

ImageSprockhövel

Dieses Druckerzeugnis wurde mit dem Blauen Engel gekennzeichnet.

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



www.blauer-engel.de/uz195

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

RG4



Der Malakow-Turm der Zeche Alte Haase auf Schacht I/II

Foto: Niemerg

Zu den *Angeboten*
der Woche

♥ klicken Sie
bitte hier ♥



Jetzt punkten!



**Wir lieben und
liefern Lebensmittel**



EDEKA Winter
Dorfstraße 21
45527 Hattingen-Holthausen
Telefon 023 24 / 93 50 98

Liebe Leser,
der Sommer ist da und zeigt sich in vollen Zügen. Da lassen die Sommerfeste der Region nicht lange auf sich warten. Gefeierte hat zum Beispiel der TSG Sprockhövel. Hier wurden bei fast schon zu gutem Wetter der Tag des Sports gefeiert und natürlich auch allerlei Sportarten zur Schau gestellt. Auch die Gewinner des sehr erfolgreichen Stadtradelns wurden bei dieser Gelegenheit von der Bürgermeisterin ausgezeichnet. Insgesamt eine gelungende Veranstaltung. Impressionen finden Sie auf Seite 7.
Wer sich weiter zum Thema Hitze informieren möchte, kann sich auf Seite 14 über die „Hundstage“ informieren. Passend zum Thema Hitze berichten wir über den Austausch des EN-Kreises über „Kühle Orte“, über Heizen mit Sonnenkraft, aber auch über das Thema Reisezeit ist Einbruchszeit. All das finden Sie auf den Seiten 21, 22 und 23.
Außerdem in dieser Ausgabe:
Youngtimer und Oldtimer: Autofans waren begeistert, IMAGE im Gespräch mit Revierförster Thomas Jansen, Basketball boomt. Und wussten Sie, dass Alina Süggeler, Frontsängerin von Frida Gold, aus der Nachbarstadt Hattingen kommt? Mehr lesen Sie auf Seite 30.
Ihre IMAGE-Redaktion



Reiseservice

Gabriela Bierwirth

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

Ihr Reiseservice Für Kurzsentschloßene und Frühbucher (Wintersaison)

Praxis für Naturheilkunde & Physiotherapie

Osteopathie Homöopathie Bodiagnostik

20 Jahre

Hand & Fuß

Christina Schwoerer-Böhning
Heilpraktikerin mit
Schwerpunkt Osteopathie

Hattinger Str. 36
45549 Sprockhövel

02324/591897
physiohandundfuss.de



Pflege mit Gesicht:

- freundlich
- zuverlässig
- gut beraten

Simone Boecker
Pflege & Hilfe zu Hause

Bredenscheider Str. 139 • 45527 Hattingen

Ihr persönlicher Pflegedienst für Hattingen und Sprockhövel

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

Ihr Beratungstelefon: 023 24/902 35 23 (24 Std. erreichbar)

Wahlhelfer (m/w/d) gesucht

Für die Kommunalwahlen am 14. September sucht die Stadt Sprockhövel freiwillige Wahlhelferinnen und Wahlhelfer, die bereit sind, bei der Durchführung der Wahl und bei der Auszählung der Stimmen mitzuhelfen. Es werden daher in den 16 Stimmbezirken – plus vier Briefwahlbezirken – noch Wahlhelferinnen und -helfer benötigt.

Warum sollte ich Wahlhelferin oder Wahlhelfer werden?
Zur Durchführung von Wahlen sind Wahlhelferinnen und Wahlhelfer unerlässlich. Wahlen sind die Grundlage der Demokratie. Sie lebt von dem ehrenamtlichen Engagement und der aktiven Teilnahme der Bürgerinnen und Bürger. Als Wahlhelferin oder Wahlhelfer erlebt man Demokratie hautnah mit. Die Hilfe am Wahltag in den einzelnen Lokalen und bei der Briefwahl ist Voraussetzung für einen reibungslosen Ablauf der Wahl. Die Tätigkeit ist ehrenamtlich – wer mitmacht, erhält am jeweiligen Wahltermin eine Aufwandsentschädigung in Höhe von 50,00 Euro (für Wahlvorsteherinnen und -steher 70,00 Euro).

Wie ist der Ablauf? Wo kann ich mich melden?
Der Einsatz im Wahllokal beginnt am Wahltag um 7.30 Uhr. Die Wahlzeit dauert von 8.00 bis 18.00 Uhr, anschließend werden die Stimmen ausgezählt. Die Besetzung des Wahllokals wird in zwei Schichten aufgeteilt. Wahlhelfende Personen bei der Briefwahl beginnen ihren Einsatz um 13.00 Uhr, da dann die Wahlbriefe vorgeprüft werden. Besondere Vorkenntnisse sind nicht notwendig. Alle Interessenten werden gebeten, sich möglichst schnell an das Wahlbüro der Stadt Sprockhövel zu wenden. Anmeldungen online unter www.sprockhoevel.de/wahlen oder via Mail an: wahlen@sprockhoevel.de. Das Wahlbüro der Stadt Sprockhövel sagt vorab schon einmal vielen Dank für die Mithilfe.

Mit Herz und Hand

NEU: Claudia Durst sorgt für Wohlbefinden



Anfang Juni war es soweit und Claudia Durst konnte ihren eigenen Raum für Regeneration, Prävention und Wohlbefinden eröffnen. Vor einigen Jahren fand Claudia Durst durch die eigenen Gegebenheiten den Anreiz sich mehr mit ihrem Bewusstsein – ihren Gefühlen und ihren Grenzen – auseinanderzusetzen. „Es war ein schleichender Prozess“, erzählt sie. „Ich wusste, so soll es nicht weitergehen, und fing an, mich damit zu beschäftigen meine Balance wiederzufinden. Es hat einige Jahre gebraucht, ich habe viel investiert – und es hat sich um ein Vielfaches ausgezahlt. Und ich bin dankbar für alles, denn es hat mich zu der Version von mir geführt, die ich jetzt bin – und zu meiner Berufung: Menschen berühren und bewegen, und zwar auch im übertragene Sinn. Authentischer und aufrichtiger Kontakt macht das Leben für mich lebenswert“, führt sie weiter aus. Ihr Wissen möchte sie nun an Menschen weitergeben und ihnen helfen, auf die vielen Facetten, die das Leben bereithält, einzugehen. Dies tut sie mit Angeboten wie einer Thai Yoga Massage, Energy Balance Yoga oder Access Bars, welche zur Klarheit, Entspannung und Geborgenheit beitragen sollen.

von Jessica Niemerg

Kreis schreibt Kunstpreis aus

Künstlerinnen und Künstler aus allen Bereichen der bildenden Kunst haben 2025 erneut die Chance, sich mit ideenreichen und kreativen Werken um den „Kunstpreis Ennepe-Ruhr“ zu bewerben. Zum inzwischen achten Mal schreibt die Kreisverwaltung diesen Wettbewerb aus. Wie immer gibt es eine thematische Vorgabe, dieses Mal sollen die Arbeiten einen Bezug zur Aussage „Licht und Schatten“ haben. Eingereicht werden können beispielsweise Zeichnungen, Fotografien oder Gemälde, Skulpturen, Installationen oder Videoprojektionen.



Die Kunstpreisträger des Jahres 2023: Sophia Kirst, Christiane Heller und Dmytro Geshengorin. Wer ihnen in diesem Jahr folgen möchte, ist herzlich eingeladen, Werke mit Bezug zu „Licht und Schatten“ einzureichen. Foto: UVK/EN-Kreis

Wer dabei sein möchte, muss eine persönliche Bindung zum Ennepe-Ruhr-Kreis haben. „Das ist laut Ausschreibung dann der Fall, wenn die Künstlerin oder der Künstler im Kreis wohnt, hier geboren wurde oder längere Zeit an Ennepe und Ruhr zu Hause gewesen ist“, erläutert Claudia Breitenborn, zuständige Mitarbeiterin der Kreisverwaltung. Ebenfalls wichtig: Teilnehmer müssen mindestens 21 Jahre alt sein und ihre künstlerische Qualifizierung durch eine akademische Ausbildung und/oder Ausstellungen bzw. Engagements im professionellen Rahmen nachweisen. Gruppenbewerbungen sind möglich. Interessierte können bis Sonntag, 31. August, Fotos, Skizzen oder Entwürfe von bis zu drei Arbeiten einreichen. Die Arbeiten selbst sollten nicht älter als drei Jahre sein. Zu den Bewerbungsunterlagen gehören außerdem ein Anschreiben mit Angaben zur persönlichen Bindung an den Ennepe-Ruhr-Kreis, Erläuterungen zum Themenbezug und eine Künstlerbiographie inklusive Publikations- bzw. Ausstellungsliste der letzten 3 bis 4 Jahre. Die Kunstwerke müssen mit dem Namen des Künstlers sowie Titel, Jahr, Technik und den Maßen der Arbeiten versehen sein.

Aus allen Einsendungen wählt eine Jury unter Leitung von Christoph Kohl, Institutsleiter des Märkischen Museums Witten, Werke von bis zu 20 Künstlerinnen und Künstlern aus. Diese werden im Dezember 2025 und Januar 2026 im Stadtmuseum Hattingen ausgestellt und in einem Katalog öffentlichkeitswirksam präsentiert. Den Kunstpreis selbst vergibt die Jury in drei gleichberechtigten Preisen. Sie sind mit jeweils 1.500 Euro dotiert und sollen 5. Dezember im Stadtmuseum Hattingen übergeben werden. Details der Ausschreibung finden sich auf der Internetseite des Ennepe-Ruhr-Kreises (www.en-kreis.de). Ansprechpartnerin für Rückfragen ist Claudia Breitenborn, Tel.: 02336 / 4448 145, E-Mail: kunstpreis@en-kreis.org.

Woche der Vielfalt

Vom 5. bis 12. September soll im gesamten Ennepe-Ruhr-Kreis wieder eine Woche lang ein buntes Programm geboten werden, das zeigt, wie vielfältig das Zusammenleben hier ist. Zum achten Mal lädt das Kommunale Integrationszentrum des Ennepe-Ruhr-Kreises (KI) dann zur „Woche der Vielfalt“ ein.

„Unter dem Motto *Ennepe-Ruhr-Kreis. Das sind wir alle. Ohne Ausnahme!* möchten wir gemeinsam mit zahlreichen Partnerinnen und Partnern ein starkes Zeichen für Vielfalt, Teilhabe und Zusammenhalt setzen“, so Bülent Altunay, Leiter des KI. Zudem solle die Woche Beiträge leisten, um ein Klima zu schaffen, in dem sich alle Menschen anerkannt fühlen – unabhängig von Alter, ethnischer Herkunft und Nationalität, Geschlecht und geschlechtlicher Identität, körperlichen und geistigen Fähigkeiten, Religion und Weltanschauung, sexueller Orientierung und sozialer Herkunft.



Mehr Wohlbefinden in der Schwangerschaft!

Während der Schwangerschaft verändert sich Ihr Körper ständig – und das kann zu Rücken-, Becken- oder Hüftschmerzen führen. Osteopathie ist eine sanfte und wirkungsvolle Methode, um möglichst Beschwerden zu lindern und Ihr Wohlbefinden zu steigern. Durch gezielte Techniken kann Ihr Körper entlastet, Spannungen gelöst und Ihre Beweglichkeit gefördert werden.

Gönnen Sie sich eine entspannte Schwangerschaft – jetzt informieren und rechtzeitig Termin sichern!

Osteopathie
Vanderborcht

02324 / 20 15 56
osteopathie-in-sprockhoevel.de

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



Um das wie in den Vorjahren zu schaffen, waren Gesellschaft, Verwaltung und Wirtschaft aufgerufen, sich mit Veranstaltungen zu beteiligen. Ob Lesungen, Workshops, Filmvorführungen, Vorträge, Partys, Webinare oder sportliche Aktionen – der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt. Die Auftaktveranstaltung am Freitag, 5. September, wird ein erstes starkes Zeichen setzen. Gemeinsam mit dem KI und der Stadt Wetter (Ruhr) organisiert der Gevelsberger Verein „Kette der Solidarität“ im Veranstaltungszentrum Wetter (Ruhr) einen Fachdialog zu Erfahrungen mit Rassismus und Empowerment von Kindern und Jugendlichen.

Mitmachen! Im Juli startet wieder der Sommerleseclub 2025

Bis zum 30. August spannende Ferienlektüre genießen, Party feiern und die Urkunde bekommen

Der Sommerleseclub (SLC) ist eines der größten Leseförderprojekte, welches durch das Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen finanziert wird. Er wurde von 2005 bis 2023 durch das Kultursekretariat Gütersloh organisiert und ist seit dem 1.1.2024 in die Trägerschaft der Bezirksregierung Düsseldorf, Fachstelle für Öffentliche Bibliotheken NRW, übergegangen.

Der Sommerleseclub ist ein Ferienangebot, an dem Menschen jeden Alters als Team oder individuell teilnehmen können. Freude an Medien, Kreativität und gemeinsame Erlebnisse stehen im Mittelpunkt des Programms, das von vielen kommunalen und konfessionellen Bibliotheken in NRW angeboten wird und das sowohl online als auch offline zugänglich ist. Im letzten Jahr haben 159 Bibliotheken teilgenommen. Es waren knapp 30.000 Teilnehmer dabei, die 125.782 Bücher gelesen haben und 30.424 Hörbücher gehört haben. Der Sommerleseclub 2025 geht in diesem Jahr in seine nächste Runde. Abgabe der Lese-logbücher ist am 30. August.

So kann Du mitmachen

Du kannst als Team von bis zu fünf Lesern oder als Einzelleser beim SLC teilnehmen.

Nimmst du als Team teil, muss sich jedes Teammitglied bei der Bibliothek in deiner Stadt für den SLC anmelden. Dabei könnt ihr direkt euren Teamnamen auf die Anmeldekarte schreiben. Ein Team kann zum Beispiel aus Freunden oder Familienmitgliedern bestehen.

Cool wäre es, Mama, Papa, Geschwister, Oma, Opa, Tante oder Onkel zu fragen. Vielleicht sind sie dabei. Team gefunden?

Dann kann es auch schon losgehen!

Oder Du machst ganz einfach alleine

mit! Wenn du dich angemeldet hast, kann es losgehen! In den Sommerferien kannst du jetzt Bücher und Hörbücher ausleihen und an Veranstaltungen teilnehmen. Für jedes gelesene Buch, jedes gehörte Hörbuch und jede literaturbasierte Veranstaltung deiner Bibliothek sammelst du Stempel in deinem Logbuch.

Wenn du alleine am Sommerleseclub teilnimmst, musst du mindestens drei Stempel im Logbuch haben, um den Sommerleseclub erfolgreich abzuschließen. Stempel sammelst du durch das Lesen von Büchern und durch das Hören von Hörbüchern. Was du liest, ist völlig egal. Ob du Abenteuerromane schmökerst oder dir lieber Action mit einem Hörbuch auf die Ohren gibst – deine Wahl!

Viele Bibliotheken bieten während des Sommerleseclubs auch noch unterschiedliche Aktionen und Veranstaltungen an, oftmals vergeben sie dafür auch einen Stempel.

Als Team benötigst du auch mindestens drei Stempel. Dabei ist es allerdings wichtig, dass jedes Teammitglied mindestens einen Stempel dazu beigesteuert hat. Wenn dein Team beispielsweise aus fünf Teilnehmern besteht, müssen auch mindestens fünf Stempel im Logbuch verzeichnet sein – pro Mitglied ein Stempel. So, jetzt kann es losgehen. Geh in deine Bibliothek und melde Dich an.

Stadtbibliothek Hattingen:

Reschop Carré, Öffnungszeiten Mo, Di, Do, Fr 10-18 Uhr, Sa 10-14 Uhr; Mi geschlossen. Telefon: 02324-2043555.

Bibliothek Witten:

Husemannstraße 12, Öffnungszeiten Dienstag-Samstag: 10-18 Uhr sowie Sonntag: 12-18 Uhr. Telefon: 02302-5812504.



Stadtbücherei Sprockhövel:

Gevelsberger Straße 13, Öffnungszeiten Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: 10 - 13 und 14.30 - 18 Uhr. Telefon 02339-917152.

Weitere Infos unter www.sommerleseclub.de. Die Teilnahme am Sommerleseclub ist kostenlos und während der Sommerferien 2025 zu jeder Zeit möglich.

von Dr. Anja Pielorz

Fakten zum Thema Lesen und Bücher

1995 erklärte die UNESCO den 23. April zum „Welttag des Buches“, dem weltweiten Feiertag für das Lesen, für Bücher und die Rechte der Autoren. Die UN-Organisation für Kultur und Bildung hat sich dabei von dem katalanischen Brauch inspirieren lassen, zum Namenstag des Volksheiligen St. Georg Rosen und Bücher zu verschenken. Über diesen Brauch hinaus hat der 23. April auch aus einem weiteren Grund besondere Bedeutung: er ist der Todestag von William Shakespeare und Miguel de Cervantes.

Die Bibel ist mit bis zu fünf Milliarden verkauften Exemplaren das Werk mit der höchsten Auflage weltweit. Nach Angaben der Deutschen Bibelgesellschaft gibt es Übersetzungen in 692 Sprachen.

Buchdeckel waren früher meist aus Holz gefertigt und mit einem Riemenverschluss aus Messing zusammengehalten. Durch kräftiges Schlagen auf den Deckel sprangen die Klammern auf, und das Buch konnte gelesen werden. Daher spricht man heute noch davon, ein Buch „aufzuschlagen“.

Im Jahr 2024 gab es in der deutschsprachigen Bevölkerung ab 14 Jahre rund 7,99 Millionen Personen, die täglich dazu kamen, ein Buch zur Hand zu nehmen. Insgesamt 14 Prozent aller befragten Kinder gaben einer Umfrage zufolge an, dass sie fast jeden Tag ein Buch lesen. Ganz besonders beliebt sind neben der weltweit beliebten und ausgezeichneten Fantasy-Romanreihe Harry Potter der britischen Autorin J.K. Rowling rund um die abenteuerlichen Geschichten um den Zauberlehrling Harry und seinen zwei Freunden Ron und Hermine, auch die spannenden Kriminalgeschichten der Detektivbande „Die drei Fragezeichen“, die sich um die Titelhelden Justus Jonas, Peter Shaw und Bob Andrews drehen. Laut Statista sind Krimis und Thriller die beliebtesten Literaturgenres hierzulande, gefolgt von historischen Romanen.

Laut einer Studie der Yale University soll häufiges Lesen das Leben verlängern! Die Forscher stellten fest, dass unter ihren Studienteilnehmern die Lebenserwartung der Vielleser (über 3,5 Lesestunden pro Woche) um 23 Prozent höher war als die der Nicht-Leser. Offenbar erweitert das Lesen nicht nur den Horizont und erhöht die Kreativität, es reduziert auch Stress und verbessert die emotionale Intelligenz. Wenn sie nicht gestorben sind, lesen sie noch heute.

Dieses Team hat ganz Sprockhövel im Blick

Am 14. September ist Kommunalwahl. Dann entscheiden Sie darüber, wer Ihre Interessen in den kommenden Jahren im Sprockhöveler Stadtrat vertreten soll. Das Team der SPD macht Ihnen dafür ein attraktives Angebot – und hat ganz Sprockhövel im Blick. Wählen Sie **Birgit Schniedermeier** und die **SPD Sprockhövel**.

#TEAMBIRGIT



RENÉ SOBISCH

Ratskandidat im Wahlkreis 06



TANJA GELLERT

Ratskandidatin im Wahlkreis 08



PETRA BLOCK

Ratskandidatin im Wahlkreis 07



LUTZ FRÜHAUF

Ratskandidat im Wahlkreis 09



MARION PRINZ

Ratskandidatin im Wahlkreis 05



JENNIFER PRINZ

Ratskandidatin im Wahlkreis 04



JO ONGSIECK

Ratskandidat im Wahlkreis 03



JAN HENDRIK BÖTTCHER

Ratskandidat im Wahlkreis 02



MARION KROHN

Ratskandidatin im Wahlkreis 15



WOLFRAM JUNGE

Ratskandidat im Wahlkreis 13



MICHAEL BALD

Ratskandidat im Wahlkreis 14



VOLKER SONNENSCHN

Ratskandidat im Wahlkreis 01



VERENA DZIADEK

Ratskandidatin im Wahlkreis 16



JENNIFER PRINZ

Kreistagskandidatin im Wahlkreis 04



MARION KROHN

Kreistagskandidatin im Wahlkreis 03

GANZ SPROCKHÖVEL IM BLICK

SPD SPROCKHÖVEL



Engagierte Frauen inspirieren zu mehr sozialem Engagement

Mitte Juni fand die zweite Veranstaltung der Reihe „Frauen in die Politik“ statt. Der Schwerpunkt in dieser Gesprächsrunde lag auf starken und engagierten Frauen unserer Gesellschaft. Zu Gast waren Andrea Berster-Lingk, Michaela Habel, Martina Berster sowie Kateryna Grechanovska, die sich durch ihren großen ehrenamtlichen Einsatz in verschiedenen Bereichen auszeichnen, und Julia Michel, die in einem klassischen „Männerberuf“ im Bauhof der Stadt Sprockhövel tätig ist. Während der Diskussion wurde thematisiert, wie durch Bildung und Erziehung Grundlagen geschaffen werden, um gesellschaftlich und politisch für eigene Ziele einzustehen. Des Weiteren wurde beleuchtet, wie es ist, sich als Frau in einem typischen „Männerberuf“ zu behaupten.

Der dritte und letzte Teil der Veranstaltungsreihe findet am Montag, den 8. September 2025, statt. Auch hier wird gemeinsam erörtert, wie in allen gesellschaftlichen Bereichen für mehr Gleichgewicht zwischen den Geschlechtern gesorgt werden kann.

Mit der Veranstaltungsreihe „Frauen in die Politik“ möchte Bürgermeisterin Sabine Noll zusammen mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Sprockhövel Frauen und Mädchen motivieren, sich politisch und gesellschaftlich für ihre Kommune zu engagieren.

Zum Foto: Gäste und Organisatorinnen der Veranstaltung „Frauen in die Politik“ (v.l.): Kerstin Godschalk, Michaela Berster-Lingk, Michaela Habel, Sabine Noll, Martina Berster, Kateryna Grechanovska, Julia Michel, Sina-Maria Günzel, Stefanie Schubert ©Stadt Sprockhövel



Neues Spielzeug für den Kindergarten Gedulderweg

Am vergangenen Montag herrschte große Freude im Kindergarten Gedulderweg. Der Lions Club Sprockhövel übergab eine Spende in Form von neuen Spielzeugen. Begeistert wurden die neuen Schaukeln, Eimer und weiteren Spielzeuge von den Kindern in Empfang und direkt in den Gebrauch genommen.

Der Lions Club Sprockhövel ist bekannt für sein Engagement in der Gemeinde und unterstützt mit seinen 30 Mitgliedern finanziell lokale Projekte. Interessierte können auf der Webseite des Lions Club Sprockhövel weitere Informationen zur Projektförderung und den Aktivitäten des Clubs finden.

Feuerwehr rettet Reh

Am Pfingstmontag rückte die Feuerwehr Sprockhövel gegen 8.30 Uhr zum Sportplatz an der Kleinbeckstraße aus. Dort hatte sich ein Reh in dem Gestänge eines Tores verfangen. Aus eigener Kraft konnte sich das Tier nicht mehr befreien. Die Einsatzkräfte drückten die betreffenden Stangen auseinander, sodass das Reh sich aus der misslichen Situation befreien und in angrenzenden Wald von dem Schock erholen konnte. Einsatzende war gegen 9.10 Uhr.

Sommerfeier für Senioren

Die AWO Ennepe-Ruhr organisiert mit Unterstützung des städtischen Seniorenbüros eine sommerliche Feier, zu der alle Sprockhöveler Seniorinnen und Senioren ab 70 Jahren zusammen mit ihren Partnerinnen und Partnern herzlich eingeladen sind.

Die Feier findet am Samstag, den 12. Juli, in der Zeit von 14.30 Uhr bis 17.30 Uhr auf dem Schulhof und im Forum der Grundschule Börgersbruch, Dresdener Straße 43 in Niedersprockhövel, statt. Parkmöglichkeiten gibt es direkt an der Ortsumgehung Glückauf-Allee (L70n) sowie Im Baumhof.

Nach der offiziellen Begrüßung um 15 Uhr gibt es ein abwechslungsreiches Unterhaltungsprogramm mit Musik und Tanzaufführungen, welches zum Mitsingen und -tanzen einlädt. Mit Kaffee, Kuchen, Waffeln, Grillwürstchen und kalten Getränken sorgen ehrenamtlich Helfende für das leibliche Wohl der Gäste. Bei schönem Wetter stehen Tische und Bänke auf dem Schulhof bereit. Sollte das Wetter nicht mitspielen, findet die Feier in den Räumen des Forums statt. Eine Anmeldung zu der Feier ist nicht erforderlich.

Um den Senioren aus allen Ortsteilen der Stadt Sprockhövel die Teilnahme zu ermöglichen, wird ein Shuttlebus eingerichtet. Wer mit dem Shuttlebus fahren möchte oder aus gesundheitlichen Gründen die Veranstaltung zu Fuß nicht erreichen kann, meldet sich aus organisatorischen Gründen bitte telefonisch bis zum 10. Juli unter 02339 917-318 an. Für Rückfragen stehen die Mitarbeiterinnen des städtischen Seniorenbüros unter 02339 917-356 gerne zur Verfügung. Dank der finanziellen Unterstützung durch die Sparkassenstiftung Sprockhövel und des Engagements der ehrenamtlich Helfenden, ist die Teilnahme und die Verpflegung für die Gäste kostenfrei.

*Das Sommerfest im vergangenen Jahr bei bestem Wetter.
Foto: Stadt Sprockhövel*



TSG Sommerfest mit Tag des Sports kam super an

Viele Vorführungen und die Ehrung der Stadtradeln-Gewinner sorgten für eine gute Stimmung

Ende Juni feierte der TSG 1881 Sprockhövel e.V., der Förderverein Freibad Sprockhövel e.V. und der Sportsportverband Sprockhövel e.V. sein Sommerfest. Auch in diesem Jahr wurde in diesem Zusammenhang der Tag des Sports zelebriert.

Trotz höchster Temperaturen ließen es sich die Sportbegeisterten nicht nehmen aktiv zu sein. Dies zeigte sich unter anderem in Tanzvorführungen, beim Mitmachzirkus, Basketball, Cheerleading und Jugendfußballturnieren. Im Freibad wurde fleißig geschwommen und Beachvolleyball gespielt.



Auch für das leibliche Wohl und musikalische Unterhaltung durch die Band „Lecker Nudelsalat“ waren gesorgt. Rund um ein gelungenes Fest mit viel Engagement von Groß und Klein.

Ehrung der Stadtradeln-Gewinner

Gegen Mittag ließ es sich die Bürgermeisterin nicht nehmen, die Gewinner des diesjährigen Stadtradelns zu ehren (siehe Foto oben). Vom 1. bis zum 21. Mai 2025 legten 525 Radelnde, darunter 9 Parlamentarier, verteilt über 32 Teams insgesamt 111.225 Kilometer Strecke mit dem Rad zurück. Somit konnten gemeinsam 18 Tonnen CO₂ Ausstoß vermieden werden. 2024 wurden 88.691 km von 366 Radelnden während des Aktionszeitraums in Sprockhövel erradelt. Das wirklich gute Ergebnis vom letzten Mal konnte also noch um etwa 20% verbessert werden. Auch Klimaschutzmanager Michael Sniegowski ist begeistert von der außerordentlichen Teilnahme und den zurückgelegten Wegekilometern.

Gewonnen haben:

In der Kategorie Kilometer

Gesamt Person:

1. Jonny Kuranda
2. Kai Thölen
3. Marc Bönninghausen
4. Conny Dauben
5. Albrecht van Well
6. Felicitas Blasius-Taetz
7. Markus Barthen
8. Andreas Falke

In der Kategorie Kilometer Gesamt:

1. Freiwillige Feuerwehr Sprockhövel
2. Flüchtlingshilfe Sprockhövel
3. Familien-Sport-Gemeinschaft Lichtbund Wuppertal

In der Kategorie Kilometer pro Kopf:

1. ADFC Sprockhövel
2. Hibbelweg
3. 8active

In der Kategorie Schulradeln:

1. Gem. Grundschule Gennebreck-Herkamp Sprockhövel
2. Wilhelm-Kraft-Gesamtschule Sekundarstufe I und II Sprockhövel
3. Förderschule Hiddinghausen
4. Gem. Grundschule Börgersbruch

Die Gewinner bekamen ein Preisgeld, sowie Gutscheine von Physio Kimm und Mencke und Nistkästen.
von Jessica Niernerg



Pflegedienst Dahlhaus: 30 Jahre engagierte, professionelle und zugewandte Hilfe



Der alteingesessene Pflegedienst Dahlhaus in Niedersprockhövel geht jetzt in die Hände von Christian und Jarla Dahlhaus über.

Seit nunmehr dreißig Jahren unterstützt der Pflegedienst Dahlhaus mit seinem Team aus Pflegekräften und hauswirtschaftlichen Mitarbeitern pflegebedürftige Menschen in Sprockhövel und Umgebung. Nun steht ein Generationswechsel an: Christian und Jarla Dahlhaus übernehmen den Pflegedienst an der Hauptstraße 40 in Sprockhövel. Image sprach mit der neuen Führungsgeneration.

IMAGE: Sie übernehmen jetzt die Leitung des Pflegedienstes Dahlhaus. Wie vollziehen Sie den Wechsel?

Jarla Dahlhaus: Ja, den Pflegedienst Dahlhaus gibt es jetzt seit 30 Jahren und meine Eltern möchten sich langfristig in den wohlverdienten Ruhestand verabschieden. Mein Vater ist im Tagesgeschäft nicht mehr eingebunden und konzentriert sich nun voll und ganz auf die Beratungsbesuche, die wir durchführen, immerhin sind wir bei etwa 70 Stück im Monat angekommen. Meine Mutter arbeitet noch an 2 Tagen in der Woche im Büro und unterstützt mich im Bereich der Verwaltung. Ich selber bin von klein auf dabei und ausgebildete Ergotherapeutin. In unserem Pflegedienst kümmere ich mich um die Bereiche Verwaltung und Hauswirtschaft, während mein Mann Christian als examinierter Altenpfleger das pflegerische Know-how mitbringt. Als Familienunternehmen verbinden wir Jung und Alt mit unseren Ideen.

IMAGE: Wie finden Ihre Kunden zu Ihnen?

Jarla Dahlhaus: Der Pflegedienst Dahlhaus ist ein Begriff in Sprockhövel. Unsere Kunden kommen vor allem aus Niedersprockhövel und Hasslinghausen. Zu 80 % werden wir durch Mund-zu-Mund-Propaganda empfohlen. Es kommt auch immer wieder mal vor, dass uns ältere Leute ansprechen, deren Eltern wir schon gepflegt haben und die jetzt selbst Unterstützung brauchen. Zudem ist der Austausch und die Zusammenarbeit mit den Ärzten hier in Niedersprockhövel sehr gut. Das liegt auch an dem Ort und dem Zusammenhalt. Und wir helfen auch gerne mal unbürokratisch bei Fragen, wenn z.B. ein Schreiben von einer Behörde angekommen ist.

Christian Dahlhaus: Ich denke, die Kunden kommen auch aufgrund der verlässlichen Einsatzzeiten auf uns zu. Es ist schön zu sehen, wie sich der

Betrieb, seitdem ich hier bin, weiterentwickelt hat und stetig wächst. Ob Mund-zu-Mund-Propaganda, Ärzteaustausch oder aufgrund von Erfahrungen, wir knüpfen an die Tradition des Familienunternehmens an und haben das Ziel, irgendwann eine 60 am Fenster stehen zu haben. Bis dahin sind wir weiterhin da für die Bürger von Niedersprockhövel und Umgebung vor Ort.

IMAGE: Ihre Branche ist ja sehr personalintensiv – finden Sie auf dem leergefegten Arbeitsmarkt genügend Fachkräfte?

Christian Dahlhaus: Insgesamt sind 26 Mitarbeiter bei uns angestellt, darunter einige besonders langjährige. Ab und an haben Mitarbeiter auch schon mal woanders hin gewechselt und sind oft zurückgekehrt. Was uns ausmacht, ist der menschliche Faktor, wir sehen unsere Mitarbeiter immer auch als Menschen. Viele Mitarbeiter möchten auch nicht bei einem großen Konzern arbeiten.

Wir freuen uns über jede Bewerbung, die initiativ reinkommt und führen auch immer wieder Bewerbungsgespräche. Gleichzeitig hoffen wir, dass dies auf Dauer auch so bleibt und wir auch nicht in eine Notlage bezüglich genügend fachlicher Mitarbeiter kommen. In zwei Jahren wollen wir auch selbst ausbilden, nicht zuletzt, um den Spaß an dem Beruf zu erhalten und weiterzugeben.

IMAGE: Inwieweit spielt die Technik in Ihrem Aufgabenbereich eine Rolle?

Jarla Dahlhaus: Ja, die Technik hält auch bei uns in großen Schritten Einzug, beispielsweise durch TI, also Telematikinfrastruktur, zu der auch an anderer Stelle die elektronische Patientenakte gehört. Wir sind selber gespannt, was in den nächsten Jahren noch so passiert. Auch wir möchten mit der Zeit gehen und werden weiter in den Bereich TI, Software und Autos investieren. Dabei sind wir gespannt, was noch so alles in den nächsten Jahren auf uns zukommt. Feststeht, dass wir weiterhin den Betrieb unter den Gesichtspunkten von Familie, Fachlichkeit und Menschlichkeit weiterführen.

von Matthias Dix



Uwe und Ilona Dahlhaus haben den Pflegedienst Dahlhaus 30 Jahre lang mit einem guten Gespür und viel Herz geführt. Nun ziehen sie sich nach und nach aus dem Geschäft zurück und übergeben in die jüngeren Hände ihrer Tochter und ihres Schwiegersohns. Foto: Archiv 2015



Wir stehen für:

- ▶ Verlässliche Einsatzzeiten
- ▶ Ausgebildete Mitarbeiter
- ▶ Ausführliche Beratung
- ▶ Hauswirtschaftliche Versorgung

Über 30 Jahre

Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!

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

Wir machen Arbeitsrecht



Ronald Mayer
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Arbeitsrecht



Andreas Di Stefano, geb. Mayer
Rechtsanwalt und Mediator



Stefan H. Markel
Rechtsanwalt und Mediator

arbeitsrecht@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

Kündigen kann jeder? Denkste!

Warum der Teufel im Detail steckt

Von Ronald Mayer, Fachanwalt für Arbeitsrecht, exklusiv für IMAGE aus Sprockhövel.

Wenn die Kündigung ins Haus flattert, sitzt der Schock oft tief. Doch was viele nicht wissen: Nicht jede Kündigung ist wirksam und manche scheitern an vermeintlichen Banalitäten. In der anwaltlichen Praxis zeigt sich immer wieder, dass Kündigungen häufig fehlerhaft sind und genau das kann Betroffenen helfen, sich erfolgreich zu wehren. Hier ein paar echte Fälle aus der Praxis.

Der 31. Februar: Eine Kündigung ins Märchenreich

Ein Mandant kam mit einer fristlosen Kündigung. Kündigungsdatum: „zum 31. Februar“. Mayer erklärt dazu: „Wer jetzt stutzt, liegt richtig. Diesen Tag gibt es nicht. Eine solch offensichtliche Kalendermissachtung reicht in der Regel aus, um die Kündigung ins Leere laufen zu lassen. Denn: Eine Kündigung muss klar und bestimmt sein. Wenn das Ende des Arbeitsverhältnisses an ein unmögliches Datum geknüpft wird, fehlt es an der nötigen Bestimmtheit – und das kann sie unwirksam machen.“

Ohne Unterschrift ist alles nichts

Ein weiterer Klassiker: Die Kündigung kam per Post, formal ganz ordentlich, nur eben ohne Unterschrift. In der Hektik übersehen Arbeitgeber manchmal diesen simplen, aber entscheidenden Schritt. „Eine Kündigung muss schriftlich erfolgen (§ 623 BGB) und eigenhändig unterschrieben sein. Fehlt die Unterschrift, ist das Schreiben schlichtweg unwirksam. Rechtlich gesehen ist es, als hätte es nie existiert“, so Ronald Mayer.

Wer unterzeichnet – und wie?

Doch auch mit Unterschrift lauern Fallstricke. Etwa wenn ein Arbeitgeber die Kündigung „i.A.“, also im Auftrag, unterzeichnet. Das zeigt nur, dass die unterzeichnende Person keine eigene Entscheidungskompetenz hat und genau das ist problematisch. Kündigungen dürfen nur von Personen mit entsprechender Vertretungsmacht ausgesprochen

werden und das ist regelmäßig nur bei einer Unterschrift mit „i.V.“ (in Vertretung) der Fall, wenn die Bevollmächtigung klar und nachweisbar ist. Andernfalls: unwirksam.

Kein Adressat, keine Wirkung

Manche Kündigungen enthalten kein Adressatenfeld, keine Anrede, oder sind an eine völlig falsche Person gerichtet – etwa „Sehr geehrter Herr Müller“, obwohl die betroffene Arbeitnehmerin weder männlich ist und zudem Schulz heißt. Auch hier gilt: Eine Kündigung muss eindeutig an den richtigen Empfänger gerichtet sein. Sonst fehlt es an der Wirksamkeit. „Auch das haben wir schon in der Praxis erlebt“, berichtet der Fachanwalt für Arbeitsrecht.

Was heißt das für Arbeitnehmer?

Diese Beispiele zeigen: Kündigungen sind kein Selbstläufer. Die rechtliche Hürde liegt höher, als viele Arbeitgeber denken. Und für Arbeitnehmer lohnt sich ein zweiter Blick oder der Gang zum Fachanwalt. Wer binnen drei Wochen ab Zugang der Kündigung Kündigungsschutzklage erhebt, kann Formfehler effektiv geltend machen. In vielen Fällen führt das zur Rücknahme der Kündigung, zu einer Weiterbeschäftigung oder zu einer Abfindung.

Was bedeutet das für Arbeitgeber?

Sorgfalt lohnt sich. Wer kündigt, sollte nicht nur den Kündigungsgrund kennen, sondern auch die Form wahren. Fehler in Datum, Adresse, Unterschrift oder der Formulierung können aus einem vermeintlich klaren Fall ein Desaster machen – nicht selten mit teuren Folgen.

Kündigen kann jeder? Mitnichten

Ronald Mayer abschließend: „Das Arbeitsrecht ist ein Minenfeld, und der Teufel steckt bekanntlich im Detail. Gerade deshalb lohnt es sich, genau hinzusehen, egal ob auf Arbeitgeber- oder Arbeitnehmerseite. Wer auf Nummer sicher gehen will, sollte die Kündigung von einem Profi prüfen lassen. Es könnte sich lohnen. Wie so oft im Leben ist ein zweiter Blick wichtig.“



Kreuzungsbereich South-Kirkby-Straße/Querspange/Hiddinghauser Straße.
Foto: Stadt Sprockhövel

Die Zeit ist reif!
**für eine
 starke Mitte.**
 Nur mit uns.

Freie
 Demokraten
 Sprockhövel **FDP**

Neues Wohngebiet an der Silschede Straße?

FDP fragt nach: Wie steht es um die Entwicklung des Wohngebiets Silschede Straße/Wittener Straße/Hoppe?

Die FDP-Fraktion im Rat der Stadt Sprockhövel hat zur kommenden Sitzung des Ausschusses für Stadtentwicklung und Denkmalschutz eine Sachstandsanfrage zur Vorlage Nr. 2019/235 gestellt. Bereits vor über fünf Jahren hatte die FDP die Wiederaufnahme der Planungen für das Areal zwischen Silschede Straße, Wittener Straße und Hoppe beantragt – mit dem Ziel, dringend benötigten Wohnraum für unterschiedliche Zielgruppen zu schaffen. Damals hatte der Ausschuss dem Antrag zugestimmt und die Verwaltung beauftragt, die Planungen fortzusetzen und einen städ-

tebaulichen Entwurf mit Schwerpunkt Mehrfamilienwohnen für verschiedene Zielgruppen zu erarbeiten. Seitdem ist es jedoch auffallend ruhig um das Projekt geworden – trotz der anhaltend angespannten Lage auf dem lokalen Wohnungsmarkt.

Lucas Kemna, Parteivorsitzender der FDP Sprockhövel, erklärt: „Wir erleben seit Jahren eine enorme Nachfrage nach Wohnraum. Umso unverständlicher ist es, dass ein solch wichtiges Projekt, das bereits politisch beschlossen wurde, einfach liegen geblieben ist. 5 Jahre haben wir nun verloren – Wohnraum wird nicht gebaut. Unsere Anfrage soll jetzt klären: Wo stehen wir? Was ist geschehen – oder auch nicht?“ Die Freien Demokraten fordern,

dass das Areal endlich in die aktive Entwicklung überführt wird – insbesondere, da es hervorragend erschlossen und in unmittelbarer Nähe zum Stadtteilzentrum Haßlinghausen gelegen ist. Die Fläche bietet die Chance, verschiedene Wohnformen – von Mietwohnungen bis Eigentum – für unterschiedliche Lebenssituationen zu realisieren.

„Wir brauchen keine neuen Gutachten oder langwierige Prüfverfahren – wir brauchen den politischen Willen, den Beschluss umzusetzen und Sprockhövel zukunftsfähig zu machen“, so Kemna weiter. Die FDP wird die Antwort der Verwaltung genau prüfen und kündigt bereits an, beharrlich an dem Thema dranzubleiben.

Musikalische Früherziehung: Neues Angebot

An der Musikschule der Stadt Sprockhövel starten im September zwei neue Kurse für die musikalische Früherziehung. Teilnehmen können Kinder im Alter von vier Jahren. Der Unterricht findet montags von 15.30 bis 16.30 Uhr und 16.30 bis 17.30 Uhr in der Musikschule im Kulturhaus in Haßlinghausen, Gelvesberger Str. 13, statt. Die Teilnehmerzahl ist pro Gruppe auf zwölf Kinder begrenzt. Die Kurse beginnen am 1. September und kosten 26,50 Euro pro Monat. Der

Kurs um 15.30 Uhr ist bereits ausgebucht. In dem Kurs um 16.30 Uhr sind noch Plätze frei. Musikalische Früherziehung ist ein attraktives und bewährtes vorschulisches Lernangebot zur Förderung der musikalischen Entwicklung. Mit viel Spaß und Freude werden Kinder so an die Musik herangeführt.

Die Unterrichtsinhalte sind Singen und Sprechen, Bewegung und Tanz, Hören Lernen durch Natur- und Umweltgeräusche und Musik, Improvisieren mit

Stimme und Instrumenten, elementare Erfahrungen an Instrumenten und erster Instrumentenbau sowie Kennenlernen unterschiedlicher Musikinstrumente. So kann man testen, was einem am besten gefällt.

Das Anmeldeformular befindet sich unter www.sprockhoevel.de/musikschul anmeldung.

Für weitere Informationen steht die Musikschulverwaltung unter 02339 917-153 sowie unter musikschule@sprockhoevel.de zur Verfügung.

Herrlicher Tag für Senioren

Die Senioren Union Sprockhövel gestaltete Anfang Juni bei herrlichem Wetter und bester Laune einen Ausflugstag nach Wesel und Xanten. 16 Damen und Herren freuten sich nach interessanten Informationen „rund um den Spargel, Pflege und Ernte“ auf ein köstliches Spargelessen im Spargelhof Schippers.

Danach wartete ein harmonisches Kulturprogramm in Xanten.

Die Vorsitzende der Senioren Union, Barbara Ibing, war begeistert über die gute Stimmung und den Wunsch, bald eine weitere gemeinsame Fahrt zu planen. Mit-Mach-Angebote der Senioren Union unter lbings-backstube@t-online.de.

Die Senioren Union Sprockhövel ist mit über 44 Mitgliedern die größte Seniorenvereinigung der CDU im Ennepe-Ruhr-Kreis. Mehrmals im Jahr werden gemeinsame Fahrten und gesellige Treffen angeboten. Eine Parteimitgliedschaft ist nicht erforderlich. Alle, die sich als Senioren fühlen, sind willkommen.



Badminton

Der TV Hasslinghausen 1862 e. V. bietet sowohl für Kinder als auch für Erwachsene Badmintontraining an. Die Trainingszeit für die 6- bis 16-Jährigen findet jeden Montag von 18.30 Uhr bis 20.00 Uhr in der Kreissporthalle Haßlinghausen statt. Direkt im Anschluss, bis 22 Uhr, greifen die Erwachsenen zum Schläger. Zudem können Erwachsene freitags nach Absprache, im Zeitraum von 19.45 Uhr bis 22.00 Uhr, ebenfalls dort spielen.

Weitere Informationen: Trainer Franco Kothe 0151-40712789.



Galerie Nasenberg eröffnet!

Die Rahmenwerkstatt feierte nach ihrem Umzug ihre Neueröffnung am Rathausplatz 11



hübner
 Deine Gesundheit. Unser Schwarzwald.



Die pure Kraft der Natur.

- » Unterstützt die natürliche Regeneration der Haut
- » Hautberuhigend und feuchtigkeitsspendend
- » Ideal nach dem Sonnenbaden und Rasieren



Entdecke die Vielfalt
www.huebner-vital.com

www.huebner-vital.com

Reformhaus Stöcker

Welperstraße 2 · 45525 Hattingen · Tel. 023 24 - 2 49 79
 Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10.00 - 18.00 Uhr · Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

E-Mail: info@reformhaus-stoecker.de · www.reformhaus-stoecker.de

Übungsleiter (m/w/d) gesucht!

Möchten Sie sich sozial einbringen und sportlich engagieren?

Der TV Hasslinghausen sucht eine zuverlässige und motivierte Person im Bereich „AquaFit-Gymnastik“. Sie sollten dienstags zwischen 19.15 und 20.45 Uhr Zeit haben und möglichst zeitnah starten können. Erfahrung als Übungsleiter ist nicht zwingend erforderlich.

Bei Interesse melden Sie sich bei Britta unter: 0170 5231557 oder per E-Mail an die info@tv-hasslinghausen.de.



„Spiel ohne Grenzen“

von 9:30 Uhr bis 14:00 Uhr

auf dem Sportplatz Landringhauserweg in Hasslinghausen

Unser Sportfest für Kinder von 2-6 Jahre für alle
 Bürger*innen aus Sprockhövel

Anmeldungen per Mail mit Name und Alter des Kindes:
kita-blumenhaus@awo-en.de
 oder
info@tv-hasslinghausen.de
 bis zum 10.05.2025



Walking und Nordic-Walking

Bei jedem Wetter trifft sich die Walking- und Nordic-Walking-Gruppe zum gemeinsamen Erkunden der Natur. Wer Lust hat, sich anzuschließen, ist jederzeit herzlich willkommen: Als Teilnehmer sowie als Übungsleiteranwärter. Die angebotenen Termine finden **dienstags von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr** sowie **mittwochs von 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr** statt. Treffpunkt: **Garagen an der kleinen Turnhalle Haßlinghausen**. Weitere Fragen an Heike Michel: 0176-51126378.





Ist Hitze für Körper und Psyche gefährlich?

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

„Dass starke Hitze im Sommer die körperliche Gesundheit beeinträchtigt, ist medizinisch gut erforscht. Ab etwa 26 Grad muss der Körper die zusätzliche Wärme durch Schwitzen über die Haut abgeben. Der Körper weitet die Gefäße und erhöht die Pumpleistung des Herzens. Dabei wird das Herz stärker beansprucht als üblich. Auch das Gehirn wird in Mitleidschaft gezogen. Schwindel, Konzentrationsprobleme, Kopfschmerzen, Erschöpfung, Dehydration, Hitzschlag oder Hitzekollaps, aber auch Hitzeausschlag sind mögliche Folgen. Neben den körperlichen Beschwerden geraten auch die psychischen Folgen von Hitze zunehmend in den Blick der Medizin, denn Hitze schlägt auf das Gemüt. Bisherige Studien verweisen auf einen möglichen Zusammenhang zwischen Hitzewellen und der

Schutz vor Hitze

Bei Hitze sollte man sich möglichst nicht im Freien aufhalten. Die Fenster in der Wohnung sollten geschlossen sein. Rollläden oder Thermovorhänge können helfen, die Hitze draußen zu halten. Gelüftet wird nur morgens oder am späten Abend. Ein Ventilator senkt zwar nicht die Temperatur, hält aber die Luft im Zimmer in Bewegung. So verdunstet Schweiß auf der Haut schneller und kühlt den Körper. Aber darauf achten, dass der Luftstrom nicht direkt auf Hals und Kopf gelenkt wird – sonst drohen Erkältungen und Verspannungen. Lauwarme Getränke in ausreichendem Maße helfen dem Körper bei Hitze. Auf dem Speiseplan sollten leichte Gerichte stehen wie Salate oder Milchprodukte. Lockere Kleidung und lauwarmes Duschen sorgen für Abkühlung. Beim Sport keine Höchstleistungen erbringen und die Bewegung in den Morgen oder den Abend legen. Für die psychische Gesundheit helfen Atem- und Entspannungstechniken und einfach einmal eine Siesta einzulegen.

Verschlimmerung von psychischen Erkrankungen sowie einer Zunahme von Besuchen in Notaufnahmen und psychiatrischen Notdiensten. Löst Hitze verstärkt körperliche Beschwerden aus, können damit psychische Beschwerden wie Panikattacken, Depressionsschübe und Angstzustände verbunden sein. Eine Studie aus den USA und Mexiko kommt sogar zu dem Ergebnis, dass während der Hitzeperioden die Zahl der Suizide mit den Temperaturen ansteigt (Nature Climate Change August 2018)“, erklärt Dr. Willi Martmöller. „Bei Menschen mit psychischen Erkrankungen kann Hitze ihre Symptome verschlimmern. Menschen, die bisher noch nicht betroffen waren, können Angststörungen und Stress entwickeln. Die Hitze wird in beiden Fällen als Trigger empfunden. Sie ist ein äußerer Reiz, mit dem zunehmend negative Ereignisse verbunden werden, beispielsweise die Klimakrise. Das wiederum führt zu Hilflosigkeit und zur vermehrten Produktion des Stresshormons Cortisol. Im Verhalten äußert sich dies entweder in Angst- und Panikzuständen oder auch in einer steigenden Aggressivität. Auch hierzu gibt es Untersuchungen, die einen Anstieg von Gewaltverbrechen widerspiegeln. Die Fähigkeit zur Selbstkontrolle sinkt durch den Hitzestress. Ein weiteres Problem ist die Verschlechterung des Schlafes. Bei sogenannten tropischen Nächten mit Temperaturen über 20 Grad im Schlafzimmer schlafen Menschen kürzer und minderwertiger. Schlechter Schlaf über einen längeren Zeitraum begünstigt die Entwicklung psychischer Probleme. Der Schutz vor Hitze ist für Körper und Psyche daher unerlässlich.“

von Dr. Anja Pielorz

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

Pflege von Angehörigen

Mehr Flexibilität durch neues Entlastungsbudget

Wer Angehörige oder nahestehende Menschen pflegt, ist oft sehr eingespannt und braucht ab und an eine Auszeit. Dafür gibt es die sogenannte Verhinderungs- und die Kurzzeitpflege. Unterschiedliche Beträge und Voraussetzungen haben es bisher erschwert, diese Leistungen zu kombinieren. Ab dem 1. Juli ändert sich das. „Die Zusammenfassung der Leistungen zu einem gemeinsamen Jahresbetrag erleichtert es, die Leistungen zu nutzen“, erklärt Verena Querling, Pflegerechterspertin der Verbraucherzentrale NRW. Sie gibt Tipps, darüber was sich im Detail ändert und wie man die neuen Regelungen am besten nutzt.

• Der Unterschied zwischen Verhinderungs- und Kurzzeitpflege

Wenn eine pflegende Person jemanden vorübergehend nicht pflegen kann, sieht die Pflegeversicherung zur Überbrückung die Kurzzeitpflege oder die Verhinderungspflege vor. Gründe können zum Beispiel Urlaub oder Krankheit sein. Die Kurzzeitpflege ermöglicht es in solchen Fällen, Pflegebedürftige für diese Zeit in einer Pflegeeinrichtung unterzubringen. Die Verhinderungspflege dagegen kann dafür genutzt werden, die Pflege zuhause weiter sicherzustellen, zum Beispiel mit der Hilfe eines Pflegedienstes oder durch den Einsatz anderer Angehöriger oder Nachbarn.

• Was ist der gemeinsame Jahresbetrag?

Ab dem 1. Juli 2025 gibt es keinen einzelnen Betrag für die Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege mehr. Vielmehr werden diese zu einem gemeinsamen Jahresbetrag zusammengelegt, der dann insgesamt 3.539 Euro beträgt. Dieser Betrag wird auch Entlastungsbudget genannt. Ab Juli ist es nicht mehr erforderlich, Beträge aus der Verhinderungspflege in die Kurzzeitpflege zu übertragen und umgekehrt. Der Vorteil: Betroffene müssen sich nicht mehr zwischen den Leistungen entscheiden oder Geld aus einem Topf in den anderen umwidmen.

• Was ist neu im Detail?

Die Pflicht zur Vor-Pflegezeit entfällt: Bisher konnte die Verhinderungspflege nur geltend gemacht werden, wenn die pflegende Person bereits sechs Monate gepflegt hat. Diese sogenannte Vorpflegezeit fällt nun weg. Dadurch kann das Entlastungsbudget bereits ab Feststellung des Pflegegrades geltend gemacht werden.

• Wie lange wird die Verhinderungspflege gezahlt?

Statt nur für sechs Wochen kann die Verhinderungspflege seit dem 1. Juli für bis zu acht Wochen pro Jahr in Anspruch genommen werden. Außerdem wird ab Juli das hälftige Pflegegeld für den Zeitraum bis zu acht Wochen pro Jahr (bisher sechs) weitergezahlt. Ebenso steigt der Betrag, den Verwandte erhalten können, wenn sie die Verhinderungspflege übernehmen. Wenn diese Pflege nicht erwerbsmäßig ausgeübt wird, können die pflegenden Personen das Doppelte des Pflegegeldes erhalten (bisher das 1,5-Fache). Bei Pflegegrad 2 sind das dann beispielsweise 696,78 Euro.

• Wie funktioniert der Übergang zur neuen Regelung?

Viele pflegebedürftige Menschen haben bis zum 1. Juli 2025 bereits Leistungen der Verhinderungs- oder Kurzzeitpflege genutzt. Sollte der Betrag in Höhe von 2.528 Euro bis dahin noch nicht vollständig ausgeschöpft sein, kann der restliche Betrag über den 1. Juli 2025 hinaus eingesetzt werden. Zusätzlich können dann die 1.011 Euro mehr, die sich aus dem Entlastungsbudget ergeben, genutzt werden.

• Wie erhält man den gemeinsamen Jahresbetrag?

Wichtig: Verhinderungs- und Kurzzeitpflege müssen auch weiterhin beantragt werden. Der gemeinsame Jahresbetrag als solches ist keine eigene Leistung, die Politik hat nur die Finanzierung zusammengelegt. Auch weiterhin gilt, dass Kurzzeit- oder Verhinderungspflege bereits bei der Planung der Auszeit beantragt werden sollte, um frühzeitig Klarheit über die Finanzierung zu schaffen. Dies geht bei der Pflegekasse auch online. Auch im Nachhinein kann die Übernahme der Kosten beantragt werden. Dafür müssen die Rechnungen aufbewahrt werden. Mehr zur Kurzzeit- und Verhinderungspflege gibt es hier: www.verbraucherzentrale.nrw//node/105845

Kosten für RTW-Fehlfahrten

Bei den Verhandlungen über die Gebührensatzung für den Rettungsdienst des Kreises teilten die Krankenkassen überraschend mit, dass sie nicht mehr für die sogenannten „Fehlfahrten“ des Rettungsdienstes aufkommen wollen. Die sogenannten Fehlfahrten (etwa 20 bis 25 Prozent der Einsätze) entstehen, wenn ein Rettungswagen alarmiert wird, anschließend aber kein Transport der Patientin oder des Patienten in ein Krankenhaus erfolgt. Das kann verschiedene Gründe haben: zum Beispiel, wenn die betroffene Person den Transport verweigert, vor Ort medizinisch versorgt wird, ohne dass eine Weiterbehandlung in einer Klinik notwendig ist, oder am Einsatzort verstirbt.

Müssen Patienten in Zukunft für Rettungsdienst zahlen?

Sollten die Krankenkassen die anfallenden Kosten für Fehlfahrten nicht mehr übernehmen, muss der Kreis als Träger des Rettungsdienstes die finanziellen Mittel zunächst vorhalten. Der Kreis ist aber gesetzlich verpflichtet, den Rettungsdienst kostendeckend zu organisieren. Sollten die Krankenkassen demnach bei ihrem Vorhaben bleiben, bliebe der Kreisverwaltung keine andere Möglichkeit, als die offenen Beträge direkt bei den Patientinnen und Patienten einzufordern. Hintergrund des Handelns der Krankenkassen ist, dass sie erstmals eine bundesgesetzliche Regelung des SGB V neu interpretieren, wonach die Übernahme der Kosten für Fahrten des Rettungsdienstes nur dann für die Krankenkassen verpflichtend sei, wenn auch ein Transport stattgefunden habe. Dem steht allerdings das Rettungsgesetz auf Landesebene entgegen, welches Fehlfahrten ausdrücklich als ansatzfähige Kosten einordnet.

Um die Problemstellung mit den Krankenkassen in NRW zu lösen,

Ballenzeh (Hallux valgus): Was hilft wirklich?

Der Hallux valgus – umgangssprachlich auch Ballenzeh genannt – betrifft etwa ein Viertel der erwachsenen Bevölkerung. Meist sind Frauen betroffen. Die Fehlstellung der Großzehe kann nicht nur Schmerzen bereiten, sondern auch den Gang verändern. Doch Betroffene sind dem Ballenzeh nicht hilflos ausgeliefert: Einfache Maßnahmen und gezielte Bewegung können helfen, Beschwerden zu lindern und eine Operation möglicherweise zu vermeiden.

Der Hallux valgus ist eine häufige Fehlstellung der Großzehe, bei der diese nach außen abweicht und das Grundgelenk als Ballen an der Fußinnenseite hervortritt. Rund 23 % aller Erwachsenen – vor allem Frauen – sind davon betroffen. Die Ursachen sind vielfältig: Enge, hohe Schuhe, genetische Veranlagung, schwaches Bindegewebe oder muskuläre Dysbalancen können die Entwicklung begünstigen. Auch Fußfehlstellungen wie Platt- oder Spreizfuß gelten als Risikofaktoren. Die Symptome entwickeln sich oft schleichend. Zunächst zeigt sich eine leichte Schiefstellung, mit der Zeit können Rötungen, Schmerzen und Einschränkungen beim Gehen folgen. In schweren Fällen verdrängt der große Zeh die kleineren, was weitere Fehlstellungen wie Hammerzehen zur Folge haben kann. Typisch ist ein zunehmendes Druckgefühl am Ballen sowie eingeschränkte Beweglichkeit.

Behandlung

Die Diagnose erfolgt in der Regel durch eine ärztliche Untersuchung und Röntgenaufnahmen. Je nach Ausprägung wird die Abweichung des Zehnwinkels in Schweregrade eingeteilt. Neben bildgebenden Verfahren ist auch das Gangbild ein wichtiger Hinweisgeber.



**coaching
institut
mettberg**
Praxis für psychologische
Beratung und Coaching

Mettberg 66 – 45549 Sprockhövel
eMail: info@coaching-institut-mettberg.de
mobil: +49 163 8211058 und +49 176 64606520
web: www.coaching-institut-mettberg.de

wurde bereits durch das Landesgesundheitsministerium ein Gesprächsformat gemeinsam mit den Spitzenverbänden von Landkreis- und Städtetag sowie Vertretern der Krankenkassen geschaffen. Kreise und kreisfreie Städte sind als Träger des Rettungsdienstes verpflichtet, die bedarfsgerechte und flächendeckende Versorgung der Bevölkerung mit Leistungen der Notfallrettung einschließlich der notärztlichen Versorgung im Rettungsdienst und des Krankentransportes sicherzustellen. Um dieses Ziel zu erreichen, stellt die Kreisverwaltung einen Bedarfsplan auf. Darin werden insbesondere Zahl und Standorte der Rettungswachen sowie die Zahlen der erforderlichen Krankenkraftwagen und Notarzt-Einsatzfahrzeuge festgeschrieben. Da die Krankenkassen die Kosten des Rettungsdienstes tragen, erfolgt das Aufstellen und Abstimmen des Bedarfsplans in Zusammenarbeit mit ihnen. Die zu erwartenden Kosten für den Rettungsdienst erlässt der EN-Kreis in einer Gebührensatzung.

Quelle: pen

Bei der Behandlung stehen verschiedene Wege offen. Zwar gibt es über 150 operative Verfahren, doch nicht jeder Hallux valgus muss operiert werden. Gerade bei leichteren Formen können gezielte Dehn- und Kräftigungsübungen helfen, die Fehlstellung zu verbessern und Schmerzen zu lindern. Die Übungen setzen an muskulär-faszialen Verspannungen an, die den Zeh aus dem Lot ziehen. Orthopädische Hilfsmittel wie Einlagen, Schienen oder Bandagen können zusätzlich unterstützen, bieten aber meist keine dauerhafte Lösung, da sie die Ursache – die Spannungen im Gewebe – nicht beheben. Eine wichtige Rolle spielt auch das richtige Schuhwerk: Zehenfreiheit, flache Sohlen und weiches Material entlasten den Vorfuß und fördern eine gesunde Fußstellung. Zur Vorbeugung empfiehlt sich regelmäßige Fußgymnastik: Barfußgehen, Zehenspreizen, das Greifen kleiner Gegenstände mit den Zehen und spezielle Übungen für das Fußgewölbe. Der Hallux valgus ist zwar weit verbreitet, doch frühzeitiges Handeln kann viel bewirken. Wer seine Füße regelmäßig bewegt, passende Schuhe trägt und rechtzeitig auf Veränderungen achtet, kann nicht nur Beschwerden lindern, sondern der Fehlstellung auch aktiv entgegenwirken.

Quelle: www.liebscher-bracht.com



Wohlfühlen in Sprockhövel.

25 Jahre
in Sprockhövel



physio & mehr

Dipl.-Ök. Marion Siegel
45549 Sprockhövel • Tel.: 0 23 39 / 13 80 00 • Fax: 924 98 98

Therapiezentrum HaBlinghausen • Mittelstraße 82
Individuelle Terminabsprache zwischen 8 und 18 Uhr

Unsere Leistungen:

Ab sofort in neuer
Praxis: Mittelstraße 82
(vormals Möbelhaus
SIRRENBERG)

Krankengymnastik • Krankengymnastik
auf neurophysiologischer Praxis • Postoperative
Nachbehandlung • Massage/Bindegewebsmassage
• Manuelle Lymphdrainage, auch in Verbindung mit
Tiefen-Oszillation und als Krebsnachbehandlung •
Manuelle Therapie • Eis- und Wärmeanwendung •
Funktionelle Bewegungslehre • CMD – Behandlung
• Hausbesuche



Es ist wieder soweit: Die „Hundstage“ stehen vor der Tür und für die meisten Tiere ist es viel zu warm – wenn die Hitze tatsächlich kommt. In jedem Fall hilft es, Wasser zu trinken und ins Wasser zu gehen.

Foto: Pielorz

Von „Hundstagen“ und dem Lebenselixier Wasser

Der menschliche Körper besteht zum großen Teil aus Wasser und braucht auch ziemlich viel

Die sommerliche Hitzezeit der sogenannten „Hundstage“ steht vor der Tür. So wird die Zeit vom 23. Juli bis zum 23. August bezeichnet. Ihren Namen verdanken diese Tage allerdings nicht den geliebten Fellnasen, sondern dem Sternbild „Großer Hund“. Der Aufgang vom Hauptstern Sirius sollte die Kraft der Sonne noch verstärken. Das astronomische Ereignis wurde von den Griechen später als „heliakischer Aufgang“ bezeichnet, was so viel wie „mit der Sonne aufgehend“ bedeutet. Die alten Griechen sahen zwischen der Wiederkehr des Sirius und des Sonnenlichts eine Verbindung und die Zeit der großen Hitze. Auch die Ägypter maßen dem Stern große Bedeutung zu, kündigte er doch das Erscheinen des Nilhochwassers an. Heute weiß man aber, dass der Stern für das Wettergeschehen keine Bedeutung hat. Allerdings hat sich der Name „Hundstage“ erhalten und oft beobachtet man in diesen vier Wochen tatsächlich eine lange heiße Wetterphase. Das hat nix mit Sirius, aber mit der Sonne und Strömungen zu tun. Die Wetterexperten haben nämlich beobachtet, dass sich der Jetstream zu diesem Zeitpunkt nach Norden verlagert und wir in den Bereich subtropischer Warmluft kommen. Außerdem erleben wir zu diesem Zeitpunkt gehäufte Südwestwetterlagen. Und das bedeutet hohe Temperaturen, aber oft auch Gewitter.

Gut für uns: Wärme, nicht Hitze

Während die Menschen bei großer Hitze oft gesundheitliche Probleme haben, tut ihnen die Sonne in Verbindung mit Wärme gut. Scheint die Sonne und es ist hell, fühlen sich viele Menschen auch gleich viel besser. Das Sonnenlicht möbelt aber nicht nur die Psyche auf. Auch unser Immunsystem profitiert davon. Die Sonnenstrahlen fördern die Bildung des wichtigen Vitamin D in der Haut und vermindern damit die Anfälligkeit gegen Infekte. Vitamin D wird entweder über die Nahrung aufgenommen oder die Haut produziert es mithilfe des Sonnenlichts selbst. Doch in den Lebensmitteln ist heute zu wenig von diesem lebensnotwendigen Vitamin enthalten und die körpereigene Produktion ist daher umso wichtiger. Deshalb ist ein Sonnenbad in Maßen durchaus gesund. Vitamin D fördert die Aufnahme von Kalzium und Phosphat aus der Nahrung und ist für die Bildung der Knochen und Zähne notwendig. Bei Kindern führt ein Mangel an Vitamin D zu Rachitis, eine Krankheit, die eine Knochen- und Rückgratverkrümmung zur Folge hat. Erwachsene ohne genügend Vitamin D leiden häufig unter der Osteoporose, bei der ein übermäßiger Abbau der Knochen-

substanz stattfindet. Neuste Forschungen lassen zudem vermuten, dass Vitamin D auch das Risiko für Darm-, Brust- und Prostatakrebs senkt. Und schließlich sei noch die Optik erwähnt: Gebräunte Haut gilt immer noch bei vielen Menschen als schön. Sie steht als Synonym für Vitalität und Jugendlichkeit. Und wer sich schön fühlt, strahlt in der Regel von innen und außen und das wiederum macht gute Laune.

Neben Sonne brauchen wir vor allem Wasser

Schon Goethe formulierte im Faust: Ohne Wasser ist kein Heil... Das gilt auch für den menschlichen Körper, aber ein zu viel davon ist ein Unheil. Wasser ist für den Menschen lebensnotwendig. Bezogen auf das Gesamtkörpergewicht ist Wasser der quantitativ wichtigste Bestandteil des menschlichen Körpers. In jungen Jahren liegt der Wasseranteil im menschlichen Körper bei bis zu etwa achtzig Prozent. Im Laufe des Lebens nimmt dieser Anteil ab. Der menschliche Stoffwechsel funktioniert aber nur, wenn dem Körper ausreichend Wasser zur Verfügung steht.

Zu viel oder zu wenig Wasser

Wenn der Körper an Wassermangel leidet, dann dickt das Blut ein. Die Nierenwerte steigen und die Giftstoffe können aus dem Körper nicht mehr ausgeschieden werden. Oft leiden diese Menschen dann auch unter Verstopfung, weil der Darm das letzte Wasser aus dem Körper gezogen hat und der Stuhl sehr hart wird und man nicht mehr ausscheiden kann. Auch unser Gehirn ist auf Wasser angewiesen. Das bemerken wir beispielsweise durch mangelnde Konzentrationsfähigkeit bei zu geringer Flüssigkeitszufuhr. Wasser ist für die einwandfreie Funktion unseres Gehirns notwendig, weil es die „grauen Zellen“ mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt.

Zu viel Wasser im menschlichen Körper wird ganz einfach ausgeschieden. Der häufige Gang zur Toilette ist dann normal. „Wasser im Körper“ kann aber große Probleme verursachen, wenn Wasser eingelagert wird, weil ein Organ nicht richtig funktioniert. Einem Zuwenig an Wasser beugt man durch regelmäßiges Trinken vor. Salzarme Nahrung ist gut, denn ein Gramm Salz bindet einen Liter Wasser. Alkohol nur in Maßen! Gegen Wasseransammlungen hilft Bewegung. Der kalte Knieguss nach Kneipp tut gut. Insgesamt: Eine gesunde Lebensweise mit ausgewogener Ernährung und Bewegung lässt einen auch die „Hundstage“ überstehen.

von Dr. Anja Pielorz

Krebsgeschichten 2025: Die Veranstaltungsreihe geht weiter

Prof. Dr. Andreas Tromm referiert am Mittwoch, 10. September, zur gesunden Ernährung



Prof. Dr. med. Andreas Tromm beantwortet Fragen zum Thema gesunde Ernährung. Foto: Augusta

Die Veranstaltungsreihe „Krebsgeschichten“ der Krebshilfe Sprockhövel/Hattingen unter der Moderation von Prof. Dr. Andreas Tromm wird fortgesetzt. Sie findet im Café Metamorphose, Hauptstraße 5 in 45549 Sprockhövel (direkt am Busbahnhof Niedersprockhövel), statt.

Die nächste Veranstaltung findet am Mittwoch, 10. September, 18 bis 19.30 Uhr statt. Es geht um das Thema gesunde Ernährung – nicht nur, aber gerade auch für Krebspatienten ein wichtiges Thema. Im Endoskopiezentrum im EvK Hattingen ist der Gastroenterologe Prof. Dr. Andreas Tromm tätig. Bis zum Sommer 2023 war er 23 Jahre Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Evangelischen Krankenhaus Hattingen. Welche Nahrungsmittel

in welchen Mengen gegessen werden, hat große Auswirkungen auf den Körper. Erwachsene, die viele stark verarbeitete Lebensmittel (ultra-processed foods UPF) konsumieren, haben vermutlich ein höheres Risiko für Übergewicht, Adipositas, Bluthochdruck, Typ-2-Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. In Deutschland stammten laut Berechnungen der Nationalen Verzehrsstudie II (NVS II) schon Anfang der 2000er-Jahre etwa 50 Prozent der gesamten Energieaufnahme von Erwachsenen aus stark verarbeiteten Lebensmitteln. Aber: Industriell verarbeitete, ballaststoffarme Nahrung schädigt den Darm. Chronische Entzündungen wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa und ein erhöhtes Risiko für Darmkrebs sind die Folge. Verbesserte Diagnostik und Früherkennung in der Endoskopie können heute viele Zusammenhänge zwischen Nahrung und Krankheiten erkennen. Der Abend beschäftigt sich mit dem Thema, was unter gesunder Ernährung zu verstehen ist. Anmeldungen direkt im Café Metamorphose unter 02324/708502. Die Veranstaltung ist kostenfrei.

Rückblick: Veranstaltung Nebenwirkungen Krebstherapie

Dr. med. Johannes Matschke, Facharzt für Innere Medizin, Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin und Prof. Dr. Holger Nüchel, Fachbereich Hämatologie, Internistische Onkologie, Hämostaseologie, Palliativmedizin, arbeiten gemeinsam in der Onkologischen Schwerpunktpraxis Bochum. Matschke referierte zum Thema Nebenwirkungen in der Krebstherapie. Er erklärte, wie unterschiedlich und vielseitig die Behandlungsmethoden gegen den Krebs heute geworden sind. Bis in die 80er Jahre hinein gab es neben den chirurgischen Möglichkeiten nur noch die Chemo- und die Strahlentherapie. Heute erforscht die Zell- und Tumorbologie die grundlegenden Mechanismen, die den Krebserkrankungen zugrundeliegen. Dadurch sind völlig neue Therapieansätze entstanden. Ein Beispiel ist die Immuntherapie, die das körpereigene Immunsystem einsetzt, um Krebszellen zu bekämpfen. Sie kann das Immunsystem dazu bringen, Krebszellen zu erkennen und anzugreifen, oder Immunzellen verstärken, um die Krebsbekämpfung zu unterstützen. Je nach pathologischem Befund und CT-Diagnose kommt sie zum Einsatz. Zur modernen Krebstherapie gehört auch nach der Akutphase der Erkrankung eine fünfjährige Nachsorge. In den ersten zwei Jahren finden Nachsorgetermine alle drei Monate statt, um neben der Beobachtung der Erkrankung den Blick auch auf mögliche Nebenwirkungen zu richten, die durch die verschiedenen Therapien entstehen können.

Neben den wünschenswerten Eigenschaften einer Krebstherapie gibt es unerwünschte kurz- und langfristige Nebenwirkungen. Manche von ihnen verschwinden, wenn die Therapie beendet ist. Andere wiederum tauchen erst nach der Therapie auf. Matschke verweist auf die wichtigen Vorgespräche zu anderen Vorerkrankungen oder Lebensgewohnheiten. Hierzu gehören beispielsweise Diabetes-Erkrankungen oder der Konsum von Alkohol. Die Chemotherapie kann bei einigen Patienten zu Polyneuropathie führen, einer Erkrankung, die die peripheren Nerven schädigt. Diese Schädigung kann sich in verschiedenen Symptomen äußern, wie Kribbeln. Bereits bei ersten Anzeichen kann auf die Beschwerden eingegangen werden, indem

– wenn möglich – die Therapie angepasst wird, beispielsweise durch Dosisreduktion, Medikamentenwechsel und/oder längere Therapiepausen. Krebsbetroffene können auch von einem frühzeitig begonnenen und regelmäßigen Bewegungstraining gegen Funktionsverluste profitieren.

Auch Kälteanwendungen können helfen. Sie verengen die Gefäße an Händen und Füßen. Man geht davon aus, dass eine Kryotherapie, die zeitgleich zur Gabe der Chemotherapie durchgeführt wird, die Aufnahme des Chemotherapeutikums in Fingern und Zehen verringert. Dies beugt den Schädigungen feinsten Strukturen in den Händen und Füßen vor. Eingesetzt werden für die Kryotherapie zum Beispiel aufwendig vorbereitete Kühlhandschuhe und Kühlsocken. Patienten tragen diese nicht nur während der Chemotherapie-Gabe, sondern auch 15 bis 30 Minuten davor und danach. Es gibt auch für die Kopfhaut passende Anwendungen.



Fortschritt Immuntherapie

Ein großer Fortschritt in der Krebsbehandlung ist die Immuntherapie. Sie kann es Patienten ermöglichen, mindestens einen gewissen Zeitraum tumorfrei zu erleben. Aber auch hier kann es zu Nebenwirkungen kommen, denn das System kann sich gegen den eigenen Körper richten. Häufige Nebenwirkungen sind Müdigkeit, Hautprobleme, Magen-Darm-Beschwerden und Entzündungen, die auf eine überschießende Immunreaktion hindeuten können. Auch Lungenprobleme, Schilddrüsenerkrankungen und andere autoimmune Reaktionen sind möglich. Die Nebenwirkungen müssen während der Therapie genau beobachtet werden. Eine Dosisreduktion der Medikamente oder eine Therapiepause können notwendig werden. Vermieden wird nach Möglichkeit die Absetzung der Therapie.

Zu möglichen Nebenwirkungen der Strahlentherapie, insbesondere bei Bestrahlungen im Brustbereich, gehören Herzschwäche, Rhythmusstörungen und Bluthochdruck. Allerdings sind die modernen Strahlentherapien deutlich schonender als dies vor Jahren der Fall war. Bei jeder Therapie gilt es, den therapeutischen Nutzen und die Nebenwirkungen zu analysieren und die entsprechenden Entscheidungen zu treffen. Hilfe bei den Nebenwirkungen bietet auch die Naturheilkunde, Homöopathie, Bewegung und Ernährung – jeweils in Abstimmung zur Erkrankung und der Therapie.

Beim Vortrag von Dr. Matschke war auch ein Patient vor Ort, der an einem faustgroßen und inoperablen Leberkrebstumor litt. Die Diagnose erhielt er 2020. Seit 2023 befindet er sich in einer tumorfreien Nachsorge.

Für ihn ist auch das innere Gleichgewicht von großer Bedeutung. Zwar gilt es, sich mit der Erkrankung auseinanderzusetzen, aber sie sollte nicht 24/7 das Leben dominieren. Denn immer ist auch die Frage nach der Lebensqualität entscheidend.

„Nicht die Jahre in unserem Leben zählen, sondern das Leben in unseren Jahren.“ (Adlai Ewing Stevenson)

von Dr. Anja Pielorz

Termine

Freitag, 4.7., 16.30
AHE GmbH, Bebbelsdorf 89, Witten

Biogas aus Biomüll – Besichtigung der Vergärungsanlage in Witten

Die Arbeitsgruppe der Lokalen Agenda 21 Sprockhövel bietet zum Thema Abfallverwertung und Nachhaltigkeit eine Besichtigung der Vergärungsanlage der AHE. Um Anmeldung wird gebeten bei Evelyn Müller, telefonisch unter 02339 917-225 oder per E-Mail an muellere@sprockhoevel.de. Wer Interesse an der Bildung einer Fahrge-meinschaft hat, kann das bei der Anmeldung gerne angeben.

Samstag, 5.7., 15 Uhr & Sonntag, 6.7., ca. 11 Uhr
Katholische Kirche an der Kortenstr.

Gemeindefest St. Josef

Zu einem zweitägigen Fest lädt die katholische Gemeinde St. Josef, Sprockhövel-Haßlinghausen. Am Samstag beginnt das Gemeindefest mit einer Aufführung der Mädchen und Jungen des Kindergartens „Josefinchen“. Anschließend wird der Kirchenchor der evangelischen Kirchengemeinde eine Auswahl seines Repertoires präsentieren. Auch die vierköpfige Band „Die Störenfriede“ wird mitwirken. Außerdem warten eine Hüpfburg, ein Schminkstand, eine Kindereisenbahn und die Feuerwehr vor allem auf die jungen Gäste. Eine Cafeteria, Imbiss-Stationen, ein Bierwagen und ein Cocktail-Stand sind außerdem zu finden.

Am Sonntag wird nach der Zehn-Uhr-Messe weitergefeiert. Der Schminkstand und die Kindereisenbahn werden auch an diesem Tag geöffnet sein. Neben Kuchen, frischen Waffeln, Wurst und Pommes gibt es von den Pfadfinderinnen und Pfadfindern gebäckenen Flammkuchen.

Samstag, 5.7., 14 - 17 Uhr

Vorplatz und 2. OG der Hauptstraße 8a, Sprockhövel

Bunter Nachmittag mit dem Familienbüro

Beim Aktionstag haben alle Familien und Interessierten die Möglichkeit, die Räumlichkeiten, Angebote und Mitarbeitende des Familienbüros persönlich kennenzulernen. Es finden eine Sing- und Mitmachaktion, ein Kreativangebot, verschiedene Spiele, Kindersminken und ein Eltern-Quiz statt. Kostenfreie Snacks und eine große Hüpfburg runden das Programm ab.

Freitag, 11.7., 15 - 18 Uhr

Bürgerbegegnungsstätte Hiddinghausen, Jahnstr. 4, Sprockhövel

„Wir für Euch“ – Einladung zum Ehrenamtstag

Als Dankeschön an alle ehrenamtlich engagierten Bürgerinnen und Bürger veranstaltet die Stadt Sprockhövel den alljährlichen Ehrenamtstag. Das Event soll den täglichen Einsatz von Ehrenamtlichen für die Gemeinschaft und den gesellschaftlichen Zusammenhalt in Sprockhövel würdigen. Alle ehrenamtlich engagierten Menschen sind herzlich eingeladen. Neben musikalischer Begleitung, Kaffee und Kuchen werden dieses Mal auch wieder Würstchen gegrillt. Die NRW-Stiftung wird sich auf dem Ehrenamtstag vorstellen und ihre vielfältigen Fördermöglichkeiten im Bereich Naturschutz, Landschaftspflege, Heimat- und Kulturpflege erläutern.

Aus organisatorischen Gründen wird um eine **Anmeldung bis zum 8. Juli** gebeten. Anmelden können sich alle Ehrenamtlichen und deren Familienangehörige bei Evelyn Müller per E-Mail an evelyn.mueller@sprockhoevel.de oder telefonisch unter 02339 917-225.

Sonntag, 13.7., 10 Uhr
Katholischen Gemeinde St. Januarius, Von-Galen-Straße 7

Ab-in-die-Ferien-Gottesdienst

Der Gottesdienst wird musikalisch von der Gruppe „sacro pop“ gestaltet. Im Anschluss sind alle zum Gemeindefest eingeladen, der von „sacro pop“ und der Kinderkirche ausgerichtet wird.

Freitag, 18.7., 10 - 16 Uhr

Jennifer Prinz, Kreistagskandidatin im Wahlkreis 04

Freitag, 18.7., 15 - 18 Uhr

Michael Bald, Ratskandidat im Wahlkreis 14 in Haßlinghausen

Offene Bürgersprechstunde der SPD

Sie haben etwas auf dem Herzen und wollen das mal bei den Kommunalpolitikern loswerden? Nur zu.

Sonntag, 3.8., 15 - 17 Uhr

Bahnhofstr. 7 an der bunten kräuterreichen Radtrasse

Kräutertouren im Revier

Mit Autorin und Biologin Ursula Stratmann kann man eine große Pflanzenvielfalt erleben! Touren immer mit Kräuterbrot, Blüten- und Exotenkräuterquiz, dickem Skript, Sammeltütchen und Likörchen für jeden. **30 Euro** pro Person, bitte ohne Hunde kommen. **Keine Anmeldung nötig.**

Sonntag, 5.8., 18 Uhr

SPD Geschäftsstelle, Hauptstraße 12, 45549 Sprockhövel

Treffen der Frauengruppe

Parteiöffentliches Treffen für politisch interessierte Frauen. Die Gruppe trifft sich regelmäßig zu gemeinsamen Unternehmungen, zu Vorträgen oder auch zum Austausch. Neue Teilnehmerinnen sind jederzeit herzlich willkommen.

Ab Montag, 4.8., 15 - 17 Uhr

Anmeldung über: www.unser-ferienprogramm.de/sprockhoevel

Tagesausflüge für Jugendliche

Ab dem 4. August erwartet die Sprockhöveler Kinder und Jugendlichen bunt gemischte Halbtages- und Tagesausflüge zu verschiedenen Zielen in der Nähe von Sprockhövel: Dazu gehören rasante Fahrten in Achter- und Wasserbahnen im Movie Park, rund 900 Tiere und drei Erlebniswelten (Asien, Afrika und Alaska) im Zoo „Zoom“ in Gelsenkirchen, ein kunterbunter und aufregender Tag in der Bauernhofoase „IRRLAND“, schwindelerregende Höhen im Kletterwald Wetter und die fantastischen Spielwelten im Ketteler Hof. Die Anmeldung läuft seit dem 25. Juni 2025 über www.unser-ferienprogramm.de/sprockhoevel.

Die Platzvergabe erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldungen. Mit der Zusage per E-Mail erhalten Teilnehmende auch die Zahlungsinformationen zu den einzelnen Angeboten. Sollte ein Angebot ausgebucht sein, wird eine Absage verschickt und die jeweiligen Personen werden auf die Warteliste zu den entsprechenden Veranstaltungen aufgenommen.

Zeltfestival Ruhr 2025

Vom 22. August bis 7. September 2025 heißt es wieder „Endlich Urlaub“ am Kemnader See. Das Zeltfestival Ruhr (ZfR) bietet ein abwechslungsreiches Programm mit Musik-, Comedy- und Kabarett-Highlights. Mit 29 von bis zu 40 Shows ist bereits über die Hälfte des Programms bestätigt. Die **Antilopen Gang** kommt am 5. September ans ZfR. Der unverwechselbare Humorstil voller Kampfgeist macht sie so besonders, auch die Vielfältigkeit im Sound ist einzigartig. Zuletzt begeisterten sie Fans und Presse mit ihrem Doppel-Album „Alles muss repariert werden“, das zum Teil aus einer weiteren HipHop-Platte und gleichermaßen aus dem Punkrock-Debüt der Band besteht. Zuletzt sorgte Danger Dan mit seinem Solo-Auftritt im ausverkauften Sparkassenzelt für Furore. **Klangphonics** kombinieren akustische Instrumente mit elektronischen Sounds. Schlagzeug, Gitarre sowie diverse Percussions mischen sich auf der Bühne mit Synthesizern und Sequenzern. Am 4. September sind sie erstmals am Kemnader See.



Die Antilopen Gang hat die deutsche Rap- und Hip-Hop-Szene so geprägt wie kaum eine andere Band. Im September kommen sie erstmals in die weiße Zeltstadt!

Foto: Danny Koetter

Neben der musikalischen Unterhaltung ist auch das Comedy- und Wortprogramm ein unverzichtbarer Bestandteil des ZfR-Line-Ups. Während sich Acts wie Torsten Sträter und Siegfried & Joy bereits für zwei Shows am Kemnader See angekündigt haben, folgt nun mit Frank Goosen eine weitere Zusatzshow. Neben seiner bereits bestätigten Show am 1. September bringt er sein Programm „Daddy cool oder: Es regnet nie in Menocino“ ebenfalls am 26. August an den Kemnader See. Die Besucher erwartet ein weiterer Abend voller Humor und Ruhrpott-Charme.

Der Vorverkauf läuft stark – Das abwechslungsreiche Programm begeistert, sodass viele die 16. ZfR-Ausgabe bereits fett im Kalender markiert und sich Tickets gesichert haben.

Viele Konzerte und Shows, etwa von Rea Garvey, Samu Haber oder Kontra K, sind bereits stark nachgefragt. Tickets gibt es an allen bekannten Vorverkaufsstellen, per Tickethotline (0234 96292 22) oder online unter www.zeltfestivalruhr.de. Dort findet man auch den Rest des Line-Ups Acts.

HAUS
WITTEN

JUL-AUG
2025

KULTUR
SOMMER
WITTEN

19.07.
Le Clou

02.08.
HopStopBanda

16.08.
Encuentro

26.07.
T.O.Y. und Purwien
& KOWA

09.08.
Sacramento

23.08.
Die Komm'it Mannis

Jeweils 19:30 Uhr / www.haus-witten.de
Tickethotline: 02302 581 2441 / 02302 12233

KULTUR
FORUM
WITTEN

GESPONSORT VON
STADTWERKE
WITTEN

Sparkasse
Witten

ob nah, ob fern, ob groß, ob klein
UMZÜGE
durch Helmut Klein

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

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

Elektromobilcenter Witten
Mobilität im Alter
ELEKTROMOBILE
ROLLATOREN
AKKUS
ROLLSTÜHLE
KFZ-ANKAUF
24H WERKSTATT
VERLEIH SERVICE

Kostenlose Probefahrt
vor Ort möglich!
- ALLE KRANKENKASSEN -
Cregeldanzstraße 24 | 58455 Witten
02302 / 400 42 09
www.elektromobilcenter-witten.de
info@elektromobilcenter-witten.de

Lokal recherchiert

Für Sie vor Ort unterwegs!

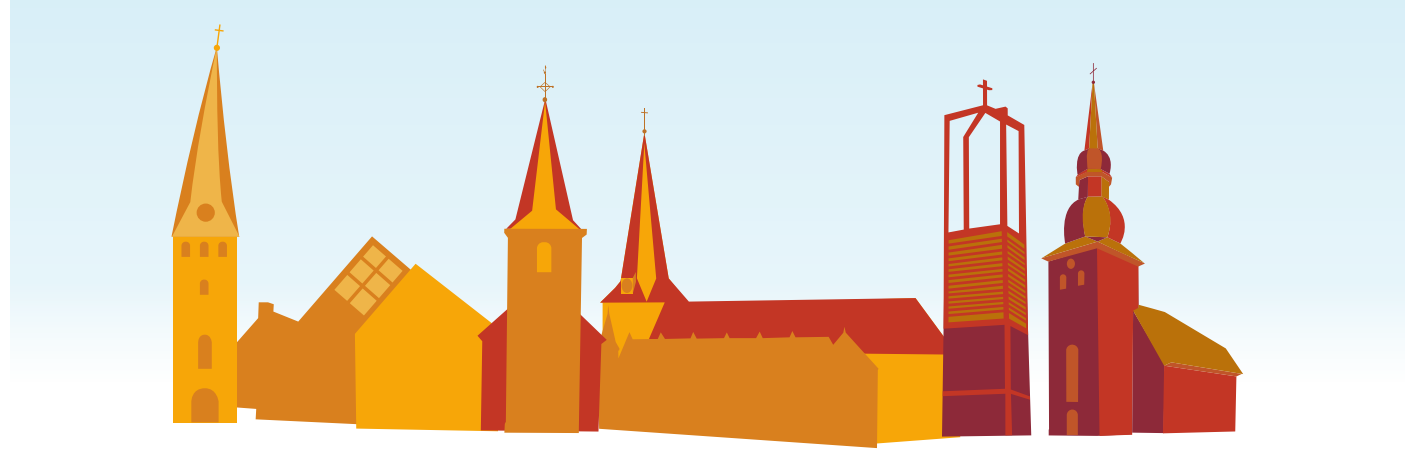
Top-Lauf/Freizeit-
Marken

NEU
bei uns

Schuhmode GELLER

Mittelstraße 49 • Haßlinghausen • ☎ 02339/5758

Gutenbergstr. 2 • Niedersprockhövel • ☎ 02324 686790



Die Kirchengemeinde Hattingen-Sprockhövel entsteht

Sechs Gemeinden schließen sich zum 1. Januar 2026 zu einer Großgemeinde zusammen

Es steht den evangelischen Kirchengemeinden in Hattingen und Sprockhövel ein großer Schritt bevor, an dem inhaltlich schon lange gearbeitet wird: Zum 1. Januar 2026 sollen sechs Kirchengemeinden zu einer Großgemeinde verschmelzen. Neben der Kirchengemeinde Bredenscheid-Sprockhövel (die ja auch bereits das Ergebnis einer Fusion ist), kommen mit den Hattinger Gemeinden St. Georg, Niederwenigern, Welper-Blankenstein, Winz-Baak und Johannes weitere fünf Gemeinden dazu. Die neue Gemeinde wird den Namen Ev. Kirchengemeinde Hattingen-Sprockhövel tragen.

Warum der Zusammenschluss?

Der Zusammenschluss wird notwendig, weil es schwieriger wird, Pfarrstellen in den immer kleiner werdenden Gemeinden zu besetzen. Die finanziellen Möglichkeiten sind in den letzten Jahren deutlich geschrumpft. Schon 2022 fiel die Entscheidung zu einer Großgemeinde, die jetzt unmittelbar bevorsteht. Daher gab es in der Vergangenheit bereits zahlreiche Kooperationen und gemeinsame Projekte. Dazu gehören beispielsweise die gemeinsamen Gottesdienste zu Himmelfahrt oder zum Reformationstag. Auch die Mitarbeitenden in den Pfarrämtern, in der Jugend- und Gemeindearbeit sind schon seit langem in engem Austausch.

Wie soll das gehen?

Alles ist sicherlich noch nicht in trockenen Tüchern und manches wird auch ein Experiment werden. Seit Anfang 2023 wird an Inhalten und Strukturen gefeilt.

Was den Beteiligten wichtig ist: Auch in Zukunft soll es weiterhin ortsnahe Treffpunkte für den Gottesdienst und andere gemeinschaftliche Veranstaltungen geben. Es wurde eine Steuerungsgruppe gebildet, der verschiedene Erkundungsgruppen zuarbeiten. Sie beschäftigen sich mit den unterschiedlichen Themen: Gottesdienst, Ehrenamt, Jugend- und Konfirmandenarbeit, Bau, Finanzen, Friedhof, Öffentlichkeitsarbeit und vielen anderen Aufgaben. Ihre Ideen gehen in die Steuerungsgruppe, die den sechs Presbyterien Empfehlungen zur Umsetzung vorstellt. Die Entscheidungen treffen die Presbyterien. Einiges ist bereits geschafft. So gibt es beispielsweise zum dritten Mal die Sommerkirche in Hattingen und Sprockhövel. Das Thema lautet diesmal „Familienleben in allen Facetten“.

Zu verschiedenen Terminen, immer jeweils sonntags, finden zeitgleich um jeweils 10.30 Uhr an zwei verschiedenen Orten Gottesdienste statt, um sich untereinander kennenzulernen.

Das sind die Termine der Sommerkirche 2025

Sonntag, 13. Juli, 10.30 Uhr:

Niederwenigern, Justinenweg 2, Hansjörg Federmann, Thema: Jesus und seine Leute: Freunde – die wahre Familie?

St. Georg, Kirchplatz, Frank Bottenberg, Thema: Jakob und Esau: verschiedene Zwillinge

Sonntag, 20. Juli, 10.30 Uhr:

Welper, Marxstraße 23, Heike Riemann, Thema: David und Jonathan: gleichgeschlechtliche Liebe?

Sprockhövel, Hauptstraße 11, Udo Polenske, Thema: Adam und Eva: das erste Paar

Sonntag, 27. Juli, 10.30 Uhr:

Johannes, Uhlstraße 32, Heike Riemann, David und Jonathan: gleichgeschlechtliche Liebe?

Holthausen, Dorfstraße 9, Udo Polenske, Thema: Adam und Eva: das erste Paar

Sonntag, 3. August, 10.30 Uhr:

Blankenstein, Burgstraße 3, Oliver Pütz, Thema: Jesus, Maria und Josef: heilige Familie?

Bredenscheid, Johannessegenerstraße 55, Annette Specht-Glahe und Jennifer Sausen, Thema: Maria und Marta: die Schwestern-WG

Sonntag, 10. August, 10.30 Uhr:

Winz-Baak, Schützstraße 2a, Arne Stolorz, Thema: Jakob – ein Mann – vier Frauen

Johannes, Uhlstraße 32, Hansjörg Federmann, Thema: Jesus und seine Leute: Freunde – die wahre Familie?

Sonntag, 17. August, 10.30 Uhr:

Niederwenigern, Justinenweg 2, Sabine Schmidt-Rosner, Thema: Noomi und Ruth: Schwiegermutter und Schwiegertochter

Welper, Marxstraße 23, Julia Holtz, Thema: David und Bathseba: Ehebruch

Eine neue Gemeinde
evangelisch unterwegs
in Hattingen + Sprockhövel

Sonntag, 24. August, 10.30 Uhr:

Sprockhövel, Hauptstraße 11, Ingo Rodowsky, Thema: Salomo: ein Harrem voller Frauen

St. Georg, Kirchplatz, Annette Specht-Glahe und Jennifer Sausen, Thema: Maria und Marta: die Schwestern-WG

Sonntag, 31. August, 10.30 Uhr

Holthausen, Dorfstraße 9, Frank Bottenberg, Thema: Jakob und Esau: verschiedene Zwillinge

Winz-Baak, Schützstraße 2a, Ingo Rodowsky, Thema: Salomo: ein Harrem voller Frauen

Außerdem gibt es bereits seit Januar 2025 einen gemeinsamen Bestattungsservice, der von den Mitarbeitenden des Gemeindebüros Bredenscheid-Sprockhövel koordiniert wird. Pastoralteam und Jugendreferenten arbeiten bereits gemeindeübergreifend zusammen. Ein neues Gottesdienstkonzept mit verschiedenen Anfangszeiten um 10 Uhr, 11.30 Uhr und 18 Uhr wird erarbeitet und soll nach den Sommerferien an den Start gehen. Neu wird auch der Gemeindebrief werden. Statt wie bisher verschiedene Gemeindebriefe in jeder der bislang eigenständigen Gemeinden wird es dreimal im Jahr einen Gemeindebrief für alle mit voraussichtlich 20.000 Exemplaren geben. Inhaltlich tut sich auch was: Nur das, was von gesamtgemeindlichem Interesse ist und zu dem jeweiligen Schwerpunktthema passt, wird abgedruckt. Alles andere findet sich auf der Homepage. Die neue Website ist bereits online: www.eine-neue-gemeinde.de.

Quelle: Augenblick, Gemeindebrief Ev. Kirchengemeinde Bredenscheid-Sprockhövel

Diskus: Marie-Sophie Macke immer noch mit Handicap



Marie-Sophie Macke beim Werfen.

Foto: Marco Warmuth

Die Diskuswerferin Marie-Sophie Macke muss leider derzeit damit klarkommen, dass ihr 2024 erlittener Mittelfußbruch noch nicht komplett verheilt ist. Dennoch versucht Marie-Sophie die gesteckten Ziele 2025 zu erreichen: 53,50 Meter für die mögliche Qualifikation zur EM U 23 in Bergen, Norwegen, 55 Meter für das möglich Erreichen des deutschen Perspektivkaders und 56 Meter für die Teilnahme an der DM Damen. Das Trainingslager im April in Rimini war sehr erfolgreich, die Physis wurde gestärkt, die Technik nach Umstellung verfeinert. Das Ergebnis war dann beim ersten Wettkampf Ende April in Düsseldorf eine neue persönliche Bestweite mit 54,41 Meter. Bei den Halleschen Werfertagen mit starker ausländischer Beteiligung Ende Mai bestätigte Marie-Sophie dann die erstaunliche gute Frühform: 51,66 Meter in der Damen B-Gruppe bedeutete dann Platz 7. Einen Tag später erreichte sie dann die Bronzemedaille bei zweiundzwanzig Konkurrentinnen in der Klasse U 23. Bei strömenden Regen gelang die drittbeste Weite mit 51,28. Danach folgten dann starke Wettkämpfe in Wiesbaden, Gladbeck und Mönchengladbach. Bei nur wenig Fehlversuchen blieb Marie-Sophie stets weit über 50 Meter. In Wiesbaden erzielte sie mit 53,25 Metern bei den Damen einen guten 8. Platz. Traurig war, dass aufgrund eines Messfehlers ihr bester Wurf nicht gewertet wurde. In Gladbeck reichten 52,99 Meter, in Mönchengladbach 52,26 Meter für den Sieg. Jetzt heißt es, die Form zu stabilisieren und möglichst noch die Ziele zu erreichen. Anfang Juli finden in Ulm die deutschen Meisterschaften U 23 statt. Die zwei Erstplatzierten können bei Nachweis der Norm von 53,50 Metern nach Bergen fahren, ein dritter Platz kann durch die nächst beste Werferin erreicht werden. Ggf. kann es dann für Bergen reichen, vielleicht auch für die Damen DM im August in Dresden. Sofern das nicht der Fall ist, soll die Saison beendet werden, um die Fussverletzung endgültig auszukurieren.

Image

Nächster Erscheinungstermin:

Donnerstag,
31.7.2025

Anzeigenschluss: Mittwoch, 16.7.2025

Shoppen und Freizeit: coole Rabatte

Nur für compactstrom-Kunden:
die AVU-Vorteilswelt

Folge uns auf
avu.de



120 JAHRE
AVU...

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



Ihr **W0ohn**-Spezialist bei allen Einrichtungsfragen!

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

Über
120.000
Artikel
auf ostermann.de
im Online-Shop



Um für die Zukunft gewappnet zu sein, tagte der Runde Tisch zum Thema „Hitzeaktionsplanung im EN-Kreis“ jetzt zum zweiten Mal. Foto: Uvk/ Ennepe-Ruhr-Kreis

„Kühle Orte“ im EN-Kreis

Kommunen tauschen Erfahrungen aus

Schwindel, Verwirrtheit, Erschöpfung bis hin zu einem Hitzschlag: Die gesundheitlichen Folgen von Hitze im Sommer können für den Körper sehr belastend sein. Um für die Zukunft gewappnet zu sein, tagte der Runde Tisch zum Thema „Hitzeaktionsplanung im EN-Kreis“ jetzt zum zweiten Mal.

Auf Einladung des Gesundheitsamts und des Klimaschutzmanagements des Ennepe-Ruhr-Kreises trafen sich Vertreterinnen und Vertreter der kreisangehörigen Städte sowie des Regionalverbands Ruhr (RVR) in Gevelsberg, um sich über Maßnahmen zur Hitzeschutzvorsorge auszutauschen. Im Mittelpunkt standen öffentliche Trinkwasserbrunnen, digitale Stadtpläne mit kühlen Orten sowie eine mögliche Nutzung von Geodaten.

Auch Refill-Stationen wurden thematisiert. „Die Idee hinter Refill-Stationen ist es, dass Geschäfte kostenfreies Leitungswasser zur Verfügung stellen. Es wird nur ein mitgebrachtes Trinkgefäß benötigt“, führt Nowak aus. Ein weiteres zentrales Thema bei diesem gemeinsamen Austausch war die Erstellung einer Karte der kühlen Orte. Der RVR plant den „Sommerstadtplan“ für das Ruhrgebiet vor, in dem schattige und kühle Orte für heiße Tage digital auffindbar sind. Ein weiterer Schwerpunkt war das Geodatenmanagement. Der Runde Tisch soll künftig regelmäßig stattfinden.

pen

Je weniger Platz, desto wichtiger die Details

Kompakte Küchen stellen besondere Anforderungen: Jeder Zentimeter muss durchdacht genutzt werden, damit ein funktionaler und schöner Raum entsteht. Wer den vorhandenen Platz geschickt plant, gewinnt nicht nur Stauraum, sondern optische Weite. Denn auch eine kleine Küche muss heute deutlich mehr leisten, als nur eine Kochstelle zu bieten. Damit sich Kompaktküchen harmonisch in den Alltag einfügen und Freude am Kochen möglich machen, sind clevere Einrichtungslösungen gefragt. Ausziehbare Arbeitsplatten, schmale Hochschränke oder offene Regale holen aus kleinen Flächen das Maximum heraus. Helle Farben, glänzende Oberflächen und einheitliche Materialien lassen den Raum größer erscheinen, spiegelnde Elemente verstärken diesen Effekt. Wer dazu gezielt Licht einsetzt – etwa mit Unterbauleuchten oder indirekter Beleuchtung – schafft Struktur und Tiefe, die das Raumgefühl deutlich verbessern.

Damit auch auf wenig Fläche große Kochkunst möglich ist, kommt es natürlich vor allem auf die Geräte an. Wer keine Kompromisse eingehen möchte, kann auf Kombigeräte wie die Novy Easy 65 setzen. Das schmale Induktionskochfeld mit integriertem Dunstabzug passt in nur 60 cm breite Unterschränke. Darunter bleibt sogar noch Platz für Schubladen – ein klares Plus an der Kochstelle. Viele Automatikfunktionen machen Spaß beim Kochen. Durch das mittig platzierte Abluftgitter werden Dünste und Gerüche flüsterleise abgesaugt. Zusätzlich Platz wird dafür nicht benötigt.

Auch bei kleinen Küchen lohnt sich die Zusammenarbeit mit einem erfahrenen Küchenstudio. Denn die Fachplaner kennen die besten Lösungen, um auf begrenztem Raum maximale Funktion und ansprechendes Design zu kombinieren. Unter www.novy.com finden sich Adressen von Ansprechpartnern vor Ort.

RUND UMS HAUS

Marc Stoltenberg

Elektrotechnik

Ihr Fachbetrieb für z.B.

✓ **Allgemeine Elektroarbeiten**

Unser Leistungsspektrum:

- ✓ Elektroinstallation
- ✓ Lichttechnik- und Planung
- ✓ Haus- und Türkommunikation
- ✓ Telekommunikation
- ✓ Antennen-/Satellitentechnik
- ✓ E-Check
- ✓ Netzwerk- und Datentechnik
- ✓ Elektroheizung
- ✓ Warmwassergeräte
- ✓ Jalousiesteuerung
- ✓ Stromverteilungsanlagen/ Verteilerbau

Mittelstrasse 37 | Sprockhövel

Tel.: 02339/2271 | Fax: 02339/2499 | E-Mail: elektro-stoltenberg@t-online.de



Berkermann Bauelemente GmbH

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



Unsere Leistungen:

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

Lokal recherchiert

Für Sie vor Ort unterwegs!

HK üchen

Ihr Küchenteam mit Leidenschaft

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

WIR SIND FÜR SIE DA!

Vereinbaren Sie gerne einen Beratungstermin telefonisch oder per E-Mail.



PLANUNG



VERKAUF



MONTAGE & MODERNISIERUNG



KÜCHENUMZÜGE

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73 + 75!

Harke Küchen
Hauptstraße 71
45549 Sprockhövel

T +49 (0)2324 78580
F +49 (0)2324 71464

post@kuechen-harke.de
www.kuechen-harke.de

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





Ihr Anwalt für:

- Ausländerrecht & Asylrecht
- Strafrecht
- Allgemeines Vertragsrecht
- Zivilrecht
- Schadensersatzrecht
- Schmerzensgeldrecht
- Migrationsrecht
- Vereinsrecht

Rechtsanwalt Fabian Sauer
Weststraße 21 • 45549 Sprockhövel
Tel.: 0173 2533571 • E-Mail: info@sauermachtrecht.de

Die Sommerzeit ist immer Reisezeit - und Einbruchszeit

Die drei besten Tipps für Einbruchschutz – nicht nur in der Urlaubszeit

Sommerzeit ist Reisezeit – für viele Menschen die schönste Gelegenheit, um dem Alltag zu entfliehen. Doch während Häuser und Wohnungen wochenlang leer stehen, schlagen Einbrecher besonders gerne zu. Um nach der Rückkehr keine böse Überraschung zu erleben, sollte man rechtzeitig in effektiven Einbruchschutz investieren. Hier sind die drei besten Tipps für ein sicheres Zuhause:

1. Fenster, Türen und Alarmanlagen

Der beste Schutz beginnt bei der mechanischen Sicherung: Einbruchhemmende Fenster und Türen nach aktuellen Sicherheitsstandards (mindestens Widerstandsklasse RC2) erschweren Tätern den Zugang

erheblich. Doch selbst hochwertige Fenster und Türen melden keinen Einbruchversuch. Deshalb ist die Kombination mit einer modernen Alarmanlage ideal. Sie registriert verdächtige Aktivitäten, löst bei Bedarf Alarm aus und kann direkt eine Notrufleitstelle informieren. Viele Einbrüche scheitern heute, weil Sicherheitstechnik frühzeitig abschreckt – oder Täter sogar auf frischer Tat ertappt werden.

2. Auf Fachwissen und Qualität setzen

Ob Fenster, Türsicherung oder Alarmanlage: Entscheidend ist, dass alle Maßnahmen fachgerecht geplant und installiert werden. Sicherheit zum Selbsteinbau birgt Risiken – bereits kleine Montagefehler können große Lücken im Schutz verursachen. Eine individuelle Beratung durch qualifizierte Fachfirmen hilft, die passende Lösung für das eigene Zuhause zu finden und Schwachstellen zu erkennen. Unterstützung bei der Suche nach seriösen Anbietern sowie viele Informationen rund um Einbruchschutz bietet das unabhängige Portal „www.sicheres-zuhause.info“ (www.sicheres-zuhause.info).

3. Den Tätern keine Hilfestellung leisten

Auch einfache Maßnahmen erhöhen die Sicherheit deutlich: Während der Urlaubszeit sollte der Briefkasten regelmäßig geleert, Licht durch Zeitschaltuhren gesteuert und Rollläden sinnvoll bewegt werden. Ein Anrufbeantworter, der offenbart, wie lange man verreist ist, oder Gartenmöbel, die als Einstiegshilfe dienen könnten, machen es Einbrechern unnötig leicht. Sinnvoll ist zudem eine gute Außenbeleuchtung mit Bewegungsmeldern, denn Kriminelle scheuen das Licht. Wer auf smarte Technik, geprüfte Sicherheitselemente und umsichtiges Verhalten setzt, kann den Sommerurlaub unbeschwert genießen – ohne böse Überraschungen bei der Heimkehr. djd

FDP: Vorsitzender Lucas Kemna tritt zurück

Paukenschlag bei der Sprockhöveler FDP nur wenige Wochen vor der Kommunalwahl am 14. September: Lucas Kemna erklärte seinen sofortigen Rücktritt als Ortsvorsitzender der FDP Sprockhövel. Parallel zieht er seine Kandidatur als Spitzenkandidat für den Stadtrat zurück und legt zugleich sein Ratsmandat mit sofortiger Wirkung nieder. „Dieser Schritt ist die Konsequenz eines destruktiven innerparteilichen Umgangs, der mit demokratischen Grundwerten und Rechtsstaatlichkeit nicht mehr vereinbar ist. Der Kreisvorsitzende der FDP hat über Wochen hinweg – direkt wie indirekt – Druck auf mich ausgeübt. Grundlage dafür waren haltlose Anschuldigungen, die ihm wohl aus dem politischen Wettbewerb zugetragen wurden und jeder faktischen Grundlage entbehren. In einem persönlichen Gespräch konnte der Kreisvorsitzende weder konkret benennen, von wem diese Anschuldigungen stammen, noch seine Behauptungen auf eine Faktenlage stützen. Statt transparenter Aufklärung und Rückendeckung wurde ich mit dem vorgeschobenen Argument des ‚Parteiwohls‘ gedrängt meine Position und meine Kandidatur zu überdenken“, erklärt Lucas Kemna. Trotz seines Rücktritts will Kemna den liberalen Überzeugungen treu bleiben. Ein möglicher Wiedereinstieg in die aktive Politik komme für ihn aber erst dann infrage, wenn auf Kreisebene eine aus seiner Sicht nun überfällige Personalentscheidung getroffen würde. Die FDP Sprockhövel muss nun wenige Wochen vor der Kommunalwahl wichtige personelle Entscheidungen treffen. Ergebnis offen.



Solarstrom clever nutzen: In Kombination mit einer gut gedämmten Immobilie und smartem Energiemanagement kann die Wärmepumpe effizient mit selbst erzeugtem Strom betrieben werden – ganz unabhängig vom Stromnetz arbeitet sie allerdings kaum. txn-Foto: vzbv/AdobeStock_anatoliy_gleb

Heizen mit Sonnenkraft

Das leisten Wärmepumpe und Solarstrom

Die eigene Photovoltaik-Anlage ist endlich montiert, die Wärmepumpe angeschlossen – der Traum von Unabhängigkeit vom Stromanbieter scheint greifbar. Viele, die ein Eigenheim bewohnen, verbinden mit dieser Kombination große Erwartungen. Doch wie realistisch ist das? Wie die Kombination von Photovoltaik-Anlagen und Wärmepumpe wirklich einen sinnvollen Nutzen bringt, erläutert die Energieberatung der Verbraucherzentrale.

Grundsätzlich richtig: Haushalte, die eigenen Solarstrom für ihre Wärmepumpe nutzen, können unabhängiger vom Stromversorger werden und gleichzeitig zum Klimaschutz beitragen. Das gilt jedoch nur in bestimmten Maßen. Auch bei optimalen Rahmenbedingungen lässt sich ein Haus nicht ausschließlich mit Solarstrom versorgen: Selbst, wenn das Eigenheim nur sehr wenig Strom verbraucht und über eine optimale Dämmung verfügt, können maximal etwa 60 Prozent des Strombedarfs selbst erzeugt werden, so die Experten der Energieberatung der Verbraucherzentrale.

Ein Grund dafür: Die Menge an produziertem Solarstrom schwankt im Jahresverlauf stark. Die Photovoltaikanlage produziert im Sommer den meisten Strom – der Wärmebedarf liegt aber im Winter am höchsten. Auch Batteriespeicher können diesen zeitlichen Versatz nur bedingt ausgleichen: Sie speichern Solarstrom für einige Stunden oder über Nacht – nicht aber über mehrere Tage hinweg, so die Energieberatung der Verbraucherzentrale. Zudem hängt die Zulieferung von Solarstrom auch davon ab, wie sonnig einzelne Tage ausfallen. Dennoch lohnt sich die Kombination aus Photovoltaik und Wärmepumpe – wenn einige Voraussetzungen erfüllt sind. So spielt die energetische Qualität des Hauses eine wichtige Rolle. Je besser das Gebäude gedämmt ist, desto geringer der Heizbedarf – und desto größer der Anteil an Strom, den die PV-Anlage tatsächlich abdecken kann. Um die Effizienz zusätzlich zu steigern, empfehlen sich smarte Energiemanagement-Systeme. Sie priorisieren beispielsweise Stromverbrauch im Haushalt so, dass der selbst erzeugte Solarstrom möglichst effektiv genutzt wird. Erst wenn der Haushaltsbedarf gedeckt ist, versorgt das System die Wärmepumpe oder den Batteriespeicher.

Auch sogenannte SG-Ready-Schnittstellen können unterstützen: Sie ermöglichen es, überschüssigen Solarstrom direkt zu nutzen, etwa indem die Wärmepumpe das Warmwasser auf Vorrat erwärmt. So bleibt mehr Energie im Haus, bevor die Einspeisung ins Netz erfolgt. txn



Photovoltaikanlagen und Wärmepumpen

NEU
Wir installieren jetzt auch **Vaillant-Wärmepumpen**

www.maks-solartec.de



Heizen mit Wärmepumpen

Das leisten neue Energieträger

In immer mehr neuen Wohngebäuden in Deutschland werden Wärmepumpen zum Heizen genutzt. Mehr als zwei Drittel (69,4 %) der knapp 76 100 im Jahr 2024 fertiggestellten Wohngebäude nutzen Wärmepumpen zur primären, also überwiegend für das Heizen eingesetzten Energie. Gegenüber 2023 stieg der Anteil um rund 5 Prozentpunkte, gegenüber 2014 (31,8 %) hat er sich mehr als verdoppelt, wie das Statistische Bundesamt (Destatis) mitteilt. Wärmepumpen kommen vor allem in Ein- und Zweifamilienhäusern zum Einsatz: In 74,1 % aller 2024 fertiggestellten Ein- und Zweifamilienhäuser wurde eine Wärmepumpe zur primären Heizenergie genutzt, seltener war der Einsatz in Mehrfamilienhäusern (45,9 %). Quelle: Statistisches Bundesamt

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

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

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



zertifiziert nach **DIN EN 16763**



JETZT NEU

IN SPROCKHÖVEL UND UMGEBUNG!



m² Immobilien Sprockhövel
Philipp Hruby

Fänkenstraße 3 | 45549 Sprockhövel
Tel.: 0202 870 15 600
Mail: ph@m-quadrat-immobilien.de
Web: www.m-quadrat-immobilien.de/sprockhoevel



Ich bin Ihr Ansprechpartner wenn es um Immobilien geht!

Youngtimer und Oldtimer: Autofans waren begeistert

15. Youngtimertreffen, 22. Oldtimertreffen und 32. Touristische Oldtimerausfahrt



Der MSC Sprockhövel e.V. im ADAC in Kooperation mit dem Deutschen Roten Kreuz sowie dem Sachverständigenbüro Liermann lud zum 15. Youngtimertreffen, 22. Oldtimertreffen sowie zur 32. Touristischen Oldtimerausfahrt „Rund um Sprockhövel“ ein. Dadurch verwandelte sich das Gelände des IG-Metall Bildungszentrums in Sprockhövel wieder in einen Hotspot für Liebhaber von Young- und Oldtimern. Das Treffen sorgte für jede Menge Begeisterung bei den zahlreichen Besuchern. Selbst Frau Bürgermeister Noll war anwesend und lobte die Veranstaltung. Aufgrund des heißen Wetters und der amtlichen Unwetterwarnung für Samstagabend kamen leider bloß 100 Youngtimer. Der Regen am frühen Sonntagmorgen hatte auch ein paar Oldtimerbesitzer abgeschreckt. Daher hatten wir nicht ganz so viele Fahrzeuge wie sonst schon mal üblich war. Der Parkplatz war mit ca. 250 Fahrzeugen trotzdem gut besucht und sorgte durch ein ständiges Kommen und Gehen für Abwechslung für die Besucher. Natürlich nutzten unsere Besucher

sowie die Besitzer der Fahrzeuge die Gelegenheit für ausgiebige Benzingsprache. Auch für die jüngsten Besucher gab es automobiler Unterhaltung: Fahrten mit verschiedenen Elektroautos. Eine kleine Gruppe von 8 Kindern hatte spontan die Gelegenheit genutzt, bei uns ihren Geburtstag zu feiern und ein paar Runden zu drehen. Am Sonntag startete dann um 13 Uhr die 32. Touristische Oldtimerausfahrt des MSC Sprockhövel e.V. mit einer Strecke von ca. 90 km rund um Sprockhövel. Die Fahrzeuge ab dem Baujahr 2005 und älter wurden in den Kategorien Young- bzw. Oldtimer bewertet. Während der landschaftlich sehr reizvollen Fahrt gab es einige (Such-)Aufgaben und Prüfungen zu meistern. Die Siegerehrung der besten Teilnehmer beider Klassen fand im Anschluss an die Ausfahrt statt und wurde vom Sportleiter und dem ersten Vorsitzenden unter Moderation des Verkehrsreferenten des MSC Sprockhövel e.V. durchgeführt. Nochmals die herzlichsten Glückwünsche an die Gewinner! Parallel zur Veranstaltung fanden zudem die 17. Internationale Sternfahrt des MSCs sowie weitere Sternfahrten befreundeter Clubs statt. Die Stempelstelle hatte so einiges zu tun, die entsprechenden Leistungsnachweise abzustempeln. Selbstverständlich sorgte der MSC auch für das leibliche Wohl der Gäste: die beliebte Currywurst ist schon Tradition, weshalb darauf keinesfalls verzichtet werden konnte. Zudem gab es ein großes Kuchenbuffet mit vielen selbstgemachten Köstlichkeiten. Der MSC Sprockhövel e.V. im ADAC freut sich bereits auf ein Wiedersehen im nächsten Jahr und bedankt sich beim IG Metall Bildungszentrum sowie allen Helfern und Sponsoren, ohne die eine solche Veranstaltung nicht möglich gewesen wäre! Der MSC trifft sich jeden Donnerstagabend im Clublokal „Am Zwiebelturm“, Hauptstr. 9, in Sprockhövel. Gäste sind zu diesen Abenden immer herzlich willkommen. Bei Interesse an unserem Verein: mail@msc-sprockhoevel.de Im Internet finden Sie uns unter: www.msc-sprockhoevel.de

Martin Mans

Verkehrssicherheit: Kontrolle des Lichtraumprofils

Die Stadt Sprockhövel ist für die Verkehrssicherheit auf öffentlichen Straßen, Wegen und Plätzen zuständig. Um dieser Verpflichtung ordnungsgemäß nachzukommen, werden in regelmäßigen Abständen Straßenkontrollen durch einen Straßenbegeher durchgeführt. Hierzu gehört auch die Kontrolle des Lichtraumprofils (Durchgangs- bzw. Durchfahrthöhe) der jeweiligen Straßen. Dieses muss 2,50 Meter Höhe im Geh- und Radwegbereich und 4,50 Meter im Fahrbahnbereich betragen. Die seitliche Begrenzung ist identisch mit der Straßenbegrenzungslinie beziehungsweise der Grundstücksgrenze. In der jetzigen vegetationsfreundlichen Witterung kommt es vermehrt vor, dass Anpflanzungen von Grundstücken in das Lichtraumprofil der jeweiligen Straße hineinwachsen und dadurch der öffentliche Verkehr behindert oder gefährdet wird. Natürlich kann diese Behinderung auch von einem städtischen Grundstück ausgehen. Sollte dies festgestellt werden, bittet das Sachgebiet Tiefbau der Stadtverwaltung um eine entsprechende Mitteilung, damit der Überwuchs umgehend beseitigt werden kann.

Pflicht der Gartenbesitzer

Gerade jetzt gehört die Gartenpflege für die meisten Grundstückseigentümer zu den häufigsten Freizeitbeschäftigungen. Dabei sollte jedoch vor allem bei Grundstücken, die an einen Gehweg, Radweg, an einer Straße oder andere öffentliche Verkehrsflächen angrenzen, daran gedacht werden, überhängende Äste und anderen Überwuchs regelmäßig zu beseitigen. Für die Verkehrsteilnehmer auf den öffent-

lichen Verkehrsflächen kommt es zu Behinderungen, manchmal aber auch wegen mangelnder Sicht, zu Gefährdungen. Besonders gefährdet sind Kinder, die bis zum vollendeten 8. Lebensjahr mit ihrem Fahrrad den Gehweg benutzen müssen. Grundstückseigentümer sind verkehrssicherungspflichtig und können im Schadensfall mit erheblichen Schadensersatzansprüchen konfrontiert werden.

Verkehrszeichen müssen sichtbar sein

Anpflanzungen (hier speziell Hecken, lebende Zäune) dürfen nicht in Gehweg und Fahrbahn ragen bzw. hineinwachsen und die Sicherheit und Leichtigkeit des Verkehrs (Sichtbehinderung) beeinträchtigen. Der Verkehr auf den Gehwegen darf weder gefährdet noch erschwert werden. Vor allem müssen Verkehrszeichen und andere Verkehrsanlagen sowie Schilder mit Straßennamen ungehindert zu sehen sein. Hierbei sind die oben genannten Angaben zum Lichtraumprofil unbedingt einzuhalten.

Weiterhin ist es überaus wichtig, dass Feuerwehr- und Rettungswagen bei Einsätzen ungehindert und auf dem schnellsten Wege zum Einsatzort gelangen können. In diesem Zusammenhang weist die Verwaltung darauf hin, dass Pflegeschnitte das ganze Jahr über durchgeführt werden dürfen. Pflegeschnitte unterliegen nicht dem Verbot des Landschaftsgesetzes, wonach es in der Zeit vom 1. März bis zum 30. September verboten ist Hecken, Wallhecke, Gebüsche sowie Röhricht- und Schilfbestände zu roden, abzuschneiden oder zu zerstören.

Regelmäßig zum Check

Der Gedanke an eine bevorstehende Inspektion löst bei manchem Autobesitzer nicht gerade positive Gefühle aus. Viele verstehen den Termin als lästige Pflicht, anderen denken an die finanzielle Belastung. Doch die Investition in eine regelmäßige Fahrzeugwartung lohnt sich: Sie schützt vor Sicherheitsrisiken, erhöht die Langlebigkeit des Autos und kann größere und teurere Reparaturen verhindern, indem Mängel frühzeitig erkannt werden.

Mythen und Fakten

Der Mythos, dass die Herstellergarantie für Neuwagen nur dann gilt, wenn die Inspektion in der eigenen Markenwerkstatt erfolgt, hält sich hartnäckig – allerdings zu Unrecht. „Laut der EU-Verordnung 461 aus dem Jahr 2010 können Fahrzeughalter die entsprechenden Arbeiten auch in einer freien Fachwerkstatt durchführen lassen, ganz ohne Beeinträchtigung der Neuwagen-Garantie“, erklärt Benjamin Opitz, Produktmanager Autoservice bei Vergölst. „Allerdings muss der ausführende Kfz-Meisterbetrieb dabei die gültigen Herstellervorgaben einhalten. Zur Absicherung des Kunden sollte die Erfüllung dieser Vorgaben unbedingt auf der betreffenden Rechnung und im Serviceheft vermerkt werden.“ Abgesehen von der Wahrung der Garantieansprüche erhöht diese Vorgangsweise auch den Wiederverkaufswert des Fahrzeuges. Es gibt allerdings Ausnahmefälle, in denen tatsächlich eine Markenwerkstatt des Herstellers aufgesucht werden muss. Zum Beispiel, wenn innerhalb der gesetzlichen Gewährleistungspflicht ein Schaden auftritt beziehungsweise eine Rückrufaktion erfolgt. Auch Service-Flatrate-Vereinbarungen, Leasing- oder Wartungsverträge beinhalten in der Regel eine Werkstattbindung.

Das richtige Timing

In welchen Abständen und in welchem Umfang die Wartung eines Fahrzeuges vorgesehen ist, richtet sich in erster Linie nach den Vorgaben des jeweiligen Herstellers. Auch wenn die PKW-Inspektion grundsätzlich eine freiwillige Leistung ist, kann sie in gewissen Fällen zur Pflicht werden. Nämlich dann, wenn bei einem Leasing-Fahrzeug die Inspektion vertraglich vorgeschrieben ist oder der Hersteller eventuelle Garantieansprüche an die technische Überprüfung des Autos koppelt. Der übliche Arbeitsumfang umfasst neben der Funktionsüberprüfung wichtiger Baugruppen auch den Austausch von verbrauchten Betriebsflüssigkeiten und Verschleißteilen. Zusätzlich wird das Fahrzeug auf Schäden untersucht, die durch äußere Einwirkungen oder ungünstige Betriebsbedingungen – zum Beispiel an Reifen oder Bremsschläuchen – entstanden sind. Die regelmäßige Inspektion stellt somit einen einwandfreien Betriebszustand sicher, beugt Pannen vor und hilft letztlich, den Wert des Fahrzeuges zu erhalten. DJD



Foto: DJD

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

Reifenhandel und KFZ-Service Ziebeck
 Inhaber: Malte Eißing
 Hauptstr. 35
 45549 Sprockhövel
 Tel: 02324 73211
 E-Mail: reifenziebeck@t-online.de

Räderwechsel und -lagerung
 Reifenmontage
 Alufelgen - Komplettträger
 Autozubehör - Batteriedienst
 Auspuffservice - Ersatzteile

E-Auto gebraucht: Vertrauen beginnt beim Akku

Die Nachfrage nach gebrauchten Pkw zeigt sich in Deutschland stabil mit leicht steigender Tendenz. Wer sich aktuell nach einem jungen Gebrauchten umsieht, der steht neben der Frage nach dem verfügbaren Budget auch vor der Entscheidung, welche Antriebstechnik es werden soll – Benzin, Diesel, Hybrid oder doch Elektro pur. Das Interesse an gebrauchten Elektrofahrzeugen nimmt zu, laut dem Portal AutoScout24 wuchs die Nachfrage ab dem dritten Quartal 2024 erstmals schneller als das Angebot.

Wichtigstes Bauteil im gebrauchten Stromer: Die Batterie

Ein Grund für die bisherige Elektro-Zurückhaltung bei Gebrauchtwageninteressenten ist die Unsicherheit, wie sich der Zustand des teuersten Bauteils – der Batterie – überprüfen lässt. „Der Batteriezustand ist bei gebrauchten Elektrofahrzeugen ein wichtiger Verkaufsfaktor“, bestätigt Thomas Peckruhn, Vizepräsident des Zentralverband Deutsches Kfz-Gewerbe (ZDK). Für den Laien ist eine solche Überprüfung kaum machbar, denn die Kilometerleistung und das Fahrzeugalter geben nur bedingt Hinweise auf die Restkapazität der Akkus. Denn dessen Zustand wird von weiteren Faktoren beeinflusst, wie Temperatur, Ladeverhalten der Vorbesitzer, Ladezyklen oder Fahrstil.

Unabhängige Tests über Zustand und Kapazität der Akkus

Gefragt sind daher unabhängige Tests wie das Zertifikat von Aviloo, mit dem auch der Zentralverband Deutsches Kfz-Gewerbe zusammenarbeitet. Die Bescheinigung gibt Auskunft über den Gesundheitszustand der Batterie (State of Health, kurz SoH). Die Werte werden transparent in Prozent dargestellt – eine Batterie mit ursprünglich 60 kWh und einer Kapazität von 80 Prozent stellt also nur noch 48 kWh zur Verfügung – mit entsprechend verkürzter Reichweite. Bei dem Akkutest wird nicht nur das Verhalten während der Fahrt gemessen. Hinzu kommt die Analyse von vielen Millionen Datenpunkten. Dadurch erhalten Kaufinteressenten detaillierte Auskünfte darüber, welche realen Reichweiten möglich sind, wie sich die Batterie im Vergleich zu ähnlichen Fahrzeugen schlägt oder ob Defekte auf der Zellebene vorhanden sind. Das erleichtert eine bewusste Kaufentscheidung. DJD



Revierförster Thomas Jansen: „Die Mischung macht’s“

Die Buche ist nicht mehr zu retten. Doch wo die Klimareise genau hingeht, das weiß man nicht.

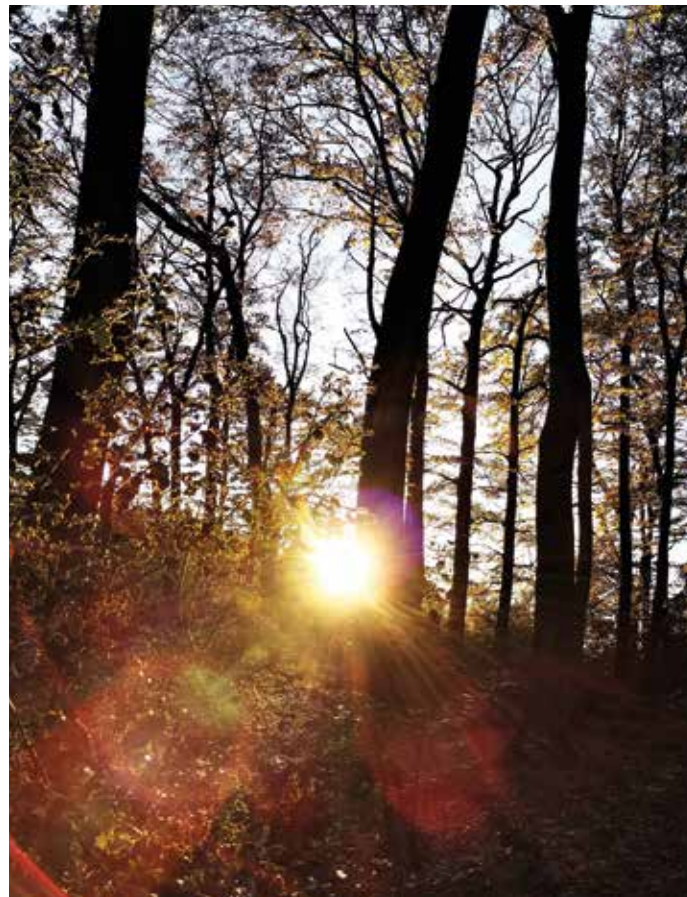
Revierförster Thomas Jansen ist seit Jahrzehnten in den heimischen Wäldern unterwegs. Er beobachtet die Veränderungen, die auch für Laien mittlerweile deutlich sichtbar sind. „Die alten Buchenwälder, die unsere Landschaft so lange geprägt haben, befinden sich seit etwa 2019 im Sterbeprozess. Das lässt sich nicht mehr aufhalten. Fast dreißig Prozent des Baumbestandes sind hier Buchenwälder – eine Fläche von etwa 1000 Hektar. Es wird sie in Zukunft nicht mehr geben“, sagt Jansen.

Die meisten Waldflächen sind in Privatbesitz. Durch viele Wälder führen Wanderwege. Und hier beginnt ein weiteres Problem. Die Bäume werden fortschreitend instabil. Das Risiko, irgendwann einen Spaziergänger oder gar ein Kind zu treffen, welches in den Ästen der alten Buche ein Baumhaus gebaut hat, wird immer größer. „Unter den absterbenden Buchen kann man auch nicht vernünftig arbeiten. Das ist zu gefährlich. Ich bin jedem Waldbesitzer dankbar, der seinen Privatbesitz durchforsten lässt“, sagt Jansen. Er ist zuständig für die forstliche Beratung, die aber längst nicht jeder Waldbesitzer in Anspruch nimmt. „Es ist die grundsätzliche Frage, ob man den Buchenbestand so lange es geht erhalten möchte und das Baumsterben verlangsamen will oder ob man sich Alternativen zur Buche überlegt. Das gilt übrigens auch für die Fichte. Buchenbestände müssen dicht gehalten werden, damit der Bestand möglichst langsam abstirbt. Wenn es aber um Probleme mit der Verkehrssicherheit geht, dann ist das Abholzen die einzige Möglichkeit. Bei der Aufforstung geht es dann um Risikostreuung. Das bedeutet, man setzt auf verschiedene Baumarten in der Mischung. Mit der amerikanischen Roteiche machen wir gute Erfahrungen. Bis jetzt kommt auch die Baumhasel mit den veränderten Klimabedingungen gut zurecht. Ob das so bleibt, wissen wir aber nicht. Denn wir wissen eben auch nicht, wie das Klima hier in dreißig Jahren aussieht. Es gibt viele Experten, die dann von einem Mittelmeerklima ausgehen.“

Jansen begleitet regelmäßig Neuanpflanzungen. Die aus den letzten Jahren sehen bisher gut aus. „Die Baumkulturen entwickeln sich gut. Wir haben im Winter viel Regen gehabt und die Böden sind noch gut durchfeuchtet. Auch die lange Trockenheit im Frühling hat hier keinen Schaden angerichtet. Jetzt muss man aber abwarten, wie sich der weitere Sommer entwickelt. Hitze und wochenlange Trockenheit sind immer ein Problem.“

Ganz schwarz sieht Thomas Jansen für die Zukunft nicht. Aber: „Wir stehen erst am Anfang eines großen Problems. Bis ein abgeholzter Wald wieder aufgeforstet ist, das dauert seine Zeit. Und wer sich den Mittelmeerraum ansieht, der weiß: sollte das unser Klima der Zukunft werden, hat das mit dem Wald, wie wir ihn kennen, auch nicht mehr viel zu tun.“

von Dr. Anja Pielorz



Eines ist sicher: Unsere Wälder werden sich dramatisch verändern. Fotos (2): Pielorz

Ansprechpartner



Revierförster Thomas Jansen

Wald und Holz NRW,
Regionalforstamt Ruhrgebiet,
Löhrer Straße 30
45549 Sprockhövel
Tel.: +49 2324 935531
Mobil: +49 171 5872565

Austausch zur IGA 2027

Neue Chancen für den Tourismus, wertvolle Impulse aus der Praxis und ein intensiver Austausch auf Augenhöhe: Ende Mai fand die zweite Ausgabe des Austauschformats „Coffee & Connect – NetzwerkEN am Nachmittag“ im LWL-Museum Zeche Nachtigall in Witten statt – erneut mit großem Erfolg.

Auf Einladung der EN-Agentur mit Unterstützung des Ennepe-Ruhr-Kreises kamen rund 30 Fachakteurinnen und -akteure aus Tourismus, Stadtmarketing, Kultur, Planung und Verwaltung zusammen. Neben Vertreterinnen und Vertretern der kreisangehörigen Städte waren auch Gäste aus den Nachbarkommunen Hagen und Bochum dabei. Im Mittelpunkt des Nachmittags stand die Internationale Gartenausstellung Metropole Ruhr 2027 und ihre Potenziale für die touristische Entwicklung in der Region.

Nach der Begrüßung durch Katja Kamlage (EN-Agentur) und einem Grußwort von Gerben Bergstra (LWL-Museum) führten Anna Schuth (EN-Agentur) und Ralf Thebrath (Ennepe-Ruhr-Kreis) durch ein vielseitiges Programm mit fachlichen Impulsen und moderierten Gesprächsrunden. Sylvia Weigner von der IGA Metropole Ruhr 2027 gGmbH, Dr. Achim Schloemer von der Bundesgartenschau-Gesellschaft mbH und

Bommerholzer Baumschulen

Der Sommer ist da!

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

Die Containerbaumschule mit Qualität und fachlicher Beratung!

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



Dirk Ruß des Projektmanagements Städtekooperation Mittleres Ruhr-tal boten Einblicke in Planung, Beteiligung und regionale Projektansätze. Bereits im Rahmen der Begrüßung und in den anschließenden Vorträgen wurde deutlich herausgestellt, dass die IGA 2027 durch den Tourismus einen signifikanten wirtschaftlichen Mehrwert für die Region, die Innenstädte sowie die touristischen Attraktionen generieren kann – vorausgesetzt, dieser Impuls wird regional zielgerichtet aufgenommen und nachhaltig genutzt.

In einem zweiten Teil diskutierten die Teilnehmenden zentrale Fragen zur Beteiligung an der IGA 2027 – von Veranstaltungsformaten über Zusammenarbeit bis hin zu Erfolgsperspektiven im Jahr 2030. Die Diskussionen waren lebendig, interdisziplinär und lieferten wertvolle Impulse für die weitere Arbeit.

Quelle: pen

47 Mal im Einsatz

Wann immer Umweltgefahren drohen, kommt die Umweltschutzbehörde...

Öl im Bach, ausgelaufener Diesel nach einem Verkehrsunfall oder belastetes Erdreich nach einem Großbrand – wenn es im Ennepe-Ruhr-Kreis Umweltgefahren durch wassergefährdende Stoffe gibt ist die Umweltschutzbehörde des Kreises vor Ort. Im Jahr 2024 wurde sie insgesamt 47 Mal tätig.

Hinter jedem dieser Einsätze steht die 24-Stunden-Rufbereitschaft der Behörde, die derzeit von zehn Beschäftigten getragen wird. Die Einsatzorte: das gesamte Kreisgebiet – von Hattingen bis Breckerfeld. Die Einsatzzeiten: oft außerhalb regulärer Bürozeiten, denn rund die Hälfte der Einsätze fiel auf Wochenenden.

Die Anlässe für die 47 Einsätze im vergangenen Jahr waren vielfältig. Rund ein Drittel entfiel auf Verkehrsunfälle, bei denen Betriebsstoffe aus Fahrzeugen austraten. In etwa jedem vierten Fall kam es zu einer Gewässerverunreinigung. Brände waren in 17 Prozent der Fälle Auslöser für ein Einschreiten der Fachkräfte, Anlagendefekte machten 11 Prozent der Einsätze aus. In jeweils sieben Prozent der Fälle lag eine illegale Entsorgung oder ein Fischsterben vor. In enger Zusammenarbeit mit Feuerwehren, örtlichen Behörden und in besonderen Fällen auch mit spezialisierten Fachfirmen wird bei jedem Vorfall geprüft, was sofort erforderlich ist, um Umweltschäden einzudämmen und zu beseitigen. Beispiele hierfür sind das Einbringen von Ölsperren in Gewässern, das Auskoffern von kontaminiertem Boden oder die fachgerechte Entsorgung der Schadstoffe. Die damit verbundenen Kosten werden grundsätzlich dem Verursacher des Vorfalls in Rechnung gestellt, sofern dieser ermittelt werden kann. Ein besonders aufwendiger Einsatz war 2024 nach einem LKW-Brand auf der Autobahn 43 erforderlich. Hier gelangten sowohl Löschwasser als auch Betriebsstoffe in das Erdreich und einen angrenzenden Bachlauf. Dank des koordinierten Einsatzes von Feuerwehr, Autobahnmeisterei, Kreisverwaltung und Fachfirmen konnte alles Notwendige – darunter Ölsperren und Erdarbeiten – schnell umgesetzt werden. Wichtig zu wissen: Die Umweltschutzbehörde des Ennepe-Ruhr-Kreises wird grundsätzlich nur durch zuständige Stellen hinzugezogen. Bürgerinnen und Bürger, die beispielsweise einen Unfall mit wassergefährdenden Stoffen beobachten, sollten sich daher immer zuerst an die Feuerwehr wenden. Diese handelt vor Ort, schätzt die Lage ein und informiert, wenn notwendig, die Fachleute der Kreisverwaltung.

pen

Mähen mit der Handsense für Anfänger

12.7.25 9.00 – 13.00 Uhr in Sprockhövel, Engelsfeld



CDU Sprockhövel trauert um Ludger Haverkamp

Die CDU Sprockhövel nimmt mit großem Bedauern Abschied von Ludger Haverkamp, der am 24. Mai 2025 im Alter von 89 Jahren verstorben ist. Haverkamp war über viele Jahrzehnte eine prägende Figur der Kommunalpolitik in Sprockhövel und in vielfältiger Weise für die CDU politisch aktiv.



Er war zehn Jahre lang Vorsitzender des CDU-Stadtverbands Sprockhövel und gehörte der CDU-Fraktion im Stadtrat seit 1970 zunächst als sachkundiger Bürger und von 1975 bis 1999 als gewähltes Ratsmitglied an. Während seiner Ratsmitgliedschaft leitete er zeitweise mehrere Ausschüsse, darunter den Schulbauten-, Sport- und Sportstättenausschuss, den Ausschuss für Umweltschutz, Landschaftspflege und Denkmalschutz sowie über zwei Wahlperioden den Ausschuss für Kultur, Sport und Freizeit.

Von 1979 bis 1999 bekleidete Haverkamp das Amt des ersten stellvertretenden Bürgermeisters der Stadt Sprockhövel und prägte in dieser Funktion maßgeblich das kommunalpolitische Geschehen. Zur Kommunalwahl 1999 trat er letztmalig für die CDU an und kandidierte für das neu geschaffene Amt des direkt gewählten Bürgermeisters. Nach seinem Ausscheiden aus dem Stadtrat wurde er zum Stadtältesten ernannt.

Neben seinen Tätigkeiten im Rat war er über viele Jahre Mitglied des Verwaltungsrates der Stadtparkasse Sprockhövel, zuletzt über ein Jahrzehnt als zweiter stellvertretender Vorsitzender. Zudem vertrat er die Stadt in mehreren regionalen und überregionalen Gremien, unter anderem in der Verbandsversammlung des Sparkassen- und Giroverbandes, im Städte- und Gemeindebund sowie im Zweckverband Gewerbegebiet Stefansbecke.

Beruflich war Ludger Haverkamp Studiendirektor für Geschichte und Französisch. Auch außerhalb der Politik engagierte er sich intensiv für die lokale Geschichte: Als Gründungsmitglied und langjähriger Vorsitzender des Heimat- und Geschichtsvereins Sprockhövel e.V. setzte er sich über 36 Jahre für die Pflege der Stadtgeschichte ein. (...) Für sein umfassendes Engagement erhielt er das Bundesverdienstkreuz am Bande sowie den Kulturpreis der Stadt Sprockhövel. Wir werden ihm ein ehrendes Andenken bewahren.

DER TOD IST DIE GRENZE DES LEBENS, ABER NICHT DER LIEBE.
Unbekannter Autor
Gefühle überdauern die Zeit.
Wir sind immer für Sie da.

Auf dem Haidchen 42
45527 Hattingen-Welper

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

Tel. 0 23 24 - 64 95

BESTATTUNGEN

Triestram

www.triestram-bestattungen.de



Grabpflege bei Sommerhitze Auch bei Trockenheit und Hitze lässt sich das Grab würdevoll und dauerhaft pflegen

Hitzewellen stellen viele Angehörige bei der Grabpflege vor neue Herausforderungen. Besonders in trockenen Monaten leiden Pflanzen unter Wassermangel – doch mit der passenden Strategie lässt sich das Grab auch bei hohen Temperaturen gepflegt erhalten.

Die richtige Bewässerung als Grundlage

In heißen, trockenen Sommern ist eine regelmäßige und zielgerichtete Bewässerung entscheidend. Trockenheit kann bei vielen Pflanzen zu hängenden Blättern, Laubverlust oder sogar zum Absterben führen. Deshalb ist es wichtig, die Feuchtigkeitsversorgung nicht dem Zufall zu überlassen. Besonders in Dürrephasen sollte das Grab mindestens einmal pro Woche durchdringend gegossen werden. Das Wasser sollte dabei tief genug eindringen, um die Wurzeln direkt zu erreichen – ein oberflächliches Benetzen der Erde reicht nicht aus. Bei Grabbesuchen empfiehlt es sich, den Zustand der Erde zu prüfen. Ist sie trocken und brüchig, besteht akuter Handlungsbedarf. Fühlt sie sich dagegen noch leicht feucht an, war die letzte Bewässerung ausreichend. Diese einfache Kontrolle kann helfen, die Gießfrequenz an die tatsächlichen Bedürfnisse anzupassen und gleichzeitig unnötige Wasserverschwendung zu vermeiden.

Wasser sparen – aber richtig

Auch unter schwierigen klimatischen Bedingungen lässt sich mit einfachen Mitteln Wasser effizient einsetzen. Tropfbewässerungssysteme bieten sich besonders für dauerhaft bepflanzte Gräber an. Sie geben das Wasser langsam und gezielt an die Wurzelzonen der Pflanzen ab, was die Verdunstung deutlich reduziert. So bleibt mehr Feuchtigkeit dort, wo sie gebraucht wird – im Boden. Zusätzlich kann eine Mulchschicht um die Pflanzen herum helfen, die Verdunstung der Bodenfeuchte weiter zu verringern. Als Mulchmaterial eignen sich organische Stoffe wie Rindenmulch oder gehäckselte Pflanzenreste. Sie verbessern nicht nur die Wasserspeicherung, sondern halten auch Unkraut fern und fördern ein gleichmäßigeres Bodenklima.

Pflanzenwahl der Witterung anpassen

Bei der Grabgestaltung sollten Sie auf hitze- und trockenheitsresistente Pflanzen setzen. Sukkulenten sind dafür eine ideale Wahl. Sie speichern Wasser in ihren fleischigen Blättern und kommen auch mit längeren Trockenphasen gut zurecht. Arten wie Echeverien, Sedum oder Agaven sind nicht nur pflegeleicht, sondern setzen durch ihre unterschiedlichen Formen und Farben auch gestalterische Akzente. Auch Ziergräser, etwa das beliebte Lampenputzergras, eignen sich für

sonnige Grabstellen. Sie sind robust, benötigen wenig Pflege und behalten selbst bei anhaltender Hitze ihre Form und Struktur. Bei der Auswahl sollten Pflanzen bevorzugt werden, die sich bereits in anderen trockenen Gartenbereichen bewährt haben.

Bodenqualität nicht vernachlässigen

Ein gesunder Boden bildet die Basis für dauerhafte Grabgestaltung – auch in heißen Perioden. Durch das Einbringen von organischem Material wie Kompost lässt sich die Bodenstruktur verbessern. Dies steigert nicht nur die Wasserspeicherkapazität, sondern sorgt auch für eine bessere Nährstoffversorgung der Pflanzen. Ein gut durchlüfteter und strukturreicher Boden nimmt Wasser schneller auf und hält es länger. Regelmäßige Pflege, das Auflockern der oberen Erdschichten und das Nachfüllen von Kompost oder Blumenerde können helfen, die Bodenqualität auf einem konstant guten Niveau zu halten – besonders im Sommer ein wichtiger Faktor. Die sommerliche Grabpflege erfordert etwas mehr Aufmerksamkeit und Planung, doch sie ist mit einfachen Mitteln gut umsetzbar. Wer den Wasserbedarf seiner Pflanzen kennt, Bewässerung effizient gestaltet und auf die richtige Pflanzenauswahl achtet, schafft die Voraussetzung für ein dauerhaft gepflegtes Grab – auch bei hohen Temperaturen. Dabei geht es nicht nur um Ästhetik, sondern auch um ein Zeichen der Wertschätzung und des Gedenkens, das auch in herausfordernden Zeiten Bestand hat.

Quelle: kurz-natursteine.de

Grabplanzen

- **Geranie** Hitzeresistent, muss regelmäßig gegossen werden.
- **Steinkraut** Pflegeleichter Bodendecker.
- **Tagetes** Robust, trockenresistent. Blüht bis in den Oktober.
- **Fetthenne** Pflegeleicht, mehrjährig. Hitze-, trockenheits- und frostresistente Sukkulente.
- **Eisbegonie** Blüht von Mai bis Okt. Trockenresistent.
- **Fuchsie** Für schattige Gräber.
- **Lavendel** Pflegeleicht, trockenheitsresistent und hitzebeständig.
- **Zauberschnee** Pflegeleicht, hitzebeständig.

Quelle: www.plantura.garden

Grabgestaltung - Grabpflege
Blumen- und Kranzbinderei
Garten- und Landschaftsbau

**GÄRTNEREI
WIEGAND GmbH**

Telefon 0 23 39 / 44 04
e-Mail kontakt@gaertnerei-wiegand.de
Internet www.gaertnerei-wiegand.de

- Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- Bestattungsvorsorge
- Erledigung aller Formalitäten
- In- und Auslands-Überführungen
- Eigene Ausstellung und Abschiedsräume

Bestattungen
seit 1951

Hilgenstock

Bestattungen
seit 1889

Sirrenberg

Bestattungen Sirrenberg-Hilgenstock GmbH
Einziger Meisterbetrieb in Sprockhövel

	Hattinger Straße 24 45549 Sprockhövel Telefon 0 23 24 / 73 489 Telefax 0 23 24 / 77 656 www.bestattungen-hilgenstock.de	Mittelstraße 60 45549 Sprockhövel (Haßlingh.) Telefon 0 23 39 / 26 25 Telefax 0 23 39 / 63 10 www.bestattungen-sirrenberg.de
--	---	--

Wir stehen Ihnen zur Seite und helfen gerne weiter!

BESTATTUNGEN

ROMPF e.K.

Inhaberin: Anke Schellenberg

Einfühlsam begleiten

Mitglied im Bestatterverband NRW e.V.
Partner des Bergischen Krematoriums Wuppertal
Partner der Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG

Deilbachweg 1B • 45549 Sprockhövel
Tel.: 0202 - 76 96 87 90 • Mobil: 0170 - 44 77 905

Wovon sollen wir träumen: Alina Süssgeler und Frida Gold

Promis lokal: IMAGE-Serie über bekannte Menschen, die gleich um die Ecke wohn(t)en

Erinnern Sie sich noch an den Song „Wovon sollen wir träumen“ aus dem Jahr 2011? Der erfolgreiche Song wurde gesungen von Alina Süssgeler, Frontfrau der Band „Frida Gold“. Die Hattingerin wurde in diesem Jahr 40 und macht noch immer Musik.

Alina Süssgeler wurde am 6. Mai 1985 geboren und machte gemeinsam mit Julian Cassel (Gitarre) schon zu ihrer gemeinsamen Schulzeit am Gymnasium Holthausen Musik. Singen war immer ihre Leidenschaft. Als Kind sang sie bereits im katholischen Kirchenchor in Hattingen und nahm regelmäßig an Nachwuchswettbewerben teil. Querflöte spielt sie seit ihrem zwölften Lebensjahr, mit Klavier begann sie bereits im Alter von fünf Jahren. Mit ihrer Band „Amnesia“ gewannen sie den Jury-Preis beim Hattinger Newcomerfestival. Gemeinsam mit dem Schlagzeuger Thomas Holtgreve gründeten sie 2005 die Rockband „Linarockt“, angelehnt an Süssgellers Vornamen, und traten beim Nachwuchswettbewerb Emergenza an. 2007 nannte sich die Band von „Linarockt“ in „Frida“ um und änderte ihren musikalischen Stil. Es sollte nur noch drei Jahre bis zum Durchbruch dauern.

Nach dem Abitur begann Süssgeler ein Querflötenstudium an der Folkwang Universität der Künste in Essen, das sie jedoch nach zwei Semestern abbrach. Popmusik war einfach mehr ihr Ding. Gemeinsam mit dem Gitarristen Julian Cassel belegte sie einen Kompaktstudiengang für Populärmusik an der Hochschule für Musik und Theater Hamburg. In Mannheim lernte Süssgeler dann Andreas Weizel kennen, der an der Popakademie Baden-Württemberg Musikproduktion studierte. 2008 wurde die Band in den Bandpool der Popakademie in Mannheim aufgenommen und trat u. a. im Oktober 2008 neben Mando Diao in der Hattinger Gebläsehalle auf. Nach Verhandlungen mit Plattenfirmen unterschrieb die Band einen Vertrag bei Warner Music. 2009 wurde „Frida Gold“ gegründet mit Julian Cassel, Andy Weizel und Tommi Holtgreve und der Frontfrau Alina Süssgeler. Der Name „Frida Gold“ entstand in Anlehnung an Axel Bosses Lied „Frida“. „Gold fanden wir eine tolle Ergänzung und als Assoziationsquelle wunderschön. Gold ist wertig, warm, strahlend, nicht kopierbar und rein. Ein bisschen so, wie wir unsere Musik empfinden“, erklärte die Band 2010 gegenüber „1st-blue“.

Erste Single von Frida Gold 2010

Die erste eigene Single von Frida Gold, „Zeig mir wie Du tanzst“, erschien am 25. Juni 2010 zunächst als Download. Nach der Veröffentlichung der Single auf CD konnte sich das Lied im November 2010 in den deutschen und österreichischen Charts platzieren. Das Album „Liebe ist meine Religion“ folgte im Sommer 2013 und kam auf Platz 1 der Album-Charts. Der Durchbruch war geschafft. Die Gruppe trat im Vorprogramm von Revolverheld auf und ging mit Kylie Minogue auf Tour. 2011 trat die Band mit dem Song „Unsere Liebe ist aus Gold“ für den Bundesvision Song Contest an und belegte Platz sieben. Alina Süssgeler war auch als Model tätig. So bewarb sie die Lanvin for H&M-Kollektion, modelte für Zalando und MTV Mobile. Der Werbespot zum Mobilfunkangebot MTV Mobile wurde vom Frida-Gold-Song „Zeig mir wie du tanzst“ untermalt und die Hattingerin spielte in dem Werbefilm die Hauptrolle. Das Magazin GRAZIA kürte Süssgeler damals zu einer der „10 schönsten Frauen der Welt“. Im Jahr 2012 erhielt sie den Grazia Best Dressed Award. Für die Zeitschrift Gala absolvierte Süssgeler im Januar 2012 ein Fashion-Shooting. Im gleichen Jahr modelte sie in London für die „Black Gold Herbst/Winter Kollektion 2012“ des Modelabels Diesel. 2015 erschien in der März-Ausgabe des Männermagazins GQ eine erotische Fotostrecke mit Süssgeler, bei der sie vom Fotografen Robert Wunsch abgelichtet wurde. Von sich reden machte Süssgeler auch mit der Tatsache, dass sie ihrem Kopf einmal einen Kahlschlag verpasste. Doch die Vierer-Band sollte die Zeit nicht überstehen. Heute sind nur noch Alina Süssgeler und Andreas Weizel Teil der Gruppe. In einem Interview mit dem „Weser Kurier“ erklärte Alina zu der Trennung von



Frida Gold – Alina Süssgeler und Andreas „Andy“ Weizel. Quelle: FRIDA GOLD facebook

den zwei ehemaligen „Frida Gold“-Musikern: „Wir sind zu viert gestartet als Band, und haben das fünf, sechs Jahre lang intensiv gelebt. Irgendwann kommt immer eine Phase, in der man auch einmal Revue passieren lassen muss. [...] Letztendlich haben wir den Punkt erreicht, wo wir gesagt haben, wir sind nicht mehr hundertprozentig auf einer Linie.“

2015 versuchte sich Alina Süssgeler auch mit englischen Texten. Doch die kamen bei den Fans nicht gut an. In einem „Stern-Interview“ im Herbst 2016 erzählt sie: „Wir haben 2015 die erste Single rausgebracht und die kam bei den Leuten überhaupt nicht an. Wir haben uns gefragt, wollen wir den Weg wirklich weiter gehen? Oder wollen wir mit den Leuten, die uns bis jetzt gut fanden, in Kontakt bleiben? Wir wollten immer, dass uns so viele Leute wie möglich hören, klar, deshalb war das eigentlich keine Frage. Also sind wir zurück ins Studio, haben die Platte zum Teil übersetzt, aber auch neue Songs wie ‚Langsam‘ geschrieben.“

2016 kam das Album auf den Markt – mit einem spektakulären Video zu „Langsam“. Darin hockt Alina frisch geduscht und weinend auf dem Bett ihrer Altbauwohnung, später sprintet sie vor einem Cabrio durch die Nacht. Nackt. Für die Sängerin aus Hattingen hat das jedoch nichts mit Erotik zu tun. Sie versteht es als eine Botschaft, ungeschminkt zu sich selbst zu stehen.

Eigenes Plattenlabel gegründet

Lange Jahre waren Alina Süssgeler und Andy Weizel nicht nur beruflich gut aufeinander eingespielt, sondern auch privat ein Paar. Nach den vielen Jahren in der Musikbranche sind sie beruflich immer noch zusammen und haben jetzt ihr eigenes Plattenlabel „Haus aus Gold“ gegründet. Ihre Musik hat inhaltlich viel mit Gesellschaftskritik zu tun. Der Titel „Menschen machen solche Sachen“ ist eine schonungslose Reflexion über die menschliche Natur – ein Blick auf den Umgang mit den Krisen, die die Menschen selbst erschaffen. Auch der Song „Neuer Tag“ geht in diese Richtung. In Hattingen lebt Alina Süssgeler schon lange nicht mehr. Der Schmelztiegel Berlin wurde ein neues Zuhause. 2023 trat Frida Gold bei „Unser Lied für Liverpool“ an, konnte jedoch nicht auftreten. Alina Süssgeler war krank. Aktuell ist sie zum dritten Mal als Jurorin bei „Dein Song“ auf dem Kika-Kanal von ARD und ZDF dabei. Wer Frida Gold sehen und hören will: Am 28. August ist die Veranstaltung „Frida Gold – Support: 3 Miles to Essex“ in St. Peter-Ording geplant. Tickets unter anderem über Eventim. Geplant ist außerhalb ein Auftritt am Dienstag, 23. Dezember, 17 Uhr, in der Christuskirche Bochum. Tickets über das Portal Reservix. Auch eine neue Platte ist in Arbeit. Frida Gold macht weiter – mit Songs über Neuansätze und der Kraft des Loslassens. von Dr. Anja Pielorz



Basketball boomt

Die Basketballabteilung der TSG Sprockhövel 1881 e.V., auch bekannt als die Sprockhövel Miners, blickt auf eine außergewöhnlich erfolgreiche Saison zurück. Obwohl der Jugendbereich erst seit drei Jahren sukzessive aufgebaut wird, hat sich das Engagement bereits jetzt mehr als ausgezahlt: Mit einer U10, U12, U14 männlich, U16 männlich, U18 männlich und einer weiblichen U16 (siehe Foto) nehmen die Miners inzwischen mit sechs Teams am Spielbetrieb teil – Tendenz steigend!

Vier Kreismeisterschaftstitel für die Miners

Besonders stolz ist der Verein auf die sportlichen Erfolge: Die männliche U14, U16, U18 sowie die weibliche U16 sicherten sich in dieser Saison jeweils den Kreismeistertitel. Ein sensationeller Erfolg, der die hervorragende Nachwuchsarbeit und den starken Teamgeist der Miners unterstreicht.

Wachstum braucht Verstärkung

Doch damit nicht genug: Die Abteilung wächst weiter und sucht Verstärkung! Besonders willkommen sind basketballbegeisterte Mädchen und Jungen für die U10 und U18, die weibliche U16 sowie für die neu gegründete weibliche U14. Basketballerfahrung ist vor allem für die älteren Teams (U16/U18) von Vorteil, aber kein Muss. Wer sportlich ist oder es werden möchte, Lust auf Mannschaftssport, Teamgeist, Fairplay und Bewegung hat, ist bei den Miners genau richtig. Auch Freundschaften, gemeinsame Events und spannende Spiele gehören zum Vereinsleben dazu.

Durch das rasante Wachstum fehlen uns aktuell auch Trainer*innen und Schiedsrichter*innen. Wer sich vorstellen kann, ein Team zu begleiten oder Spiele zu leiten, wird herzlich bei den Miners aufgenommen – Fortbildungen und Unterstützung sind selbstverständlich. Bei Interesse bitte bei Sportwart Jochen Knorr (jochen-sprockhoevel-miners@web.de) oder Sonja Will (sonja-sprockhoevel-miners@web.de) melden.

Auch finanzielle Unterstützung ist willkommen: Besonders die neue weibliche U14 benötigt noch dringend zwei Trikotsätze. Wer helfen möchte, kann sich über das Kontaktformular auf unserer Homepage www.basketball-miners.de direkt an den Förderverein wenden. Jetzt Teil der Miners-Familie werden!

Sportvereine verteilen Gelbe Säcke

Auch in diesem Jahr heißt es wieder: „Von der Region – für die Region“. Die bewährte Kooperation zwischen der AHE GmbH und den Sprockhöveler Sportvereinen geht in die nächste Runde. Bereits zum vierten Mal übernehmen engagierte Vereinsmitglieder die Verteilung der Gelben Säcke – und das mit großem Erfolg.

Seit April waren wieder zahlreiche Helferinnen und Helfer in den Ortsteilen Niedersprockhövel, Haßlinghausen und Hiddinghausen unterwegs. Mit dabei: die DLRG OG Sprockhövel e.V., der Märkische Reit- und Fahrverein Haßlinghausen e.V., der Ski Club Sprockhövel e.V., die Tennisabteilung der TSG 1881 Sprockhövel e.V., der Hiddinghauser FV 1966 e.V. sowie der TV Hasslinghausen 1862 e.V. Die übrigen Stadtgebiete wurden wie gewohnt durch das Team der AHE GmbH versorgt.

„Diese Zusammenarbeit ist ein echtes Erfolgsmodell“, betont Vivien Wisniewski von der AHE GmbH. „Wir sichern nicht nur die zuverlässige Versorgung mit Gelben Säcken, sondern stärken gleichzeitig das Vereinsleben vor Ort.“

Die Vereine profitieren dabei doppelt: Neben dem Gemeinschaftsgefühl fließt auch ein finanzieller Beitrag, der vom Stadtsportverband fair verteilt wird. Die AHE GmbH stellt die Säcke an zentralen Lagerpunkten bereit – von dort starten die Teams mit ihrer Verteilaktion. Mitmachen erwünscht! Auch 2026 soll die Aktion fortgeführt werden. Interessierte Vereine können sich schon jetzt beim Stadtsportverband melden: martina@feller-linge.de.

Tipp für Bürgerinnen und Bürger

Wer aktuell keine Gelben Säcke erhalten hat, kann sich diese an folgenden Ausgabestellen abholen:

- Bürgerbüro, Rathausplatz 4 (Haßlinghausen)
- Gärtnerei Frenzel, Egen 27 (Herzkamp)
- Raiffeisenmarkt, Rathausplatz 15 (Haßlinghausen)
- Lotto Chalos, Hauptstraße 65 (Niedersprockhövel)
- Aral Tankstelle Peter Hruby, Bochumer Str. 4 (Niedersprockhövel)



Impressum

Titelbild:

Der Malakow-Turm der Zeche Alte Haase

Foto: Niemerg

Herausgeberin:

Jessica Niemerg,
Wasserbank 9, 58456 Witten

Verlag und Redaktion:

Lokal Impuls Verlag
☎ 02302/9838980
✉ info@image-witten.de
🌐 www.image-witten.de
📄 www.image-witten.de/fb

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:

Monatlich, kostenlos, ca. 16.500 Exemplare.
Haushaltsverteilung u.a. in Niedersprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen.

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.

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

HÖR AKUSTIK KRAUSE GmbH

„Verstehen heißt **er~leben**“

Der familiengeführte Meisterbetrieb seit 1994

- individuelle Beratung
- kostenloses Probetragen
- Hersteller unabhängig
- Hörsysteme **ohne** privaten Eigenanteil*
- kostenloser Hörtest
- Hausbesuche
- Servicemobil
- 5 Jahre Garantie**

* bei Vorlage einer HNO-ärztlichen Verordnung und bei gesetzlicher Krankenversicherung zzgl. 10,- € gesetzliche Zuzahlung

** auf alle Hörsysteme mit privatem Eigenanteil (gemäß unseren Garantiebedingungen)

Der **Hörakustik Krause Rundumschutz** für Ihr neues Hören – im ersten Jahr für Sie komplett kostenfrei!



Sorglospaket

Das Sorglospaket vereint die Vorteile aller drei Pakete und vielem mehr.



Service- & Garantiepaket

Wir reinigen und warten Ihre Hörsysteme das ganze Jahr inklusive Garantie.



Verlustpaket

Bei Verlust Ihres Hörsystems im ersten Jahr, werden 50% Ihres Eigenanteils für eine Neuanschaffung abgedeckt.



Energiepaket

Sie bekommen im ersten Jahr 48 **RAYOVAC** ProLine Premium Hörgerätebatterien. Bei einem System mit **Lithium-Ionen-Technologie** wird der Akku über eine spezielle Zusatzgarantie geschützt.

Hörakustik Krause GmbH
Hauptstraße 20, 45549 Sprockhövel
Telefon: (02324)74267
E-Mail: info@hoerakustik-krause.de
Webseite: www.hoerakustik-krause.de

