oder unruhige Beine gehören daher zu den häufigsten Beschwerden, die nach einer ambulanten Untersuchung durch den Hausarzt zu einer Einweisung in ein Schlaflabor führen. Hier wird die sogenannte Polysomnographie durchgeführt. Das ist eine Untersuchung des Schlafes mit Messfühlern, die verschiedene Aspekte aufzeichnet, beispielsweise die Hirnströme, die Augenbewegungen, Atemfluss und Atembewegung sowie die arterielle Sauerstoffsättigung. So erhält man ein Schlafprofil des Patienten“, erklärt Dr. Klaus-Peter Tillmann.

„Wenn die Messungen beispielsweise Atemaussetzer belegen, sollte eine Therapie in Angriff genommen werden. Die Lunge wird nicht mehr ausreichend mit Luft versorgt. Unbehandelt verstärkt die Schlafapnoe das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Weitere Möglichkeiten sind je nach Diagnose eine Schlafmaske oder Weste, eine Mund-Schiene, bei körperlichen Fehlbildungen im Hals-Nasen-Ohren-Bereich können operative Methoden genutzt werden. Schlafstörungen können auch Teil einer Grunderkrankung sein, die man dann natürlich behandeln muss. Auch die Lebensgewohnheiten des Betroffenen werden genau betrachtet. Möglicherweise können hier Veränderungen zu einer Verbesserung führen. Nicht geeignet ist jedenfalls der dauerhafte Griff zu einer Schlaftablette“, sagt Dr. Klaus-Peter Tillmann.“

anja

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

Anzeige



Besser schlafen mit Zirbenholz

Erholung für Körper & Geist – Wie Zirbenholz den Schlaf verbessert

Seit Jahrhunderten wird Zirbenholz für seine positiven Eigenschaften geschätzt. Eine wissenschaftliche Studie hat bereits vor mehr als einem Jahrzehnt nachgewiesen, dass Zirbenholz den Schlaf deutlich verbessern kann. Menschen, die in einem Zirbenbett schlafen, erleben eine tiefere Erholung, da das Holz beruhigend wirkt und die Herzfrequenz senkt. Zudem steigt der Vagustonus, was den Körper in einen Zustand tiefer Entspannung versetzt.

Die ätherischen Öle des Zirbenholzes spielen dabei eine entscheidende Rolle. Sie verströmen einen angenehmen Duft, der beruhigend wirkt und zur Entspannung beiträgt. Zudem besitzt Zirbenholz antibakterielle Eigenschaften und kann das Raumklima positiv beeinflussen.

Der Wissenschaftler Maximilian Moser hebt in seinem Buch hervor, dass insbesondere die Nutzung von Massivholzmöbeln aus Zirbe optimale Effekte erzielt. Wer seine Schlafqualität langfristig verbessern möchte, kann neben einem Massivholzbett auch auf Zirbenkissen, -auflagen oder -decken zurückgreifen.

Ein weiterer entscheidender Faktor für gesunden Schlaf ist das richtige Schlafsystem. Herkömmliche Matratzen können entweder zu hart oder zu weich sein, was zu Fehlhaltungen der Wirbelsäule führt. Ein individuell anpassbares Schlafsystem wie das Relax 2000 mit 3D-Spezialfederkörpern passt sich dem Körper an und entlastet die Wirbelsäule. Vor allem für Seitenschläfer kann eine Komfort-Schulterzone für zusätzlichen Liegekomfort sorgen.

Möbelhaus Welteke

Jesinghauser Straße 1+5
42389 Wuppertal-Langerfeld
Telefon: 0202/60 60 60
E-Mail: info@welteke.de
www.welteke.de

Öffnungszeiten Verkauf:

Dienstag bis Freitag: 9.30 - 19 Uhr
Samstag: 9.30 - 16 Uhr
Montags geschlossen

Möbelhaus
WELTEKE



SCAN ME

Schlafen im Alter

Schlaf ist eine der Säulen unserer Gesundheit – und das gilt in jedem Lebensalter

Gerade im Alter verändert sich der Schlaf deutlich. Viele Menschen ab 65 Jahren berichten über häufiges nächtliches Erwachen, frühes Aufstehen und das Gefühl, weniger tief und erholsam zu schlafen. Das wirft eine zentrale Frage auf: Brauchen ältere Menschen tatsächlich weniger Schlaf? Die einfache Antwort lautet: nicht unbedingt. Zwar schlafen ältere Menschen durchschnittlich zwischen sechs und acht Stunden pro Nacht – und damit etwas weniger als jüngere Erwachsene – doch das bedeutet nicht, dass ihr Schlafbedarf geringer wäre. Vielmehr verändert sich der Schlaf in seiner Struktur: Der Anteil an Tief- und Traumschlaf nimmt ab, während die Leichtschlafphasen zunehmen. Das führt dazu, dass der Schlaf leichter, fragmentierter und subjektiv weniger erholsam erscheint. Viele Betroffene klagen über häufiges Wachwerden oder ein Gefühl der inneren Unruhe in der Nacht. Diese Veränderungen sind größtenteils normal, aber nicht immer folgenlos. Denn guter Schlaf bleibt auch im Alter essenziell: Während der Nacht regeneriert sich der Körper, das Immunsystem wird gestärkt, Zellen erneuern sich, und das Gehirn verarbeitet Eindrücke des Tages. Wer dauerhaft schlecht schläft, riskiert nicht nur eine verminderte geistige und körperliche Leistungsfähigkeit, sondern langfristig auch schwerwiegendere gesundheitliche Folgen wie Bluthochdruck, Diabetes oder depressive Verstimmungen.

Neben den natürlichen Veränderungen des Schlafs im Alter gibt es zahlreiche externe und gesundheitliche Faktoren, die die Nachtruhe stören können. Viele ältere Menschen verbringen weniger Zeit an der frischen Luft – was den Schlaf-Wach-Rhythmus negativ beeinflusst, da Tageslicht entscheidend für die innere Uhr ist. Auch Bewegungsmangel, Einsamkeit, psychische Belastungen oder Schmerzen können Schlafräuber sein. Häufig spielen auch chronische Erkrankungen oder bestimmte Medikamente eine Rolle, etwa bei Bluthochdruck, Asthma oder Magenproblemen. Darüber hinaus treten im Alter vermehrt Schlafstörungen wie Schlafapnoe oder das Restless-Leg-Syndrom auf. Trotz aller Herausforderungen gibt es gute Möglichkeiten, die Schlafqualität im Alter zu verbessern. Ein geregelter Tagesablauf mit ausreichend Bewegung und Licht am Vormittag unterstützt den natürlichen Schlaf-Wach-Rhythmus. Auch geistige Aktivität, soziale Kontakte und eine schlaffördernde Abendroutine – etwa durch Entspannungsübungen oder warme Getränke – können helfen. Auf längere Mittagsschlafphasen sollte möglichst verzichtet werden, da sie die Einschlafbereitschaft am Abend verringern können. Wenn tagsüber geruht wird, sollten alle Schlafphasen – inklusive Nickerchen – zur Gesamtschlafzeit innerhalb von 24 Stunden addiert werden.

Die oft zitierte „8-Stunden-Regel“ ist kein allgemeingültiger Maßstab. Wichtig ist vor allem, wie man sich am nächsten Tag fühlt. Wer nach dem Aufwachen ausgeruht, klar und fit ist, hat wahrscheinlich genug geschlafen – unabhängig davon, wie viele Stunden es genau waren.

Quelle: www.malteser.de & www.gesund-aktiv-aelter-werden.de



Demenzbegleitung
Katja Peter

Der Kopf ist in seiner eigenen Welt,
aber das Herz und die Gefühle sind uns sehr nah.



0176-57678180 • erinnerungsbruecke@mail.de • www.erinnerungsbruecke.de

Chelonia

Ihre freundliche Einrichtung
für betreutes Wohnen in Witten

aktiv bleiben
sich wohl fühlen
versorgt sein



☎ 02302 580860

! Aktuell freie Wohnungen zu vermieten !

Chelonia Pflege GmbH

Wannen 144 • 58455 Witten
E-Mail: chelonia-bochum@t-online.de
www.chelonia-online.de

Nächster Erscheinungstermin:
Image Donnerstag, 3.7.2025
Anzeigenschluss: Mittwoch, 18.6.2025



Tagespflege Chelonia

Stephanie Ludwig

Mo. – Fr. 7 – 16 Uhr



Wir freuen uns auf Sie!



- Strukturierter Tagesablauf
- Fahrdienst
- Pflege und Betreuung

- Bewegungsangebote
- Entspannungs- u. Beautyangebote
- und vieles mehr!!!

Fachlich kompetente Betreuung
in familiärer Atmosphäre
- seit 2004!

Tagespflege · Hellweg 50 · 58455 Witten · Tel. 0 23 02-58 98 413 · Fax 0 23 02-58 98 468 · www.chelonia-tagespflege.de



Schlafapnoe: Wenn der Atem im Schlaf aussetzt

Expertise, Technik und Unterstützung von Löwenstein Medical in Ihrer Nähe

Schlafapnoe ist eine ernstzunehmende Erkrankung, bei der es während des Schlafs wiederholt zu Atemaussetzern kommt. Diese nächtlichen Unterbrechungen der Atmung führen nicht nur zu Tagesmüdigkeit und Konzentrationsproblemen, sondern erhöhen auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck und Diabetes. Viele Betroffene wissen lange nichts von ihrer Erkrankung – bis sie durch Partner:innen, Ärzt:innen oder eigene Beschwerden darauf aufmerksam werden.

Als einer der führenden Anbieter im Bereich der respiratorischen Heimtherapie bietet Löwenstein Medical innovative Lösungen für Menschen mit Schlafapnoe. Unser Unternehmen entwickelt und vertreibt modernste CPAP-, APAP- und BiLevel-Geräte, Masken und Zubehör.

Löwenstein Medical – Ihr regionaler Partner für die Versorgung mit moderner PAP-Therapie

Für den Erfolg einer Schlafatemtherapie steht nicht nur die Technik im Vordergrund. Ein weiterer entscheidender Faktor für den Therapieerfolg ist die persönliche Betreuung in Wohnortnähe. Mit 200 Schlafatemzentren in Deutschland ist Löwenstein Medical auch vor Ort Ihr Partner für die Versorgung mit moderner PAP-Therapie (CPAP, APAP, BiLevel) und die persönliche Betreuung.

Warum Löwenstein Medical?

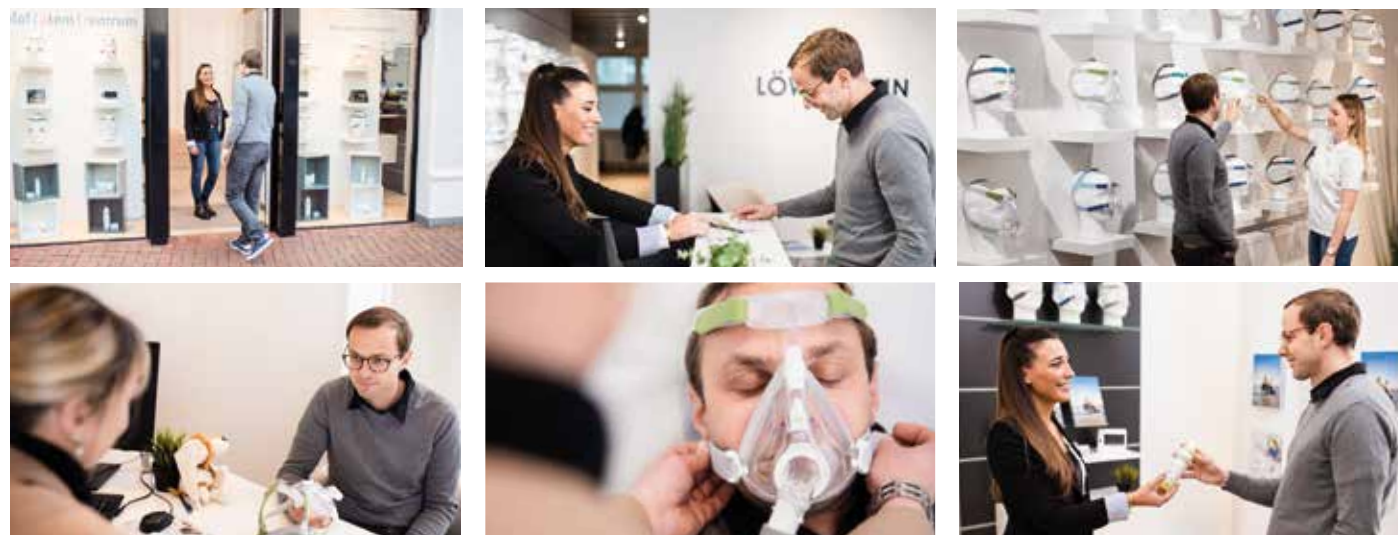
- ✓ Individuelle Beratung durch erfahrene Fachkräfte
- ✓ Umfassende Einweisung in Ihre PAP-Therapie – vor Ort oder digital
- ✓ Schnelle Versorgung mit hochwertigen Geräten & Zubehör
- ✓ Regelmäßige Betreuung und technische Unterstützung
- ✓ Enge Zusammenarbeit mit Ärzten & Schlaflaboren in der Region

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Persönlich & nah: Betreuung in unseren modernen Versorgungszentren in Witten, Bochum und Dortmund
- Wechsel leicht gemacht: Auch wenn Sie bereits versorgt sind – ein Wechsel zu Löwenstein Medical ist unkompliziert und lohnenswert
- Verlässlich & erfahren: Seit über 35 Jahren steht Löwenstein Medical für Qualität in der Patientenversorgung

Menschen im Mittelpunkt

Für uns gilt „Menschen im Mittelpunkt“. Dass die Werte Kundenorientierung und Service intensiv gelebt werden, zeigt die aktuelle Auszeichnung unseres Unternehmens mit dem Deutschen Gesundheits-Award und der erste Platz in der Kategorie Kundenservice.



Jetzt unverbindlich beraten lassen – für einen erholsamen Schlaf und mehr Lebensqualität!

☎ 0231/618091-0

🌐 www.loewensteinmedical.com

📍 Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin in Witten, Bochum oder Dortmund

Löwenstein Medical Filialfinder
in Wohnortnähe:

Löwenstein Medical – Ihr starker Partner für Schlafatemtherapie.



Löwenstein Medical

Ihr Experte für Schlafatemtherapie.

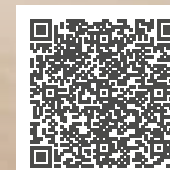
Viele Menschen leiden unter Schlafstörungen, insbesondere unter schlafbezogenen Atmungsstörungen (SBAS), wie der obstruktiven Schlafapnoe (OSA), die mittlerweile als Volkskrankheit gilt.

Die nächtliche Überdruckbeatmung im Rahmen einer Schlafatemtherapie ist die wirksamste und sicherste Behandlungsmethode für OSA.

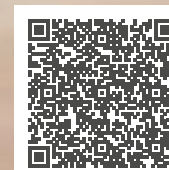
Löwenstein Medical ist Ihr vertrauenswürdiger Partner mit jahrzehntelanger Erfahrung in Schlafatemtherapie-Lösungen.

Unsere Expert:innen stehen Ihnen in unseren Schlaf-Atem-Zentren während des gesamten Therapiezeitraums beratend und unterstützend zur Seite.

Erfahren Sie mehr
über Schlafatemtherapie



Schlaf-Atem-Zentren
in Ihrer Nähe



Die kranke Lunge: Wenn einem plötzlich die Luft wegbleibt

IMAGE im Gespräch mit Oberärztin Dr. Thi Anh Phuong Cong vom Ev. Krankenhaus Witten

Die Pneumologie beschäftigt sich mit Erkrankungen der Lunge. Lungenerkrankungen wie COPD, Lungenentzündung und Lungenkrebs führen nicht selten zum Tod. Aber auch Leiden wie die chronische Bronchitis, Asthma, Staublunge oder andere Formen der chronischen Luftnot verursachen Beschwerden. Außerdem hat die Corona-Pandemie noch einmal ein besonderes Augenmerk auf die Lunge gelegt. Viele Hausärzte oder niedergelassene Lungenfachärzte überweisen Patienten zur weiteren Diagnostik in das Ev. Krankenhaus Witten. Hier kooperiert die Klinik für Innere Medizin seit vielen Jahren mit den Pneumologen des Thoraxzentrums Ruhrgebiet.



Oberärztin Dr. Thi Anh Phuong Cong
Foto: EvK Witten

IMAGE: Atemnot (Dyspnoe) oder Kurzatmigkeit können für Betroffene sehr beängstigend sein. Welche Ursachen können sie haben?

CONG: Die Atmung versorgt den Körper mit lebensnotwendigem Sauerstoff und sorgt für den Abtransport von Kohlendioxid, dem Abgasprodukt unserer Atmung. In Ruhe atmen gesunde Erwachsene 15- bis 20-mal pro Minute ein und aus (Ruhefrequenz). Steigt der Kohlendioxidgehalt im Blut an oder nimmt der Sauerstoffgehalt im Blut ab, wird die Atmung schneller oder tiefer. So kann die akute Atemnot zunächst in der Regel beendet werden. Sie ist keine eigenständige Erkrankung, sondern ein Symptom unterschiedlicher körperlicher und psychischer Zustände. Dazu gehören Schmerzen, Stress, Gefühle wie Angst, Hormone, Stoffwechselprozesse, Außentemperatur und natürliche Krankheiten. In vielen Fällen verursachen Erkrankungen der Atemwege oder Herzkrankheiten die Atemnot oder Kurzatmigkeit. Sie kann akut auftreten oder chronisch über einen längeren Zeitraum verlaufen und unterschiedliche Schweregrade ausbilden.

IMAGE: Wie wird die Diagnose gestellt?

CONG: Neben einer ausführlichen Anamnese, die in einem Gespräch erörtert wird, werden verschiedene Untersuchungen durchgeführt. Dazu gehören die körperliche Untersuchung mit dem Schwerpunkt Herz und Lunge, Laboruntersuchungen, bildgebende Verfahren sowie ein Lungenfunktionstest. Je nach Verdachtsdiagnose können weiterführende Untersuchungen erforderlich sein, die dann in einem interdisziplinären Ansatz im Austausch mit verschiedenen medizinischen Abteilungen behandelt werden. Vorrangig muss die Ursache der Atemnot gefunden und behandelt werden.

Zu den schwerwiegenden Lungenerkrankungen mit Atemnot gehören beispielsweise COPD und das Bronchialkarzinom?

CONG: Unter der COPD (Chronisch obstruktive Lungenerkrankung) wird eine progrediente Erkrankung verstanden, bei der durch pathologische Entzündungsreaktionen der Lunge auf schädliche Noxen (Tabakrauch, Feinstaub...) und darauffolgende Umbauprozesse eine Verengung der Bronchien entsteht, die eine Atemflussbehinderung zur Folge hat. Schwerwiegend ist auch die Erkrankung an einem Bronchialkarzinom. Darunter versteht man Krebs der Trachea (Lufttröhre), der Bronchien (Atemwege) oder der Lungenbläschen (Alveoli). Lungenkrebs ist bei Männern die häufigste und bei Frauen die zweithäufigste Krebstodesursache. Hier ist das Thoraxzentrum Ruhrgebiet intensiv eingebunden. Dabei handelt es sich um eine fachübergreifen-

de Einrichtung für die medizinische Diagnostik und Behandlung von Erkrankungen der Lunge, der Brustwand, des Pleuraraumes sowie des Zwerchfells und des Mittelfellraumes, mit der wir kooperieren.

IMAGE: Welche Therapiemöglichkeiten gibt es bei Atemnot?

CONG: Bei Lungenkrebs sind es im Wesentlichen neben der operativen Methode die Chemo- und die Strahlentherapie, die zum Einsatz kommen. Oft werden die Methoden auch kombiniert – so kann eine Strahlentherapie den Tumor verkleinern, bevor er operativ versorgt wird. Die wichtigste Maßnahme bei COPD ist das Ausschalten von Noxen (Rauchen aufgeben). Es gibt spezielle Trainingsprogramme, die als Lungenrehabilitationsprogramme bezeichnet werden. Diese konzentrieren sich darauf, die Fähigkeit der Patienten zur körperlichen Betätigung zu verbessern und Informationen bereitzustellen, die Patienten helfen, ihre Erkrankung zu meistern. Wichtig ist aber auch die Teilnahme an sportlichen Aktivitäten.

Medikamentös können Substanzen gegeben werden, die zu einer Erweiterung der Bronchien führen (Bronchodilatoren) sowie Kortikosteroide. Des Weiteren kann eine Langzeitsauerstofftherapie erforderlich sein. Die Erkrankungen verlaufen sehr unterschiedlich, sodass die Behandlungen individuell abgestimmt werden müssen.

Bei einer COVID-19-Pneumonie können auch nach der Infektion im Lungengewebe dauerhafte Schädigungen entstanden sein. In der Folge können sie weitere Beschwerden verursachen. Zu Beginn der Pandemie wurde die Infektion als Lungenkrankheit verstanden. Erst später wurde klar, dass durch die Infektion mit dem Coronavirus SARS-COV-2 auch andere Organe betroffen sein können. Mit Atemtechnik, Ausdauer- und Entspannungstraining, aber auch mit Ergotherapie, Krankengymnastik und Inhalationstechnik können bei Atemnot gute Erfolge erzielt werden.

IMAGE: Kann sich eine geschädigte Lunge regenerieren?

CONG: Auch das ist abhängig von der Erkrankung. Rauchen schädigt die Lungenzellen. Wer aber beispielsweise mit dem Rauchen aufhört, dessen Lunge kann sich durchaus regenerieren. Das dauert allerdings und ist wiederum abhängig vom Alter und der Gesamtverfassung des Betroffenen. Mindestens mehrere Monate Zeit braucht es auf jeden Fall. Hilfreich ist außerdem das Training des Lungenvolumens. Dafür gibt es eine Vielzahl bestimmter Atemübungen. Lungensport hat sich als nichtmedikamentöse Therapiemaßnahme in den Behandlungskonzepten von Atemwegs- und Lungenkrankheiten etabliert. Es gibt bundesweit Gruppenangebote für Betroffene.

IMAGE: Gibt es Ursachen, die das Risiko für eine Lungenerkrankung erhöhen?

CONG: Die Belastung durch Tabakrauch, entweder durch das Rauchen der Mutter in der Schwangerschaft oder nach der Geburt des Kindes, ist ein bekannter Risikofaktor für Asthma und beeinträchtigte Lungenfunktion während der Kindheit. Auch für die Erkrankung COPD und natürlich auch Lungenkrebs ist Tabakrauch ein hohes Risiko. Er ist für mehr als 80 Prozent der Lungenkrebserkrankungen verantwortlich. Luftverschmutzung und genetische Faktoren sind weitere Risiken, die insbesondere bei COPD greifen. Personen mit chronisch obstruktiver Lungenerkrankung (COPD), Lungenfibrose, Kopf-, Nacken-, Speiseröhren- oder Brustkrebs sind ebenfalls einem erhöhten Lungenkrebsrisiko ausgesetzt. Frische Luft verschafft Erleichterung und lindert die Kurzatmigkeit. Je kühler die Luft, desto reicher ist sie an Sauerstoff. Die Vermeidung (oder der Schutz) vor dem Kontakt von stark mit Schadstoffen belasteter Luft, eine gesunde Ernährung und ausreichende Bewegung (an frischer Luft) gehören ebenso zu den empfehlenswerten Verhaltensweisen – das gilt allerdings grundsätzlich für den Erhalt der Gesundheit.

anja

Veranstaltungen im JUNI

Führung durch die Urologische Ambulanz

Prof. Dr. Andreas Wiedemann

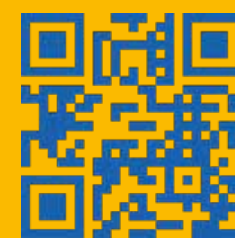
05. Juni 2025 | 17 Uhr

Medizin konkret: Schlafapnoesyndrom

Christoph Brüggelolte und Kerstin Freyhoff

25. Juni 2025 | 17 Uhr

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



Evangelisches Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27

58455 Witten

02302.175-0

Termine

Noch bis Donnerstag, 12.6.

ZBZ der Zahnklinik der Universität Witten/Herdecke

Alfred-Herrhausen-Straße 45, Witten

„Licht zum Atmen“ von Beate Braun

Es ist schon Tradition, dass in den Räumen der Zahnklinik der Universität Witten/Herdecke (UW/H) Kunst von regionalen Künstler:innen gezeigt wird. Mit der Ausstellung „Licht zum Atmen“ feiert die Künstlerin Beate Braun ihr 30-jähriges Schaffen in Witten und Umgebung – eine Reise durch Licht, Farbe und die leisen, tiefen Töne des Lebens. Besucher:innen können sich die Werke bis zum 12. Juni 2025 in der Zahnklinik im ZBZ Witten anschauen. Der Titel ist Programm: Licht steht in all ihren Werken im Mittelpunkt – als Symbol für Hoffnung, Lebenskraft und Verbindung. Der Atem ist ein leiser und doch zentraler Aspekt ihrer Arbeit. „In unserer lauten Welt geht er oft verloren. Doch wer atmet, lauscht – dem Leben, dem Anderen, sich selbst“, sagt Braun und hofft, dass ihre Bilder daran erinnern können. Sie sollen atmen, still machen, verbinden – und vielleicht sogar heilen.

Sonntag, 8.6., 11 - 16 Uhr

Rathausplatz Witten

Innenstadt-Trödelmarkt

Am Sonntag, 8. Juni, verwandelt sich die Wittener Innenstadt wieder in ein Schnäppchenparadies, denn von 11 bis 16 Uhr findet der nächste Trödelmarkt auf dem Rathausplatz statt. Alle, die als Händler und Händlerin am Trödelmarkt teilnehmen möchten, können sich ihren Standplatz bereits online buchen.

Weitere Information zum Trödelmarkt und zur Standplatzbuchung gibt es unter www.stadtmarketing-witten.de.

Quelle: STM

Freitag, 13.6., 18 Uhr

Parkplatz der Freien Evangelischen Gemeinde Witten

Goltenkamp 2, Witten

Ökumenische Abendwanderung im Muttental

Pastor Rico Otterbach und Pfarrer Tim Winkel laden erstmalig zu einer gemeinsamen Abendwanderung ein. Gewandert wird in verschiedenen Stationen bis zum Bethaus der Bergleute im Muttental. Unterwegs gibt es immer wieder Momente der Besinnung und des Austausches. Am Ende kehrt man im neu geöffneten Bethaus für einen Imbiss ein.



Das Bethaus im Muttental

Dienstag, 17.6., 18 Uhr

Gemeinde Sankt Franziskus Herbeder Str. 28, Witten

Infoabend: Umbau Sprockhöveler Straße

Die Sprockhöveler Straße wird auf 1100 Metern zwischen Fischertalweg und Cregel-danzstraße umfassend saniert. Geplant sind ein größerer Mischwasserkanal, ein neuer Wannenbach-Kanal, neue Versorgungsleitungen. Hinzu kommen noch eine Neugestaltung der Straße mit Radschutzstreifen, Gehwegen, Verkehrsinseln, Beleuchtung und mehr Bäumen. Beteiligt am Umbau sind die Stadtwerke, ESW und das Tiefbauamt. Mitte Mai starten die Stadtwerke mit einer neuen Wasserleitung und Leerrohren – zunächst mit geringen Verkehrseinschränkungen. Größere Bauarbeiten beginnen voraussichtlich 2026. Wer über die wichtigen baulichen Veränderungen im Bilde sein will, kann bereits am 17. Juni an einer Informationsveranstaltung zum Thema teilnehmen.

Mittwoch, 18.6., 15 - 17 Uhr

Evangelisches Gemeindehaus Bodenborn 48, Witten

Mittwochs-Treff

Bei einer Tasse Kaffee oder Tee kommt man am besten ins Gespräch. Lauschen Sie gemeinsam kurzen interessanten Vorträgen über den Alltag in Bommern oder vergnügen Sie sich mit unserer Auswahl an Gesellschaftsspielen. Der Mittwochs-Treff findet einmal im Monat statt. **Kommen Sie einfach mal vorbei!**

Mittwoch, 18.6., 17 - 21 Uhr

Zollhaus Herbede Ruhrtal 1, Witten

Afterwork-Event „Schicht im Schacht“

Diesen Monat startet die neue Afterwork-Reihe „Schicht im Schacht“ – eine gemeinsame Aktion der Herbeder Ideenwerkstatt und der Wabe. Das Areal um das Zollhaus verwandelt sich in einen Treffpunkt für alle, die den Arbeitstag entspannt ausklingen lassen möchten.

Mitten im Grünen und direkt an der Ruhr gelegen, bietet das Event eine einzigartige Kulisse für einen sommerlichen Abend voller entspannter Atmosphäre. Besucherinnen und Besucher dürfen sich auf chillige Musik, leckere Snacks, kühle Getränke und ein Ambiente freuen, das zum Verweilen, Plaudern und Genießen einlädt – ganz ohne Eintritt.

Sonntag, 22.6., 10 - 16 Uhr

Haus Herbede Von-Elverfeldt-Allee 12, Witten

Themenrundfahrt „Burgen erlebEN“

Burgruinen, Herrenhäuser und malerische Schlösser erkunden und währenddessen Geschichten über Ritter, Erzbischöfe und sagenumwobene Legenden lauschen. Die Tourismusförderung der EN-Agentur veranstaltet eine Busreise unter dem Motto „Burgen erlebEN“.

Die Themenrundfahrt bietet die Möglichkeit, die kulturellen Schätze des Ennepe-Ruhr-Kreises an einem Tag zu entdecken. Das Gesamtprogramm beinhaltet vier Stunden Besichtigungen, zwei Stunden entspannte Busfahrten durch malerische Landschaften und eine Stunde Auszeit im stilvollen Schulhaus Hotel in Schwelm. Dort wird ein gemeinsames Mittagessen mit regionalen Spezialitäten serviert – hochwertig, liebevoll zubereitet und in historischem Ambiente.

Der Preis beträgt 62 Euro inklusive Mittagessen. Tickets können im Eventkalendar der EN-Agentur gebucht werden: www.ennepe-ruhr-entdecken.de/veranstaltungen.

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

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

NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich

für Privat und Gewerbe

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



ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

UMZÜGE

durch Helmut Klein

sowie: Neumöbelmontagen, Küchenmontagen; Außenaufzüge und Aufzugverleih; Möbellagerung; Klavierttransport; 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

Mittwoch, 27.6.

Evangelisches Gemeindehaus Bodenborn 48, Witten

Männer-Abend: Tour zur Zeche Zollverein

Einmal monatlich bietet der „Männer-Abend“ der evangelischen Kirchengemeinde konfessionsübergreifend kreatives, kulinarisches und kommunikatives für Männer ab 50. Das Programm wird von der Runde gemeinsam verabredet und gestaltet. Für den Juni steht ein gemeinsamer Ausflug zur Zeche Zollverein in Essen an. Wer teilnehmen möchte, kann sich unter 02302 9787730 oder unter siebold@kirche-hawi.de bei Frank Siebold anmelden.

Sonntag, 29.6., 16.30 Uhr

Kirche St. Peter und Paul St.-Peter-und-Paul-Platz 1, in Witten

„Von Dämmerung und Erwachen“

Zu einem Nachmittag im Zeichen jugendlicher Stimmen und großer A-cappella-Musik quer durch die Jahrhunderte lädt der Jugendkonzertchor der Chorakademie am Konzerthaus Dortmund e.V.

Das neue Konzertprogramm steht unter dem Titel „Von Dämmerung und Erwachen“ und ein abwechslungsreiches Repertoire mit musikalischen Klassikern und Neuentdeckungen. Dazu gehören Werke von Heinrich Schütz, Felix Mendelssohn Bartholdy, Reena Esmail oder Ola Gjeilo sowie von zahlreichen weiteren Komponistinnen und Komponisten aus den vergangenen fünf Jahrhunderten, die die gesamte Bandbreite der A-cappella-Literatur aufzeigen.

Der Eintritt zum Konzert ist frei. Um Spenden für die Arbeit des Jugendkonzertchors und der Chorakademie wird gebeten.

Sonntag, 6.7.

In den Gärten des Ruhrgebiets

„Tag der Offenen Gartenpforte“

Die Internationale Gartenausstellung (IGA) 2027 im Ruhrgebiet lädt am 6. Juli zum „Tag der Offenen Gartenpforte“ ein. Der Aktionstag lockt schon seit Jahren viele Privatleute, sich mit ihren grünen Refugien zu beteiligen. 2025 erlebt er dennoch eine Premiere: Erstmals warten Gärten im gesamten Ruhrgebiet an einem einheitlichen Datum auf interessierte Besucher. Auch Gartenbesitzerinnen und –besitzer aus Witten können sich ab sofort anmelden und sich beteiligen. Die „Offene Gartenpforte Ruhr“ ist jedoch kein Wettbewerb. Es sind – abgesehen von einer Gartenlage im Ruhrgebiet – auch keine bestimmten Kriterien zu erfüllen. Spürbar sein sollte allerdings, dass der Garten mit Herzblut angelegt ist. Zudem sollte er genug Anschauungs- und Gesprächsstoff für eine gute halbe Stunde Besuch bieten. Wer sich mit seinem Garten beteiligen und so die IGA 2027 schon jetzt in den eigenen Garten holen möchte, kann sich online anmelden. Die Adresse lautet www.meingarten.iga2027.ruhr/anmeldung-offene-gartenpforte/. Teilnehmer erhalten ein kleines Mitmach-Paket. Alle Gärten werden auf der Internetseite der IGA 2027 veröffentlicht und dort auf einer interaktiven Karte verortet.

AutoCenter
ENNEPETAL

An- und Verkauf von gepflegten Fahrzeugen

info@autocenterennepetal.de
+49 2333 976 925 662
+49 176 43841639
Breckerfelderstraße 3, 58256 Ennepetal

Sie wollen neue Kunden und höheren Gewinn?

Mit Anzeigen in Image...

- Zeit und Geld sparen: Kostenlose Anzeigengestaltung
- Bis zu 180 000 potentielle Neukunden durch Haushaltsverteilung
- Monatliches Erscheinen
- direkte Verteilung mit zweifacher Verteilkontrolle
- Zusätzliche Auslage in Arztpraxen, Supermärkten an öffentlichen Stellen und in div. Geschäften

Termin vereinbaren: info@image-witten.de

Elektromobilcenter Witten
Mobilität im Alter

- ELEKTROMOBILE
- ROLLATOREN
- AKKUS
- ROLLSTÜHLE
- KFZ-ANKAUF
- 24H WERKSTATT
- VERLEIH SERVICE

– ALLE KRANKENKASSEN –
Cregeldanzstraße 24 | 58455 Witten
02302 / 400 42 09
www.elektromobilcenter-witten.de
info@elektromobilcenter-witten.de

Reiseservice
Gabriela Bierwirth

Goethestraße 29
45549 Sprockhövel
Mobil: 0173 8911748

gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de
www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de

BRUNE Schmuckmanufaktur

Wir kaufen Ihr Altgold

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



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



©Image-Magazin

Mittelstraße 49 • 45549 Haßlinghausen • Tel. 0 23 39 / 57 58

Schuhmode GELLER

Gutenbergstraße 2 • 45549 Sprockhövel • Tel. 0 23 24 / 68 67 90

Level up! Deine Zukunft.

27.06.25
13:30 bis 17:00 Uhr

12. Wittener Markt der Ausbildung startet am 27. Juni

Der Wittener Markt der Ausbildung bietet auch in diesem Jahr, wenn es um eine grundlegende Berufsausbildung geht, eine sehr gute Gelegenheit zur Information und Kontaktaufnahme mit Ausbildungsbetrieben. Hier kommen Berufsinteressierte und Fachkräfte suchende Unternehmen zusammen.

Die erfolgreiche Veranstaltung wird gestaltet vom Organisationsteam Stadtwerke Witten, Stadt Witten, IHK Mittleres Ruhrgebiet, Deutsche Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT GmbH und den Kooperationspartnern Sparkasse Witten, Deutsche Edelstahlwerke und Berufskolleg Witten.

Mitmach-Werkstatt

Vorbeikommen, selbst Hand anlegen und spannende Einblicke gewinnen!

CNC-Technik, 3D-Druck, Robotics, praktische Übungen im Bereich der Werkbänke (die erstellten Produkte können mitgenommen werden), virtuelles Schweißen, Draht-Lötübung, ein Geschicklichkeits- oder Gewinnspiel

EINTRITT FREI

12. Wittener Markt der Ausbildung
Gelände der DEW KarriereWerkstatt
Herbeder Str. 39 | 58455 Witten

Auf dem Gelände der Deutsche Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT GmbH, Herbeder Str. 39, 58455 Witten haben letztes Jahr 52 Unternehmen und Institutionen aus Witten und den Nachbarstädten rund 500 Ausbildungsplätze in über 100 Berufen angeboten!

Allein knapp 100 Plätze gab es noch im selben Jahr zu besetzen. Da war für alle etwas dabei. Der Eintritt ist jedes Jahr frei und die Teilnahme für alle Schülerinnen und Schüler freiwillig. Wir hoffen auch dieses Jahr wieder eine bunte Veranstaltung mit zahlreichen interessanten Unternehmen/Institutionen und vielen Angeboten für die Jugendlichen bieten zu können.

Weitere Infos und Anmeldung www.wittener-markt.de



Wir bilden aus...
... und freuen uns auf Eure Bewerbung!

Fachverkäufer im Lebensmittelhandwerk (m/w/d)
Kaufmann im Einzelhandel (m/w/d)
Fleischfachverkäufer (m/w/d)
Fleischer im Verkauf (m/w/d)
Verkäufer und Verkäufer Frische (m/w/d)
Verkäufer – Fachrichtung Bäckerei (m/w/d)

Wir freuen uns auf Eure Bewerbung:
E-Mail: edeka-gruetter@t-online.de
oder einfach im Markt abgeben:
EDEKA Grütter, Wittener Straße 12,
58456 Witten-Herbede

Familie Grütter & Team
Mit Herz in Herbede



+++ 12. Wittener Markt der Ausbildung +++ 27. Juni +++ 13.30 – 17.00 Uhr +++

Karriere mit Lehre: Der Handel bietet tolle Chancen

Wie aktuelle Zahlen der Bundesagentur für Arbeit (BA) zeigen, führt der Einzelhandel mit seinen beiden Kernberufen Verkäufer sowie Kaufleute im Einzelhandel weiterhin die Top Ten der angebotenen Ausbildungsstellen an. Der Handelsverband Deutschland (HDE) unterstreicht die Rolle des Einzelhandels als eine der ausbildungsstärksten Branchen in Deutschland, sieht allerdings im wachsenden Bewerbermangel bei den beiden Kernberufen eine Gefahr für die Zukunft vieler Unternehmen. „Der Ausbildungswille der Händlerinnen und Händler ist ungebrochen. Auf immer mehr angebotene Ausbildungsstellen kommen allerdings weniger Bewerber für die beiden Kernberufe des Handels. Diese Entwicklung darf sich nicht weiter fortsetzen“, so HDE-Hauptgeschäftsführer Stefan Genth. Auf der BA-Liste der angebotenen Ausbildungsstellen landeten die Kaufleute im Einzelhandel mit 38.495 Stellen wie bereits im Vorjahr 2024 auf dem ersten Platz, gefolgt von den Verkäuferinnen und Verkäufern mit 29.730 Stellen auf dem zweiten Platz. Im Vorjahresvergleich ist das Ausbildungsangebot in beiden Berufen somit gewachsen. „Mit seinem vielfältigen und großen Ausbildungsangebot macht der Handel deutlich, dass er für eine erfolgreiche Zukunft auf den Nachwuchs setzt“, so Genth weiter.

Karriere mit Lehre im Handel

Während die Zahl der angebotenen Ausbildungsstellen bei den beiden Kernberufen um insgesamt 16,5 Prozent gestiegen ist, ist die Zahl der Bewerber im Vergleich zum Vorjahr 2024 rückläufig. Für die Ausbildung zu Kaufleuten im Einzelhandel ist die Zahl der Bewerber etwa um acht Prozent zurückgegangen. „Der Nachwuchsmangel im Einzelhandel ist eine Gefahr für die Zukunft der Branche. Hier ist auch die neue Bundesregierung gefragt, die gesamtgesellschaftliche Wertschätzung für die Ausbildung zu fördern“, betont Genth. Angefangen bei einer umfassenden und verlässlichen Berufsorientierung an allen Schulen, müsse jungen Menschen der Mehrwert einer Karriere mit Lehre aufgezeigt werden. Der HDE informiert im Rahmen seiner Branchenkampagne auf der Webseite www.karriere-handel.de über die vielfältigen Ausbildungsmöglichkeiten und Karriereoptionen im Handel.

Karriere im Handel: Mehr als kassieren & Regale einräumen

Unter dem Motto „Mach Karriere im Handel!“ erfahren Schüler, Stundenzweifler, Eltern, Lehrkräfte und Berufsberatende auf www.karriere-handel.de Wissenswertes über die mehr als 60 Ausbildungsberufe sowie Abiturientenprogramme des Handels und duale Studiengänge, die die Handelsunternehmen in Geschäft, Lager, Logistik, Büro und Produktion anbieten. Denn die Branche hat viel zu bieten:

Gutes Geld für gute Arbeit

Gutes Geld für gute Arbeit: Im Einzelhandel liegt das Durchschnittsgehalt einer Vollzeitkraft bei 3.150 EUR/Monat.

Beste Aussichten

Im Einzelhandel haben über 80% der Führungskräfte ihre Karriere mit einer Ausbildung begonnen.

Multitalent

Wenn du willst, bist du im Handel nicht nur Kundenberater, Organisator, Optimierer oder Führungskraft – sondern alles zusammen!

Werde Trendsetter

Arbeiten im Handel bedeutet, Experte auf deinem Gebiet zu sein. Ob Food, Fashion, Beauty oder Technik – mach es zu deinem Thema!

Beste Aufstiegschancen

Du hast studiert und genug von reiner Theorie? Im Handel kombinierst du praktische Arbeit mit besten Aufstiegschancen!

Talent zum Beruf

Du hast immer den richtigen Kauf-Tipp für deine Freunde parat? Mach dein Talent im Einzelhandel zum Beruf – hier wird deine Empfehlung bezahlt!

REWE
Kesper
seit 1930

Wir bilden aus:

- ▶ Verkäufer/-in
- ▶ Fleischer/-in
- ▶ Kaufleute im Einzelhandel

Wir suchen außerdem:

- ▶ Verkäufer/-in in Vollzeit/Teilzeit/Mini-Job
- ▶ Fleischer/-in

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Kesper & Rode oHG
Friedrich-Ebert-Straße 116-120, 58454 Witten
Tel: 02302 89697
E-Mail: Laden@REWE-Kesper.de

Praxisorientiert

Du willst nicht drei Jahre lang nur Theorie lernen? Mach eine duale Ausbildung im Handel und wende dein Wissen gleich praktisch an.

Flexible Zeiteinteilung

Montag bis Freitag von 9 to 5 ist nicht deins? Im Handel bist du flexibel in der Zeiteinteilung und hast unter der Woche auch mal frei.

Alles ist möglich

Probier dich aus: Mit einer Ausbildung kannst du überall in der Branche arbeiten.

Digitalisierung

Werde Teil des Handels und treibe die Digitalisierung selbst voran – du kennst die digitale Welt am besten!

Ganz schön beliebt

Jedes Jahr werden rund 10% aller Ausbildungsverträge für die beiden Berufe Kaufmann/Kauffrau im Einzelhandel und Verkäufer/Verkäuferin abgeschlossen.

Qualifikationen

Führungskraft in nur drei Jahren? Mit den abwechslungsreichen Abiturientenprogrammen im Handel erreichst du bis zu drei Abschlüsse in drei Jahren.

Kundenkontakt

Du willst mit Menschen arbeiten? Der Einzelhandel bietet 50 Millionen Kundenkontakte am Tag!

Noch mehr Gründe für eine Ausbildung im Handel? Dann schau mal auf www.karriere-handel.de.

Ausbildung bei den Stadtwerken Witten: Beste Perspektiven für den erfolgreichen Berufseinstieg

Ein moderner Arbeitsplatz in einem zukunftsorientierten Unternehmen. Dazu eine gute Bezahlung, abwechslungsreiche Aufgaben und viel Raum für die persönliche Entfaltung: All das bieten die Stadtwerke Witten ihren Auszubildenden. Als wichtiger Arbeitgeber in der Region übernimmt der Energieversorger seit vielen Jahren soziale und gesellschaftliche Verantwortung und bildet über Bedarf in verschiedenen Berufszweigen aus.

Modernes Unternehmen mit vielen Angeboten

In Witten sind die Stadtwerke den Menschen vor allem als zuverlässiger Lieferant von Strom, Erdgas, Trinkwasser und Wärme bekannt. Darüber hinaus sorgt das innovative Energieunternehmen als Betreiber von zwei Hallenbädern, dem Freibad Annen und dem beliebten Ausflugsschiff MS Schwalbe II für ein abwechslungsreiches Freizeitangebot vor Ort. Derzeit arbeiten 293 Mitarbeiter:innen bei den Stadtwerken Witten – rund 20 davon erlernen dabei einen der angebotenen Ausbildungsberufe.

Breitgefächertes Ausbildungsangebot

Spaß an einem handwerklichen Job? Oder doch lieber am PC im Büro arbeiten? Ganz gleich, was favorisiert wird: Die Stadtwerke Witten bieten ein attraktives Angebot in unterschiedlichen Berufsfeldern. Basis aller Ausbildungsgänge ist dabei ein systematischer Ausbildungsplan mit klaren Zielvorgaben. Für optimale Lernergebnisse sorgen darüber hinaus die kontinuierliche individuelle Betreuung durch einen fachbezogenen Ausbilder, der tiefgehende Einblick in die unterschiedlichen Abteilungen des Unternehmens sowie der regelmäßige Werksunterricht. In folgenden Berufen bilden die Stadtwerke Witten derzeit aus:

Elektroniker:innen für Betriebstechnik

Elektroniker:innen für Betriebstechnik sorgen für den reibungslosen Ablauf der Produktion und sind im Störfall schnell zur Stelle. Dank eines umfangreichen Wissens in puncto elektrische Energieerzeugung, Energietransport, -Steuerung und -Umwandlung kennen sich die Technik-Experten mit Inbetriebnahme, Wartung und Betriebssicherheit von sensiblen Anlagen bestens aus.

Industriekauffrau, Industriekaufmann

Für einen Energieversorger ist der kontinuierliche Kunden-Dialog von zentraler Bedeutung und Basis des Erfolgs. Ob Einkauf, Verwaltung oder Organisation: Industriekauffrauen und -männer kümmern sich um alles Wichtige und lernen in der Ausbildung von der Material- und Personalwirtschaft bis hin zum Finanz- und Rechnungswesen alle Abteilungen kennen.

Kraftfahrzeug-Mechatroniker:innen

Wenn es um Wartung, Service und Ausrüstung des Stadtwerke-Fuhrparks geht, kommen die Kraftfahrzeug-Mechatroniker:innen ins Spiel. Sie sorgen dafür, dass alle Pkw und Nutzfahrzeuge – auch die E-Autos – immer einwandfrei funktionieren und die Kollegen auf den Straßen in und um Witten sicher unterwegs sind.

Fachangestellte:r für Bäderbetriebe

Auf den ersten Blick ist im Schwimmbad alles in Ordnung. Doch dieser Eindruck reicht nicht! Wir verlassen uns auf dich: In unseren Bädern lernst du mehr als die Aufsicht am Beckenrand. Du wirst Spezialist in Sachen Bädertechnik und Sicherheit – und nebenbei auch noch Kaufmann, Chemiker, Techniker und Betreuer.

Anlagenmechaniker:in

Als Expert:in in der Herstellung und Instandhaltung von Rohrleitung und Rohrleitungssystemen erwartest dich die Wartung und Instandhaltung des Gas- und Wasserrohrnetzes, die Instandsetzung von Rohrbrüchen und die Prüfung von Gasdruckregelanlagen sowie die Leckage-Ortung und Reparaturmaßnahmen im Versorgungsnetz. Aber auch bei der komplexen Erstellung neuer Gas- und Wasserhausanschlüsse bist du gefragt. Entdecke die Vielfalt des Berufes.

So läuft der Bewerbungsprozess

Das Wichtigste vorab: Alle bei den Stadtwerken Witten angebotenen Ausbildungsberufe stehen männlichen, weiblichen und auch diversen Bewerber:innen offen. Wer sich bewerben möchte, sollte die Fachoberschulreife oder die allgemeine Hochschulreife mit guten Noten vorweisen können. Während des Auswahlprozesses laden wir dich zu einem unserer Bewerbungstage ein. Hier warten neben einem Vorstellungsgespräch noch Einzel- und Gruppenarbeiten auf dich.

Beste Karrierechancen auch nach der Ausbildung

Wer bei den Stadtwerken Witten eine Ausbildung absolviert, hat gute Chancen auf dem späteren Arbeitsmarkt. Nach bestandener Abschlussprüfung erwartest dich je nach Abschlussnote ein befristeter Arbeitsvertrag im Unternehmen. Das gibt dir Planungssicherheit und das garantiert beste Perspektiven für einen gelungenen Start ins Berufsleben!



Information

Stadtwerke Witten hautnah erleben

Die Stadtwerke Witten sind Teilnehmer beim „12. Wittener Markt der Ausbildung“ am 27. Juni 2025 und informieren dort über Ausbildungsinhalte und Bewerberprofile und vieles mehr. Weitere Informationen gibt es auch unter www.stadtwerke-witten.de.

Ansprechpartner:

Nils Theising
Telefon 02302 9173-207
E-Mail: ausbildung@stadtwerke-witten.de
Oder postalisch an: Stadtwerke Witten GmbH
Westfalenstraße 18-20, 58455 Witten



Werde jetzt Anlagenmechaniker:in im #teamstadtwerke!

Wir brauchen **#deineenergie**! Sorg auch du für eine zuverlässige **#versorgung** in Witten und **#bewirbdichjetzt** für deinen Ausbildungsplatz in einem spannenden **#ausbildungsberuf** mit Zukunft.

www.stadtwerke-witten.de/ausbildung



Dein Namensschild wartet schon – jetzt fehlst nur noch du! Bewirb dich bei uns für 2026!

Bock auf eine Ausbildung? Wir haben dein Namensschild schon mal reserviert.

Wenn du Lust auf einen spannenden Start ins Berufsleben hast, dann bist du bei uns genau richtig. Die Sparkasse Witten bietet dir zahlreiche Möglichkeiten, deine Zukunft aktiv zu gestalten – mit einer fundierten Ausbildung, tollen Kolleginnen und Kollegen und echten Perspektiven.

Bankkaufmann / Bankkauffrau – Einstieg in die Finanzwelt

In deiner Ausbildung lernst du, sowohl Privat- als auch Firmenkunden professionell zu begleiten und individuelle Finanzlösungen zu entwickeln. Dein Wissen zählt. Genau damit machst du den entscheidenden Unterschied – durch echte Beratungsqualität.

Los geht's – gemeinsam im Team

Der Startschuss fällt mit einer Einführungswoche. Hier lernst du nicht nur andere Auszubildende kennen, sondern auch viele Kolleginnen und Kollegen. Teamgeist und gegenseitige Unterstützung werden bei uns großgeschrieben – du bist von Anfang an mittendrin.

Mit uns deinen Weg gehen

Die Ausbildung dauert zweieinhalb Jahre. Dafür brauchst du mindestens einen Realschulabschluss, besser noch die Fachhochschulreife oder das Abitur. Ausbildungsstart ist immer am 1. August.

Ausbildung plus Studium? Geht klar

Du willst mehr? Dann verbinde die Ausbildung mit einem Studium: Mit Abitur kannst du parallel Banking & Sales bei der Sparkassen-Finanzgruppe studieren. So kombinierst du Praxis und Theorie auf ideale Weise.

Karriere? Aber sicher!

Nach der Ausbildung ist vor der Karriere: Ob Fachwirt, Betriebswirt oder ein Bachelorabschluss – bei uns stehen dir viele Türen offen. Fachseminare und Weiterbildungen bringen dich auf Kurs. Die Möglichkeiten bei der Sparkasse Witten sind so vielseitig wie du selbst.

Nähere Infos erhältst du bei unserer Ausbildungsleiterin, Manuela Briele unter 02302/1741302 oder per Mail unter manuela.briele@sparkasse-witten.de oder unter [sparkasse-witten.de/ausbildung](https://www.sparkasse-witten.de/ausbildung)

Hey, auf dem Namensschild ist noch Platz für dich.

**Starte deine Ausbildung zum/zur Bankkaufmann/-frau (m/w/d).
Beginn ist der 01.08.2026!**

Bewirb dich jetzt!

Abwechslungsreich. Sicher. Praxisnah mit vielfältigen Entwicklungsmöglichkeiten.

Infos findest du unter [sparkasse-witten.de/ausbildung](https://www.sparkasse-witten.de/ausbildung) oder ruf einfach unter 02302/174-1302 (Manuela Briele, Ausbildungsleiterin) an.



Sparkasse
Witten

**Bock auf eine Ausbildung?
Hier kann dein Name stehen.**

Besuch uns auf dem
12. Wittener Markt der Ausbildung
am 27. Juni 2025, 13.30-17.00 Uhr

Deutsche Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT
Herbeder Str. 39
58455 Witten

Anzeige



Drei Tage gelebte Kreislaufwirtschaft bei der AHE-Gruppe

Vom 6. bis 8. Mai 2025 verwandelte sich das Gelände der Vergärungsanlage der AHE-Gruppe in Witten in einen lebendigen Treffpunkt für Kreislaufwirtschaft, Nachhaltigkeit und Innovation. Drei Tage lang wurde hier diskutiert, besichtigt und vermittelt – mit Gästen aus Politik, Verwaltung, Wirtschaft und vielen engagierten Menschen aus der Region, die Kreislaufwirtschaft nicht nur mitdenken, sondern mitgestalten.



v.l.n.r.: Matthias Kleinschmidt, Verena Schäffer, Johannes Einig

Ein Blick hinter die Kulissen zeigt: Die AHE lebt, was sie vermittelt. In der seit 2012 betriebenen Vergärungsanlage wird der Bioabfall aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis nicht einfach entsorgt, sondern sinnvoll verwertet. Dabei entstehen CO₂-neutraler Strom für rund 3.000 Haushalte, hochwertige Abwärme zur Beheizung der Anlage sowie Flüssigdünger und zertifizierter Kompost für die regionale Landwirtschaft. Allein 2024 erzeugte die Anlage rund 5,4 Millionen Kilowattstunden grüner Energie – ein Paradebeispiel für funktionierende Kreislaufwirtschaft. Den Auftakt der dreitägigen Veranstaltungsreihe bildete die interne Mitarbeiterversammlung der AHE-Gruppe. In einer offenen Atmosphäre kamen Kolleginnen und Kollegen aus allen Unternehmensbereichen zusammen, um sich über Entwicklungen und gemeinsame Ziele auszutauschen.

Am Mittwoch folgte der Fachdialog zur Kreislaufwirtschaft mit hochkarätigen Gästen aus Landes- und Kommunalpolitik, der Kreisverwaltung und der regionalen Wirtschaft. Landrat Olaf Schade brachte es treffend auf den Punkt: „Hier findet Kreislaufwirtschaft statt.“ Johannes Einig, Geschäftsführer der AHE-Gruppe, betonte in seiner Ansprache die Bedeutung konkreten Handelns: „Für uns bedeutet Kreislaufwirtschaft nicht nur zu denken, sondern zu handeln.“

Inhaltlich standen Themen wie die Qualität von Bioabfall, die Bedeutung von Aufklärung und Abfallberatung, damit die Wertschätzung von Abfällen als Rohstoff gestärkt wird, interkommunale Zusammenarbeit als Schlüssel zur Weiterentwicklung und der Abbau bürokratischer Hürden im Fokus. Die Atmosphäre war geprägt von praxisnahem Austausch, lösungsorientiertem Denken und einer gemeinsamen

Vision: Kreislaufwirtschaft als festen Bestandteil einer nachhaltigen Zukunft zu etablieren.

Im Anschluss öffnete die AHE-Gruppe das Gelände für alle Interessierten. Beim Tag der offenen Tür konnten Besucherinnen und Besucher bei Führungen über das Gelände, Ausstellungen und Fachvorträgen erleben, wie Kreislaufwirtschaft praktisch funktioniert. Gezeigt wurden unter anderem eine Siebmaschine von der Firma Doppstadt, ein wasserstoffbetriebener GenH₂ Truck von Air Products, ein batterieelektrisches Abfallsammelfahrzeug des USB Bochum sowie das Fahrradprojekt „Second Chance Bikes“ der Wabe GmbH. Ergänzt wurde das Programm durch Vorträge von Air Products, Zeero und einer Fachexpertin der AHE-Gruppe.

Auch am Donnerstag war das Gelände gut besucht. Weitere Führungen, Technikvorführungen und Vorträge – etwa von Doppstadt Umwelttechnik, DMT Energy Engineers und der AHE – rundeten das vielseitige Programm ab.

Den Abschluss der Veranstaltungsreihe bildete der Unternehmertreff der Stadt Witten, der in diesem Jahr bei der AHE-Gruppe zu Gast war. Über 70 Gäste aus der regionalen Wirtschaft kamen zusammen, um über Energie aus Abfall und nachhaltige Standortentwicklung zu sprechen. Auch Wittens Bürgermeister Lars König hob die Bedeutung einer engen und vertrauensvollen Zusammenarbeit zwischen Kommune und Wirtschaft hervor.



Johannes Einig – Geschäftsführung AHE

Fazit: Drei intensive Tage, viele Perspektiven und ein gemeinsames Ziel. Die AHE-Gruppe zeigte eindrucksvoll, dass Kreislaufwirtschaft dann am stärksten wirkt, wenn Vision, Verantwortung und praktisches Handeln zusammenkommen.

Weitere Impressionen zur
Veranstaltung finden Sie bei



Wärme – Wasser – Wohlbehagen WILGENBUS

WARTUNG



SANITÄR KLIMA HEIZUNG

Crengeldanzstraße 17 · 58455 Witten · 02302-281710
info@wilgenbus.com · www.wilgenbus.com



seit 1955

- ⚡ Gebäudetechnik
- ⚡ Kommunikation
- ⚡ Arbeitsbühen
- ⚡ Haustechnik
- ⚡ Sicherheitstechnik
- ⚡ Notdienst

ELEKTRO WIESHOFF GmbH
Steinhauser Hütte 7
58455 Witten

info@elektro-wieshoff.de

elektro-wieshoff.de

NASSE WÄNDE? FEUCHTER KELLER?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.
Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Abdichtungssysteme
Bobach & Schaub GmbH & Co. KG
Herbderstr. 58 b, 58455 Witten
☎ 02302-2778449
www.isotec.de/witten



ISOTEC®
IMMER BESSER.

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

4. Nachhaltigkeitspreis

13 Projekte haben sich um den 4. Nachhaltigkeitspreis beworben. Obwohl die Projekte ganz unterschiedlich mit dem Thema Nachhaltigkeit umgehen, verfolgen sie alle ein gemeinsames Ziel: die Lebensqualität in Witten zu verbessern. Aus den eingereichten Projekten hat die Jury nun sechs Gewinner ausgewählt, die sich insgesamt über ein Preisgeld von 13.000 Euro freuen können. „Die Jury-Entscheidung fiel uns nicht leicht. Viele Projekte leisten hervorragende Beiträge, um das soziale Miteinander und den Umweltschutz zu fördern. Daher haben wir uns entschieden, das Preisgeld zu erhöhen und nicht nur fünf, sondern sechs Projekte auszuzeichnen“, sagt Mathias Kukla von den Stadtwerken Witten im Namen der Jury. Die Siegerpokale wurden von Lars König, Bürgermeister der Stadt Witten und Aufsichtsratsvorsitzender der Stadtwerke, sowie Andreas Schumski, Geschäftsführer der Stadtwerke, an folgende Institutionen, Schulen und Vereine überreicht:

1. Platz: Tanztheater Abrakadabra/Ev. Kirchenkreis Hat.-Wit. – 4.000 Euro
Kinder und Jugendliche setzen sich mit Tanz und Kreativität mit dem Klimawandel auseinander. Daraus entstehen unterschiedliche Projektbausteine: von Tanz-Performances über Videoclips bis zu Modenschauen mit recycelten Materialien oder Kunstausstellungen. Dabei lernen die Kinder einen bewussten Umgang mit der Natur. „Wir waren nass und dreckig, aber egal, wir haben so viele Bäume gepflanzt“, sagt ein Kind nach einer Aktion des Tanztheaters.

2. Platz: Gemüseackerdemie/Ruhr-Gymnasium – 3.000 Euro
Schülerinnen und Schüler erfahren, wie aus einem Samenkorn eine knackige Möhre wird. Die Jugendlichen übernehmen gemeinsam Verantwortung für den Acker und lernen, welche Wirkung ihr Handeln hat. Das Projekt soll nicht nur auf das Schulleben begrenzt sein, sondern auch Anwohnerinnen und Anwohner miteinbeziehen und für den Acker begeistern.

2. Platz: Bienenhaus/Rudolf-Steiner-Schule – 3.000 Euro
Auf dem Schulgelände der Rudolf-Steiner-Schule wird ein Bienenhaus errichtet. Dadurch sollen Schülerinnen und Schüler die Bedeutung von Bienen für das Ökosystem kennenlernen. Die zusätzlich erworbenen praktischen Kenntnisse in der Imkerei fördern gleichzeitig das Verständnis für Biodiversität. Ein erfahrener Imker wird die Kinder zu Bienen-Experten ausbilden.

3. Platz: Tischtennis für Menschen mit Parkinson/DJK Blau-Weiß Annen – 1.500 Euro
Der Sportverein hat seit Anfang des Jahres eine neue Gruppe gegründet, die Menschen mit Parkinson die Möglichkeit gibt, unter Anleitung von ausgebildeten Trainern Tischtennis zu spielen. Der Krankheitsverlauf kann durch die Bewegung verlangsamt werden und die Betroffenen können sich gegenseitig austauschen.

4. Platz: Insekten-Rückzugsort/Wittener Turnverein 1877 – 1.000 Euro
Die Kinder des Vereins wollen einen geschützten Ort für Insekten schaffen. Dieses Insektenhotel soll auf dem vereinseigenen Gelände am Sonnenschein entstehen und wird von der Sportgruppe „Kids in Action“ gebaut.

5. Platz: Zukunft frei/Ensemble 180 Grad – 500 Euro
Die Senioren-Theatergruppe will ein Stück erarbeiten, das Altersarmut, Vereinsamung und den Verlust der körperlichen und psychischen Unbeschwertheit thematisiert. Im künstlerischen Prozess möchte das neu gegründete 11-köpfige Ensemble Probleme und Lösungen nicht nur formulieren, sondern sie auch emotional zugänglich machen.

Die Pokale wurden auf dem Fahrgastschiff der Stadtwerke, der MS Schwalbe II, an die Siegerinnen und Sieger übergeben. Die dreiköpfige Jury, bestehend aus Kaja Fehren (Klimaschutzbeauftragte der Stadt Witten), Barbara Dieckheuer (VIADUKT e.V., dem Verein zur Förderung der psychosozialen Versorgung in Witten) und Mathias Kukla (Stadtwerke Witten), begründete ihre Entscheidungen: „Wir bedanken uns bei allen, die sich beworben haben. Wir haben dieses Jahr den Schwerpunkt auf die Arbeit mit Jugendlichen und Kindern gelegt. Darüber hinaus haben wir erstmalig auch Projektanträge von Sportvereinen erhalten. Es ist spannend zu sehen, wie kreativ Vereine beim Umgang mit dem Thema sind“, so Kukla.

Energiesparhaus Ruhr

Nach zwei erfolgreichen Jahren als Teil der Initiative Solarmetropole Ruhr richtet die Stadt Witten ihren Fokus ab sofort auf das nächste große Zukunftsthema: die energetische Gebäudesanierung im Rahmen des Projekts „Energiesparhaus Ruhr“. Gemeinsam mit dem Regionalverband Ruhr (RVR) und zahlreichen Partnerkommunen beteiligt sich Witten in den Jahren 2025 und 2026 aktiv an der regionalen Kampagne, die Bürger motivieren will, ihre Gebäude energetisch zu modernisieren.

Zurückblicken und nach vorne denken

Im Rahmen der Solarmetropole Ruhr hat Witten in den vergangenen zwei Jahren bereits wichtige Impulse in Sachen Energiewende gesetzt: „Zwei Photovoltaik-Förderprogramme wurden erfolgreich umgesetzt (...) Zusätzlich wurde das Solarkino zwei Mal veranstaltet – ein unterhaltsames wie informatives Event, das das Thema Solarenergie kreativ ins Licht rückte. Begleitet wurde die Initiative außerdem von zahlreichen Veranstaltungen, die praxisnahe Informationen rund um Photovoltaik, Eigenverbrauch und Fördermöglichkeiten vermittelten. (...)“, berichtet Tamara Gademann von der Koordinierungsstelle Stadterneuerung und Klimaschutz.

Jetzt sanieren: Energiesparen zahlt sich doppelt aus

Mit dem Energiesparhaus Ruhr setzt Witten nun auf den nächsten logischen Schritt: die energetische Sanierung bestehender Gebäude. Denn mehr als jedes dritte Wohngebäude in der Metropole Ruhr ist sanierungsbedürftig, wie aktuelle Daten von co2online zeigen. Veraltete Heizsysteme, schlechte Dämmung oder undichte Fenster führen zu enormen Energieverlusten – mit Folgen für Klima und Geldbeutel. Ziel der Kampagne ist es, Hauseigentümer für Modernisierungen zu gewinnen, die Energieverbrauch und CO₂-Ausstoß dauerhaft reduzieren. Dazu gibt es in den nächsten zwei Jahren gemeinsam mit dem RVR Informationsveranstaltungen, Aktionen und Förderangebote.

Sanieren ist gut – aber auch kleine Maßnahmen helfen weiter

Nicht immer besteht die Möglichkeit, die eigenen vier Wände ohne Weiteres zu sanieren – sei es aus finanziellen, technischen oder rechtlichen Gründen. Doch: Wer nicht sanieren kann, kann trotzdem Energie sparen. Ein effizienter und bewusster Umgang mit Strom, Heizung und Wasser kann bereits deutliche Einsparungen bringen. Auf der Website des Energiesparhauses Ruhr gibt es eine Vielzahl leicht umsetzbarer Alltagstipps sowie interaktive Tools zur Unterstützung:

- Die kostenlosen EnergiesparChecks von co2online helfen dabei, gezielt Einsparpotenziale zu erkennen.
- Der Sanierungsrechner des Bundesministeriums und der KfW unterstützt insbesondere Eigentümer dabei, passende Modernisierungsmaßnahmen zu ermitteln.
- Auch Mieter und Mieterinnen profitieren: Ob Stromverbrauch oder Warmwasser – einfache Maßnahmen können die Kosten senken und die Umwelt schonen.

Ebenfalls zu finden sind dort weitere Informationen, darunter: aktuelle Veranstaltungshinweise, Tipps zum Energiesparen – mit oder



Einziehen & wohlfühlen!

Informationen &
Wohnungsangebote unter
www.wwo-witten.de

Maler Achim Kohlmann

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

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

Auf Wunsch:
✓ Gebäudereinigungsservice
✓ Gardinen-Waschservice

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

Modern oder nachhaltig wohnen? Einfach beides!

- schneller LBS - Modernisierungskredit bis zu 50 000,- € – OHNE Grundbucheintrag
- geringe mtl. Rate – einfache Abwicklung

LBS

Ich freue mich auf
Ihren Anruf zur
Terminvereinbarung!

Bezirksleiter Oliver Hamacher
Berliner Str. 10 • 58452 Witten • Tel.: (0 23 02) 91 46 40

ohne Sanierung, Informationen zu Förderprogrammen und Sonderaktionen und eine praktische 5-Schritte-Anleitung zur Umsetzung energetischer Sanierungen. Weitere Infos zum Projekt gibt es unter: energiesparhaus.ruhr/ sowie auf der städtischen Website: www.witten.de/themen-mehr/klimagerechte-stadterneuerung/energie-effizienz/ tg

WIR SIND DIE EXPERTEN FÜR ALLES, WAS GEKÜHLT WERDEN MUSS



*KÜHL
*KALT
*KÄLTER

FÜR JEDEN PRIVATRAUM UND JEDES GEWERBE DIE OPTIMALE LÖSUNG

KÄLTE SCHRADER KLIMA



Besuchen Sie unsere neue Ausstellung!

Ardeystraße 70 a | 58452 Witten | Tel.: 0 23 02 - 1 80 08
info@kaelte-schrader.de | www.kaelte-schrader.de

Gut geschützt vor Hitze unterm Dach

Wirksamer Hitzeschutz ist in den Sommermonaten unverzichtbar, insbesondere in Dachgeschosswohnungen. Mit Außenrollläden, Außenrollo Screen und Außenmarkise bieten sich montagefreundliche und schnell umsetzbare Möglichkeiten, um die Wärmeübertragung über das Dachfenster zu begrenzen und den Wohnkomfort zu steigern.

Effektiv geschützt vor Hitze und Sonnenlicht

Größtmöglichen Hitzeschutz und bei Bedarf nahezu vollständige Verdunkelung erreicht man effektiv mit Außenrollläden Dachfenster. Die Premiümlösung wird in wenigen Einzelteilen ausgeliefert, vom Dachprofi zusammengesteckt und ohne zu bohren am Dachfenster angebracht. Dann fangen doppelwandige Alu-Lamellen Sonnenstrahlen schon vor der Scheibe ab. Das Öffnen und Schließen des Dachfensters ist auch bei montiertem und geschlossenem Rollladen möglich. Die Steuerung erfolgt je nach Wunsch manuell, elektrisch durch den Anschluss an das Stromnetz mit kabelgebundenem Taster oder über Funk mittels Fernbedienung. Es gibt sogar Solar-Varianten, die die Stromversorgung durch ein Solarmodul und einen wiederaufladbaren Akku gewährleisten. Wenn nötig, kann der Akku selbst entnommen

und per Micro-USB-Kabel aufgeladen werden. Die Bedienung erfolgt durch einen Wandsender.

Außenrollo und Außenmarkise

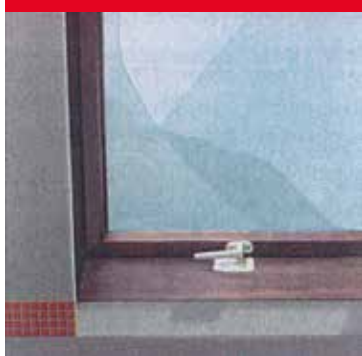
Möchten Sie Hitze- und Blendschutz mit Tageslicht in den Räumen kombinieren, bietet sich die Wahl zwischen Außenrollo und Außenmarkise. Beide setzen dafür auf witterungsbeständigen Stoffbehang. Das Außenrollo Screen wird in wenigen Handgriffen unter der Verblechung des Dachfensters montiert. Anschließend bringen Profis das Dachfenster einfach in die Putzstellung und hängen die Außenaustattung ein. Somit ist das Außenrollo Screen mit wenigen Handgriffen am Fenster montiert. Werden die Sonnenstunden weniger, lässt sich das Außenrollo Screen genauso einfach aushängen und bis zum nächsten Sommer bequem unter der Dachfenster-Verblechung verstauen. Außenmarkisen können sich elektrisch öffnen und schließen und mit kabelgebundenem Taster oder über Fernbedienung bedient werden. Für die Montage ist ebenfalls kein Einsatz auf dem Dach notwendig; der Einbau gelingt in kurzer Zeit von innen.

Quelle: www.ROTO-frank.com

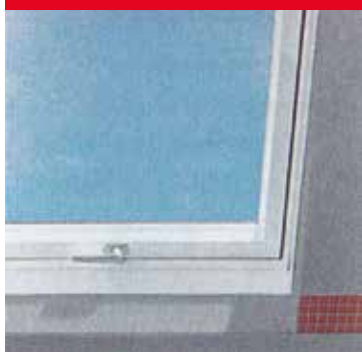
Foto: www.ROTO-frank.com

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, KfV-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



Image
Nächster Erscheinungstermin:
**Donnerstag
3.7.2025**
Anzeigenschluss:
Mittwoch, 18.6.2025



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

10a
autoservice

BESTE
AUTOSERVICE

Baustelle Wittener Straße geht langsam voran

„Es läuft nicht nach Plan, sonst könnten wir schon fertig sein.“ Projektleiter Uwe Mielke von der Hagener Außenstelle des Landesbetriebs Straßenbau NRW hat die schwierige Aufgabe, die „Baumaßnahme L924“ umzusetzen. Die Planung war das eine, die vielen Überraschungen, vor allem im Erdboden, waren das andere.

Planung der neuen Wittener Straße begann 2016

Die ersten Überlegungen zur Erneuerung der Wittener Straße begannen bereits vor neun Jahren. Seit dem 5. Januar 2023 ist die Wittener Straße halbseitig gesperrt und wird seitdem im Rahmen der umfassenden Bau- und Sanierungsmaßnahme neu gebaut und gleichzeitig ausgebaut. Die Baumaßnahme selbst ist in 22 Baufelder unterteilt und wird nacheinander nach gleichem Muster mit jeweils halbseitiger Sperrung und Einbahnstraßenverkehr abgearbeitet. Neben Straßen. NRW wirken auch die Stadt Witten mit. Außerdem beteiligt sind die Stadtwerke Witten, die AVU und die Deutsche Telekom.

Umleitung und überraschende „Bodenschätze“

Mit einem Vorlauf von sechs Jahren hatten erste Termine mit den Versorgungsunternehmen stattgefunden. „Wir hatten uns schon darauf eingestellt, dass wir Probleme mit den Versorgungsleitungen bekommen würden und wir deshalb nicht so tief in die Erde können“, so Projektleiter Uwe Mielke. Die unklare Lage liegt auch daran, dass die alten Leitungen von Versorger zu Versorger, z. B. bei Fusionen, weitergegeben wurden. „Teilweise wissen die Versorger selbst nicht, ob ihnen die Leitungen gehören und ob sie noch in Betrieb sind.“ Auch der viele Regen im Frühjahr, der zusammen mit dem sowieso hohen Grundwasser erst mal abgepumpt werden musste, führte zu Verzögerungen.

Autofahrer haben es gerade schwer

Zur Zeit laufen die Arbeiten zwischen Kämpenstraße und der A43 Anschlussstelle Herbede. Alle, die von Durchholz zur A43 wollen, müssen deshalb einen großen Umweg über Speckbahn und Vormholzer Straße fahren. Bekanntlich dürfen schwere Fahrzeuge dann in Herbede auch nicht über die Ruhrbrücke Richtung A43-Auffahrt Heven fahren. Damit nicht genug – erschwerend für die Autofahrer und Anwohner kommt seit Mitte April auch noch die Sperrung der Anschlussstelle Witten-Herbede auf der A43 Richtung Wuppertal wegen Brückenarbeiten bis in den Herbst hinzu. Kommt jetzt nichts Überraschendes mehr, will Straßen.NRW Ende des Jahres fertig sein. dx



Kfz-Technik-Sittart
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. 023 02/3 03 13
Fax 023 02/39 03 19
www.kfz-technik-sittart.de

KFZ Ralf Kleppe Witten

Wir können alle Marken von Alfa-Romeo bis Volkswagen

Wartung-Inspektion · Reifen und Bremsen
Elektronik-Diagnose
Unfallschaden-Reparatur und deren Abwicklung
Motoroptimierung – mechanisch und via Chiptuning
Klimaanlagen · Auspuffanlagen und vieles mehr ...

KFZ Ralf Kleppe
Cörmannstr. 20 · 58455 Witten
Tel.: 0 23 02/5 20 52 · www.kfz-ralf-kleppe.de

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 023 02/5 15 65 + 27 50 86

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

Foto Fahrtrichtung Herbede: Der kurze Weg von der Kämpenstraße zur Auffahrt A43-Herbede versperrt baustellenbedingt eine Einbahnstraße. Es geht langsam voran mit der Wittener Straße – Verzögerungen sind jederzeit möglich.

Blütenmeer – Blütenzauber!

Jetzt unser blühendes Sortiment an Stauden, Beet- und Balkonpflanzen sowie Rosen und Ziersträuchern pflanzen!

Beste Qualität und fachliche Beratung sind in unserer Baumschule selbstverständlich!

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



Quelle: ©VZ NRW/adpic

Fachgerecht und zuverlässig

Hier steht die Kundenzufriedenheit im Mittelpunkt



Seit 2006 ist rb Garten- und Landschaftsbau erfolgreich im Garten- und Landschaftsbau tätig und steht seitdem für zuverlässige und fachgerechte Leistungen. Qualität, Sorgfalt und langjährige Erfahrung zeichnen das Unternehmen dabei aus. Im Mittelpunkt der Arbeit stehen ein offener, ehrlicher Umgang sowie die nachhaltige Zufriedenheit ihrer Kundinnen und Kunden.

„Wir betreuen private, gewerbliche und kommunale Kunden und setzen dabei auf Qualität, Sorgfalt und langjährige Erfahrung“,

betont Inhaber Rifat Berisha. Mit viel Erfahrung und einem feinen Gespür für individuelle Wünsche werden hier Grünanlagen und Gärten geplant und gestaltet – immer maßgeschneidert nach den Vorstellungen der Auftraggeber. So entstehen in kurzer Zeit persönliche Rückzugsorte im Grünen, die zum Entspannen und Genießen einladen.

Team ist größte Stärke

Das Team von rb-Garten-und Landschaftsbau aus Fachkräften mit unterschiedlichen Qualifikationen und Erfahrungen. Diese Vielfalt ermöglicht es flexibel auf verschiedenste Anforderungen einzugehen und für jede Aufgabe die passende Lösung zu finden. „Unser Team ist unsere größte Stärke“, freut sich der Inhaber. Nach einem persönlichen Beratungstermin direkt vor Ort erstellen die Profis auf Wunsch einen transparenten und übersichtlichen Kostenvoranschlag und beraten dabei, wie die Vorstellungen der Kunden bestmöglich realisiert werden können. Fair, nachvollziehbar und zuverlässig kalkuliert.



Alles rund um Haus und Garten

Von individuellen Privatgärten bis hin zu großen Außenanlagen

KONTAKTIEREN SIE UNS:
☎ 0177 6846256 • ✉ info@rb-galabau-witten.de
📍 Wengernstraße 17, 58452 Witten

Gärten der Zukunft: Grün trotz Hitze

Wie Gärten auch heiße Sommer gut überleben

In den Sommermonaten nehmen Wetterextreme zu: Starkregen und Trockenperioden wechseln sich ab. Gärten, Pflanzen und Teiche benötigen dann besondere Aufmerksamkeit – vor allem bei der Bewässerung. Eine nachhaltige, klimafreundliche Gartengestaltung hilft, die Auswirkungen zu mildern. Die Verbraucherzentrale NRW gibt praktische Tipps, wie sich mit Regenwassernutzung und trockenheitsverträglichen Pflanzen ein schöner und robuster Garten gestalten lässt.

Warum Regenwassernutzung sinnvoll ist

Nur etwa ein Prozent des weltweiten Wassers ist als Trinkwasser nutzbar. Im Sommer steigt der Wasserverbrauch in Haushalten deutlich an – besonders durch Gartenbewässerung. Regenwasser ist eine kostenlose Ressource, mit der sich Trinkwasser sparen und die Umwelt schonen lässt. Wird Regenwasser vor Ort gespeichert statt abgeleitet, entlastet das zusätzlich die Kanalisation. Wer sammelt, spart oft auch Abwassergebühren – viele Kommunen bieten entsprechende Ermäßigungen an.

Regenwasser im Garten speichern

Regenwasser ist kalkarm und gut für Pflanzen. Es lässt sich mit einfachen Mitteln auffangen – etwa in Regentonnen, die über Regendiebe an Fallrohre angeschlossen werden. Auch dekorative Tanks wie Pflanzsäulen oder Wandtanks bieten zusätzliche Kapazität. Wer mehr speichern will, kann unterirdische Zisternen nutzen: Leichte Kunststoffmodelle eignen sich für den Eigeneinbau, größere Betonzisternen bieten bis zu 10.000 Liter Fassungsvermögen, erfordern aber mehr Aufwand.

Effizient gießen

Bei Hitze sollte in den kühlen Morgen- oder Abendstunden gegossen werden, damit das Wasser nicht verdunstet. Wichtig ist, die Pflanzen bodennah zu wässern, damit das Wasser direkt an die Wurzeln gelangt. Seltener, dafür durchdringend zu gießen, sorgt für tiefes Wurzelwachstum und macht Pflanzen widerstandsfähiger.

Trockenheitsverträgliche Pflanzen

Die richtige Pflanzenwahl spart Wasser. Trockenheitsangepasste Arten sind pflegeleicht, robust und insektenfreundlich. Gut geeignet sind Gräser wie Federgras oder Berg-Segge, Bodendecker wie Thymian und Wald-Windröschen sowie Stauden wie Maiglöckchen und Storchschnabel. Auch Farne, Kornelkirsche oder Weißdorn kommen mit wenig Wasser aus. Wichtig ist, die Lichtverhältnisse im Garten bei der Auswahl zu beachten.

Quelle: Verbraucherzentrale NRW ©VZ NRW/adpic

Wir machen Erbrecht



Ronald Mayer
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Erbrecht



Hubertus Mayer
Rechtsanwalt und Notar a. D.



Philipp Spoth
Rechtsanwalt

erbrecht@anwaelte-mayer.de

Rechtsanwälte MAYER GbR

Hubertus Mayer, Rechtsanwalt und Notar a.D.
Ronald Mayer, Rechtsanwalt und Notar in Sprockhövel
Fachanwalt für Arbeits-, Erbrecht sowie Handels- und Gesellschaftsrecht

Andreas Di Stefano, Rechtsanwalt und Mediator
Fachanwalt für Steuerrecht
Tätigkeitsschwerpunkt: Arbeitsrecht

Susanne Jacobs-Tschorn, Rechtsanwältin
Fachanwalt für Verkehrsrecht

Stefan H. Markel, Rechtsanwalt und Mediator
Tätigkeitsschwerpunkt: Arbeits-, Familien- & Mietrecht

Philipp Spoth, Rechtsanwalt
Tätigkeitsschwerpunkt: Erb-, Familien- & Verkehrsrecht

Mittelstraße 44, 45549 Sprockhövel-Haßlinghausen
Telefon(02339) 4800 Telefax(02339) 4809
Internet www.anwaelte-mayer.de

Erben und Erbschaftsteuer – Freibeträge optimal nutzen

Die Sorge vor hohen Erbschaftsteuern beschäftigt immer mehr Menschen, gerade wenn Immobilien oder andere Vermögenswerte an Kinder oder Enkel weitergegeben werden sollen. Viele unterschätzen dabei, wie wichtig rechtzeitige und durchdachte Gestaltung sein kann. „Wer sich erst nach einem Erbfall mit den steuerlichen Folgen beschäftigt, hat in der Regel keine Gestaltungsmöglichkeiten mehr“, warnt Notar Ronald Mayer aus Sprockhövel. „Dabei bietet das deutsche Steuerrecht durchaus Chancen, wenn man sie frühzeitig nutzt.“

Freibeträge mehrfach nutzen

Kinder profitieren aktuell von einem Freibetrag von 400.000 Euro pro Elternteil. „Bei zwei Elternteilen bedeutet das zusammen immerhin 800.000 Euro steuerfrei für jedes Kind“, erklärt Notar Mayer. Ehegatten haben sogar 500.000 Euro steuerfrei. Enkelkinder erhalten 200.000 Euro. Für alle anderen – also auch für langjährige Partner außerhalb der Ehe – bleibt es leider bei lediglich 20.000 Euro.

Was jedoch viele nicht wissen: Diese Freibeträge können alle zehn Jahre erneut genutzt werden. „Gerade bei größerem Vermögen lohnt es sich, frühzeitig Schenkungen in Etappen zu planen“, so Mayer. „So kann über mehrere Jahre oder Jahrzehnte hinweg das Vermögen steuerfrei übertragen werden.“

Immobilienübertragungen steuerlich clever gestalten

Besonders bei Immobilien wird die Steuerfalle oft unterschätzt. „Die Werte sind in den letzten Jahren stark gestiegen und das Finanzamt setzt den sogenannten Verkehrswert an – oft weit über dem, was die Familie ursprünglich gezahlt hat.“ Hier kommen rechtliche Gestaltungsmöglichkeiten ins Spiel, die gleichzeitig den Wohnbedarf und die Absicherung der Übergebenden berücksichtigen.

Nießbrauchrecht – wirtschaftliche Nutzung sichern

„Durch die Vereinbarung eines Nießbrauchrechts bleibt der Schenker wirtschaftlich abgesichert, auch wenn das Eigentum schon übertragen wurde“, erläutert Mayer. Der Nießbrauch ermöglicht es, die Immobilie weiterhin zu vermieten und die Mieteinnahmen selbst zu be-

halten. Das reduziert den steuerlichen Wert der Schenkung erheblich. „Es bleibt wirtschaftlich fast alles beim Alten, aber steuerlich kann der Übertragene schon von der Freibetragsnutzung profitieren“, so Mayer weiter.

Wohnrecht – im eigenen Zuhause bleiben

Eine weitere Möglichkeit ist das sogenannte Wohnrecht. „Anders als beim Nießbrauch erlaubt das Wohnrecht ausschließlich die eigene Nutzung – also das Wohnen – ohne die Möglichkeit der Vermietung“, erklärt Mayer. „Das Wohnrecht ist eine gute Lösung, wenn Eltern im Familienheim wohnen bleiben möchten, ohne es wirtschaftlich zu verwerthen.“

Rückforderungsvorbehalte – Sicherheit im Fall der Fälle

Bei jeder lebzeitigen Übertragung sollten Rückforderungsrechte mitgedacht werden. „Leben ist Veränderung – und gerade bei größeren Schenkungen sollte man sich absichern, falls unerwartete Dinge passieren“, betont Mayer. Typische Rückforderungsklauseln betreffen etwa den Fall, dass der Beschenkte vor dem Schenker verstirbt, insolvent wird oder sich von seinem Ehepartner trennt. „Mit solchen Klauseln sichern sich Eltern ab und behalten die Kontrolle über ihr Vermögen, solange es nötig ist.“

Frühzeitig beraten lassen

Die Erfahrung vieler Notarinnen und Notare zeigt: Wer zu lange zögert oder auf Halbwissen vertraut, verschenkt oft erhebliche steuerliche Vorteile. „Viele warten zu lange und verlieren dadurch Gestaltungsspielräume“, warnt Notar Ronald Mayer. Deshalb empfehlen alle Notarinnen und Notare, frühzeitig den Notar des Vertrauens einzubeziehen. Alle Notare in Deutschland sind neutral, fachlich hochqualifiziert und entwickeln individuelle Lösungen für jede Familie.

„Es geht nicht darum, heute schon alles zu verschenken, sondern ums kluge Planen für die Zukunft.“ So können Streit und unnötige Steuerbelastungen vermieden werden. Ein rechtzeitiges Gespräch bei seinem Vertrauensnotar lohnt sich für jede Familie.

Impressum

Titelbild:
Pokalübergabe des Nachhaltigkeitspreises auf der MS Schwalbe, Foto: Sascha Kreklau

Herausgeberin:
Jessica Niemerg,
Wasserbank 9, 58456 Witten

Verlag und Redaktion:
Lokal Impuls Verlag
☎ 0151 599 150 52
✉ info@image-witten.de
🌐 www.image-witten.de
📱 www.instagram.com/image-witten.de/

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

Verteilung:
DBW Werbeagentur GmbH

Druck:
BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag,

Erscheinungsweise und 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. Der Nachdruck, auch auszugsweise, ist nicht gestattet. Die in den Artikeln wiedergegebene Meinung der Verfasser stellt nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar. Die Redaktion behält sich redaktionelle

Änderungen vor, z. B. Manuskripte abzuändern und ggf. zu kürzen. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter. Die verkürzte Sprachform hat nur redaktionelle Gründe und beinhaltet keine Wertung.

Einrichten mit **Ooh**-Effekt...



Ihr **W**ohn-Spezialist bei allen Einrichtungsfragen!

Über
120.000
Artikel
auf ostermann.de
im Online-Shop

OSTERMANN.de

WITTEN

A44, Abf. Witten-Annen (45) Gewerbegebiet Annen
Fredi-Ostermann-Straße 1 · 58454 Witten · Telefon 02302.9850

Das Zuhause des Wohnens

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

ÖFFNUNGSZEITEN: Mo - Sa: 10.00 - 19.00 Uhr