

ImageWitten

WITTEN, ALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN



Geplanter Ardex-Bau, Werksfoto

Werben im
Image

Hattingen

ImageHattingen

Verteilung
ca. 23.500
im Kerngebiet

D

Verteilung
ca. 16.500
im Kerngebiet

Sprockhövel

Witten

Verteilung
ca. 30.000
im Kerngebiet

Verteilung
ca. 20.000
im Kerngebiet

B

C

ImageSprockhövel



Image-Magazine
seit 2003

Bis zu
90.000
Magazine
direkt in die Briefkästen!

Ihre Anzeigen-Hotline:

☎ 0 23 02 / 98 38 98-0

uk@kamk.de • www.kamk.de



Liebe Leser,

zwar rückt schon der Karneval mit jecken Schritten ins Blickfeld, aber so viel Zeit muss sein: Das „Image“-Team wünscht Ihnen ein frohes neues Jahr und alles erdenklich Gute, Erfolg darf auch dabei sein. Und das Wichtigste wollen wir nicht vergessen: Gesundheit. Womit wir beim Thema sind: Gefühlt fast alle Wittener laufen verschnupft durch die Gegend, und das ist nicht im übertragenen Sinn gemeint. Ich gehöre auch dazu, aber keine Angst, die Ausgabe, die Sie in den Händen halten, ist keimfrei – sie enthält sehr lebendige Themen, zum Beispiel, wie Sie sich trotz übelster und hinterhältigster Viren gesund halten. Gestärkt von unseren Tipps zur Verbesserung des Immunsystems, werden Sie viel Freude an den neuen Automodellen haben, von denen wie einige vorstellen. Wie immer wird alles besser, schöner, schneller. In Richtung Spitze strebt auch der Wittener Weltkonzern Ardex. Als Ausdruck seines Erfolges baut der alteingesessene Betrieb ein neues Bürohaus, was mit diesem Wort sehr zurückhaltend beschrieben ist; es ist vielmehr – je nach Wetterlage – fast ein Wolkenkratzer, stattliche 90 Meter hoch, gestaltet von einem berühmten Architekten. Ein besonderes Schmankepräsentiert die Sparkasse: klingende „Bank-Noten“.



Thomas Dröll



Uwe Tietz, Michael Geißer, Elisabeth Henne und Martin Henze freuen sich als Mitglieder des Energieteams mit Olaf Schade und Dr. Dirk Drenk, Klimaschutzbeauftragter des EN-Kreises, über die Auszeichnung. Die Wiese, auf der sie stehen, war bereits vor Jahren Ausgangspunkt für Bohrungen, um das Kreishaus mit Erdwärme zu heizen. Foto: UvK/Ennepe-Ruhr-Kreis

Erfolg: Kreis gilt als Energie- und Klimaschutzkommune

Strom aus Biomüll, Erdwärme für das Heizen des Kreishauses, energiesparende Beleuchtungen und Heizungen für die Sporthallen in Hattingen, Ennepetal und Witten, Solaranlagen auf den Dächern, Hybridfahrzeuge im Fuhrpark und energetische Sanierungen der Berufskollegs in Hattingen und Witten – mit diesen und vielen anderen Projekten hat die Kreisverwaltung in den letzten Jahren in Sachen Klimaschutz immer wieder deutliche Zeichen gesetzt.

Lohn für dieses Engagement: Im Rahmen des Zertifizierungswettbewerbs „European Energy Award“ gab es jetzt nach Ablauf der vorgeschriebenen Arbeitsphase von drei Jahren eine Auszeichnung in Silber. „Wir dürfen uns ab sofort ‚Europäische Energie- und Klimaschutzkommune‘ nennen. Ein schöner Beleg dafür, wie vielfältig und nachhaltig wir in verschiedensten Bereichen versuchen, Ressourcen und Umwelt zu schonen“, freut sich Landrat Olaf Schade stellvertretend für alle Beteiligten über die Auszeichnung. Diese sei kein Schlusspunkt, sondern nur eine Zwischenstation auf dem erfolgreich eingeschlagenen Weg.

„Kino im Café“

Das im Januar 2013 gegründete „Kino im Café“ von Senioren für Senioren lädt wieder ein zum geselligen Kinonachmittag bei Kaffee und Kuchen in die Gemeinde ins Oberdorf, Oberdorf 10, in der Innenstadt. Die Veranstaltung am Dienstag, **31. Januar**, beginnt um **15.30 Uhr** und endet etwa um 18.30 Uhr. **Eintritt und Verköstigung sind frei.** Spenden sind erwünscht. Es wird um Kartenreservierung aufgrund begrenzter Platzzahl gebeten.

Der Filmtitel ist wieder geheim: Wer ihn bis zum Filmbeginn errät, kann einen kleinen Preis gewinnen.

Die Seniorinnen und Senioren laden mit ihrem „Kino im Café“ dazu ein, gemeinsam Filme zu schauen, neue Kontakte in Witten-Mitte zu knüpfen, generationsübergreifend mit anderen Menschen über 50 ins Gespräch zu kommen, zusammen über den Film zu diskutieren – und das alles bei Kaffee und Kuchen, Snacks und Co.

Veranstalter sind die Seniorenvertretung Witten, die Wohnungsgenossenschaft Witten-Mitte, das WiSeL-Netzwerk, die AWO Ennepe-Ruhr und die Evangelische Freikirchliche Gemeinde im Oberdorf. **Info und Kartenreservierung** ab dem 20. des Monats bei: Ursula Stieler ☎ 02302/43535

31. Januar,
15.30 Uhr

Unser Film für Sie:

Claude und Marie haben vier Töchter. Sie wünschen sich, dass diese von Männern mit den Attributen „weiß, katholisch und französisch“ geheiratet werden. Doch die eine heiratet einen Chinesen, die andere einen Muslim und die dritte einen Juden. Da hängt der familiäre Haussegen gewaltig schief. Wenigstens ihre jüngste Tochter ist mit einem französischen Katholiken zusammen. Doch als dieser zum ersten Abendessen vorbei kommt, reißt den besorgten Eltern der Geduldsfaden: Er ist schwarz. Und wenn Sie bis zum Filmstart den Titel des Films erraten, gewinnen Sie vielleicht den kleinen Preis des Abends!

Vor Obdachlosen nicht die Augen verschließen

„Nicht nur in den kalten Monaten ist der Verlust der Wohnung die extremste Form der Armut“, sagt Heidrun Schulz-Rabenschlag, Fachbereichsleitung der Sozialen Dienste der Diakonie Mark-Ruhr. Gemeinsam mit Rolf Ellmer, Leiter der Wohnungslosenhilfe Witten, weist sie gegenwärtig auf die Gefahren von Erfrierungen und Unterkühlungen von Menschen ganz ohne Unterkunft hin.

„Das Leben auf der Straße setzt die Betroffenen neben allen gesundheitlichen Risiken auch dem schonungslosen Blick der Öffentlichkeit und in einigen Fällen auch der schonungslosen Übergriffe von Gewalttätern aus.“ Deshalb schließt sich die Diakonie Mark-Ruhr auch der aktuellen Stellungnahme der Bundesarbeitsgemeinschaft der Wohnungslosenhilfe (BAG W) unter dem Titel „Kältetod wohnungsloser Menschen verhindern“ an. „Seit 1991 sind mindestens 289 wohnungslose Menschen in Deutschland an Unterkühlung verstorben. Sie erfroren im Freien, unter Brücken, auf Parkbänken, in Hauseingängen, in Abrisshäusern, in scheinbar sicheren Gartenlauben und in sonstigen Unterständen“, heißt es darin.

„Wir möchten Bewusstsein für diese Thematik schaffen“, betont Rolf Ellmer und appelliert an die Bevölkerung: „Verschließen Sie nicht die Augen, wenn Sie obdachlose Menschen entdecken. Alarmieren Sie die Ordnungsbehörde oder den Notruf der Polizei und setzen Sie die zuständigen Behörden von Ihren Beobachtungen in Kenntnis!“

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 2.2.2017
Anzeigenschluss: Freitag, 20.1.2017



Goldene Caritas-Nadel

Mit der Caritas-Nadel in Gold wurde jetzt Ursula Gawrich ausgezeichnet. Frau Gawrich war 14 Jahre im Vorstand und im Aufsichtsrat des Wittener Caritasverbandes tätig. Zudem setzt sie seit langer Zeit als Ehrenamtliche in der Kirchengemeinde St. Marien caritative Akzente. In den 1990er Jahren engagierte sie sich für die Aufnahme und rasche Integration von Aussiedlern aus Polen und der Sowjetunion. Ihr Wohnhaus war damals eine Kombination aus Kleiderkammer und Möbellager, in dem Hilfesuchende ein und aus gingen. Nach dem Tod ihres Mannes wird Frau Gawrich demnächst nach Hamburg zu ihren Kindern umziehen. Über die Goldene Nadel freuen sich Dr. Lorenz Ladage (DiCV Paderborn), Hartwig Trinn (Caritas-Aufsichtsrat) und Ursula Gawrich.

Wiesenstraße gesperrt

In der Wiesenstraße und Heilenstraße werden bei einer Kanalbaumaßnahme der ESW in drei Bauabschnitten die alten Kanäle aus dem Jahr 1875 durch größere Rohre mit einem Durchmesser von 300 bis 400 mm ersetzt.

Kanalarbeiten

Während des ersten Bauabschnitts wird die Wiesenstraße zwischen Gerichtsstraße und Heilenstraße voll gesperrt. Insbesondere für den Anlieferverkehr im Bereich der Stadtgalerie wird eine weiträumige Umleitung über Ruhrstraße, Berger Straße, Gerichts-, Schiller-, und Steinstraße ausgeschildert. Im zweiten Bauabschnitt betrifft die Vollsperrung den Bereich zwischen Ruhrstraße und Heilenstraße. Da die Anbindung des Mischwasserkanals direkt in der Kreuzung Ruhrstraße erfolgt, wird eine mobile Ampel den Verkehr regeln. Danach gehen die Arbeiten im dritten Bauabschnitt in der Heilenstraße weiter. Zwischen Polizei und Einmündung Wiesenstraße wird die Straße voll gesperrt. Die Einbahnstraßenregelung in der Casinostraße wird bis zum Ende der Bauarbeiten aufgehoben. Die gesamte Baumaßnahme wird voraussichtlich bis Ende Mai 2017 dauern.

Hammerteich bleibt erhalten

„Bürgerbegehren Hammerteich“ heißt eine Gruppe, die sich am Wochenende auf Facebook gebildet hat. Dabei hat Bürgermeisterin Sonja Leidemann doch erst vor wenigen Tagen die Anfrage der SPD-Fraktion, ob nach den Drei Teichen nun auch der Hammerteich trockengelegt werden muss, mit einem klaren und unmissverständlichen „Nein“ beantwortet. Sonja Leidemann stellte in ihrer Antwort klar, dass der Hammerteich durch die Nähe zur „Parkanlage Hohenstein fester Bestandteil der dortigen stadtnahen Erholungslandschaft mit einer deutlich höheren Besucherfrequenzierung“ sei. Als Stauanlage sei er seit geschichtlicher Zeit im Stadtbild verankert und habe industriehistorische Wurzeln. Hier müsse in der Zukunft nach anderen Lösungen gesucht werden.

Unser Wein des Monats Januar

Paladin Syrah

Das wundervolle Rot mit den Veilchenblauen Reflexen bringt eine satte Portion Kirschmarmelade mit Gewürzen ins Glas. Die Kombination aus der Traubenreife und der feinen Struktur macht den Wein zu einem vielversprechenden Genuss am Abend.

Kategorie: Rotwein
Herkunft: Italien
Gebiet: Veneto
Winzer/Hersteller: Bosco del Merlo
Rebsorten: Syrah
Qualitätsstufe: D.O.P.
Inhalt: 0,75l
Jahrgang: 2014
Alkohol: 13,50%

7,50
€



SONNEN



SCHEIN

Spirituosen | Feinkost | Weinhandel
Craftbier | Präsente | Restaurant | Events

Neu in unserem
Restaurant:
Täglich Mittagstisch
(Montag Ruhetag)

Sonnenschein GmbH · Alter Fährweg 8 · 58456 Witten/Heven · Fon: (02302) 56006 · www.sonnenscheiner.de

Ihr Pilates Studio in Witten



Federleicht Pilates Studio

- Personaltraining
- Kleingruppentraining

Unsere Anfängerkurse:
montags 17 Uhr, dienstags 19.20 Uhr,
mittwochs 17.45 Uhr und
donnerstags 19.20 Uhr

Astrid Möller · Im Hammertal 85 · 58456 Witten
Fon 0163.770 30 07 · www.federleicht-pilatesstudio.de

METAMORPHOSE

CAFÉ



Hauptstraße 4, 45549 Sprockhövel, Telefon: 02324/708502



Universität Witten/Herdecke kommt in die Mitte der Stadt

Ladenlokal in der Stadtgalerie bietet einen neuen Treffpunkt für Kultur und Aktionen

Mitten im Einkaufszentrum Stadtgalerie hat die Universität Witten/Herdecke (UW/H) ein Ladenlokal bezogen. Lesungen, kleine Konzerte, Vorträge und viele andere Aktivitäten sind dort ab jetzt möglich. „Ich könnte mir auch vorstellen, dass dort mal ein Seminar der Uni stattfindet oder eine öffentliche Sitzung unserer Gremien. Wissenschaft muss ja nicht zwangsläufig nur in der Uni und hinter verschlossenen Türen betrieben werden“, freut sich der Präsident der Universität Witten/Herdecke, Prof. Dr. Martin Butzlaff, über die neu entstandene Möglichkeit, die Uni öffentlich zugänglich und anfassbar zu machen. Der neue Brückenkopf der UW/H in der Innenstadt soll nämlich die Universität, die ja im Gewerbegebiet Wullen etwas am Stadtrand liegt, mehr in die Wahrnehmung der Witternerinnen und Witterner rücken. Die Nutzung des Ladenlokals ist somit ein wichtiges Element der WittenUniStadt-Kampagne, die von



der Wittener Universitätsgesellschaft (WUG), der Stadt Witten und Universität Witten/Herdecke getragen wird.

Und auch die zahlreichen Initiativen von Wittener Studierenden freuen sich über eine neue Tagungsorte mit eingebauter Öffentlichkeitswirkung – ob es um Engagement für Flüchtlinge, für ein Repair-Café oder ein Krankenhaus in Ruanda geht. Wittener Studierende sind sehr aktiv und freuen sich, in der StadtGalerie darüber zu informieren und neue Mitwirkende zu finden.

Möglich gemacht hat Frederik Westhoff, der Center-Manager der StadtGalerie, den Brückenkopf der UW/H in der City: „Die Uni hat mich angesprochen, ob ich mir eine solche Nutzung eines leer stehenden Ladenlokals vorstellen kann. Und da hatte ich keinen Augenblick Bedenkenzeit nötig. Über so eine Nutzung, die auch nach Ladenschlusszeit noch Leute zu uns bringt, sind wir doch immer froh“, erinnert er sich.

In Ruhrstraße bald Tempo 30

Der Luftreinhalteplan gilt seit Anfang des Jahres und kann eingesehen werden – auch online. Eine Entwurfsfassung des Luftreinhalteplans (LRP) Witten 2016 hat bereits in der Zeit von Oktober bis November vorigen Jahres bei der Stadt Witten und der Bezirksregierung Arnsberg zur Einsichtnahme ausgelegt. Anmerkungen und Anregungen zum Plan konnten bis Ende November bei der Bezirksregierung Arnsberg und der Stadt Witten vorgebracht werden.

Nun ist der Luftreinhalteplan in Kraft und muss umgesetzt werden. Eine konkrete Maßnahme, die die Stadt Witten noch in diesem Jahr realisiert, ist das Einrichten von Tempo 30 auf der Ruhrstraße (Beschilderung; Ampelphasenanpassung). Außerdem sind derzeit veränderte Planungen für die Johannisstraße für 2018 in Arbeit.

Die Bekanntmachung und der Entwurf des Luftreinhalteplans sind unter www.bra.nrw.de zugänglich. Auch in Papierform können seine Zielsetzungen und Maßnahmen noch einmal bis zum 16. Januar 2017 eingesehen werden. Die Auslegung erfolgt im Büro der Bürgerberatung, Zimmer 1, Marktstraße 16, montags, dienstags und donnerstags, 8 bis 17 Uhr, und mittwochs und freitags von 7.30 bis 13 Uhr.

Große Freude bei Agentur

Große Freude herrscht in der Freiwilligenagentur Fokus. Dank einer Spende der Sparkasse Witten ist die Existenz der Ehrenamtsbörse auch im neuen Jahr komplett gesichert. Zudem gibt es eine zusätzliche Förderung der Caritas Witten, so dass im Jahr 2017 die Freiwilligenagentur sogar zu einer Vollzeitstelle ausgebaut werden kann. Wer Interesse an einem Ehrenamt hat, meldet sich unter Ruf 42 11 31 oder besucht Fokus mittwochs von 14 bis 16 Uhr in der Hauptstraße 81.

Einkauf auf Wochenmarkt

Laut Stadtmarketing haben sich die Öffnungszeiten der Wochenmärkte nicht verändert: Rathausplatz: dienstags, donnerstags und samstags von 8 bis 14 Uhr; Auf dem Schnee 1: mittwochs von 9 bis 14 Uhr; Annen: Marktplatz an der Stockumer Straße freitags von 8 bis 13 Uhr; Herbede: Platz an der Schmiede freitags von 8 bis 13 Uhr.

Kindergartenplätze online

Seit Ende 2015 bietet die Stadt Witten einen Online-Kitaplaner für Eltern an, und das erste Jahr hat klar gezeigt: Das Angebot ist ein echter Gewinn und eine spürbare Vereinfachung für alle, und zwar für die Eltern, die Kitas sowie für die Verwaltung und die Träger.

Mit Blick aufs kommende Kindergartenjahr 2017/18 macht das Amt für Jugendhilfe und Schule nun noch einmal ausdrücklich auf den Kita-Planer aufmerksam, denn am 16. Januar beginnt das Vertragsvergabeverfahren. Eltern, die ihre Kinder für das Kindergartenjahr 2017/2018 noch nicht angemeldet haben, sollten dies also kurzfristig nachholen.

Das alles kann der Kita-Planer

Das Online-Portal für die Kita-Anmeldung findet man auf den städtischen Internetseiten www.witten.de direkt auf der Startseite, rechts in der Rubrik „Top Themen“, Stichwort „Kita-Planer“.

Im Elternportal präsentieren sich die Wittener Kindertageseinrichtungen mit den für die Eltern relevanten Informationen. Die Eltern können nach erfolgter Registrierung aus den Angeboten bis maximal fünf Wittener Kindertageseinrichtungen auswählen, ihr Kind vormerken lassen und eine Rangfolge der bevorzugten Wittener Kindertageseinrichtungen festlegen.

Frühestens nach der Geburt

Eltern können sich frühestens nach der Geburt des Kindes für eine oder für mehrere Einrichtungen anmelden. Diese Auswahl wird dann im Profil der Eltern als „Vorgemerkte Kitas“ gespeichert. Dort wird auch der Status (Kind angenommen; abgelehnt; noch offen) angezeigt.

Gut für die Eltern: Das System zeigt freie Plätze zum Zeitpunkt der Recherche an und gibt umfangreiche Informationen zum Angebot der gewünschten Betreuungseinrichtung. Eine Platzauswahl ist nach individuellen Kriterien, etwa nach Art des Trägers oder der Lage oder den täglichen Betreuungszeiten (Von-bis-Uhrzeit) in einem bestimmten Stadtteil oder stadtweit möglich. Die Leiter der von den Eltern gewählten Einrichtungen sehen im Kita-Planer die Rangfolge der Auswahl und prüfen eine Platzvergabe. Die Wittener Kindertageseinrichtungen haben über die Software „Kitaplaner“ einen Blick auf alle bei ihnen betreuten Kinder und die Wartelistenkinder.

4. Februar 2017

9 Uhr - 16 Uhr

Storchmanns

Tornister Tag

bei Ihrer
Auto Familie Kogelheide

Markentornister
für i-Männchen & Schulwechsler
Rund-um-Service: Markentornister,
qualifizierte Beratung und Komplett-Angebote
zu Sonderpreisen!

Herzlich Willkommen sagen wir zu Dir,
liebes Vorschulkind & lieber Schulwechsler!

- Nürnberger Kindervorsorge
- DLRG Herbede
- Böhning Design
- Feuerwehr Herbede
- Ergotherapie Fantasia
- Volksbank Sprockhövel
- NRW-Foto Fotostudio & -schule
- Reisebüro Storchmann



Storchmann

Schul- und Schreibbedarf + Buchhandlung

Meesmannstraße 47 - 58456 Witten - 02302/9175040 - www.storchmann.de

kogelheide
Willkommen in der Auto Familie.

Kogelheide GmbH - Wittener Straße 106 - 58456 Witten-Herbede
Fon (02302) 970 200 - www.kogelheide.de



Sparkassen-classics 2016

6.000 Euro (in „Bank-Noten“) für das Sinfonische Orchester der Volkshochschule Witten | Wetter | Herdecke

Innerhalb der Konzertreihe „Sparkassen-classics“ präsentierte am 12. November 2016 das Sinfonische Orchester der Volkshochschule Witten|Wetter|Herdecke – unter der Leitung von Ralf Lottmann – ausgewählte Werke von George Gershwin, Robert Schumann sowie Antonín Dvořák. Virtuos begleitet wurden die VHS-Sinfoniker im ausverkauften Theatersaal des Wittener Saalbaus dabei von Eleonora Kotlibulatova, als Solistin am Konzertflügel. Dabei handelte es sich übrigens um das letzte Konzert unter dem Dirigat von Ralf Lottmann, der seit Herbst 2000 – also gut 16 Jahre lang – das VHS-Orchester als Dirigent leitete. Ralf Lottmann lebt und arbeitet bereits seit einigen Jahren in Süd-deutschland – und hatte seitdem für die Proben- und Konzerttermine sehr lange Wege auf sich genommen.

Für die musikalische Leistung bedankte sich jetzt Ulrich Heinemann, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Witten, noch einmal persönlich bei den Musikern - und überreichte zu Beginn einer Orchesterprobe einen Scheck über 6.000 Euro. Dahinter verbirgt sich die gesamte Einnahme aus dem Verkauf der Konzertkarten, die jetzt – auf glatte 6.000 Euro aufgerundet – als Spende der Sparkasse Witten an das VHS-Orchester ausgeschüttet wird. Im Rahmen der Konzertreihe Sparkassen-classics richtet die Sparkasse Witten regelmäßig klassische Konzerte für jeweils ein sinfonisches Laienorchester aus Witten oder Umgebung aus – und ermöglicht somit den Musikern, auf professioneller Bühne und vor großem Publikum zu konzertieren. Dabei übernimmt die Sparkasse Witten regelmäßig alle Kosten – und gibt darüber hinaus die komplette Einnahme aus dem Verkauf der Konzertkarten an das Orchester weiter. Damit ist Sparkassen-classics nicht nur eine etablierte Klassik-Konzertreihe in Witten, sondern fördert zusätzlich – auf finanzieller und organisatorischer Ebene – die sinfonischen Orchester vor Ort. Ulrich Heinemann dazu: „Ich bin immer wieder positiv über-



Ulrich Heinemann (2. v. l.) überreicht bei der letzten Orchesterprobe in 2017 die 6.000 Euro an Orchestersprecher Karl Eppinger (links), den neuen Dirigenten des VHS-Orchesters Tobias van de Locht (2. v. r.) sowie Konzertmeister Dr. Harald Werner (rechts).

rascht, welche musikalische Qualität hier in Witten anzutreffen ist – und beeindruckt, was das Sinfonische Orchester der Volkshochschule beim diesjährigen Konzert im Rahmen von Sparkassen-classics ‚abgeliefert‘ hat. Diese Spielfreude, dieses Engagement und das dabei entstehende Wittener Wir-Gefühl unterstützen und fördern wir als Sparkasse sehr gern und aus Überzeugung. Nicht zuletzt auch durch Sparkassen-classics – oder den jährlichen Musikwettbewerb ‚Jugend musiziert‘, den die Sparkassen traditionell als Sponsor und Förderer begleiten – wird immer wieder deutlich, dass Witten sich nicht nur sehen –, sondern durchaus auch ‚hören‘ lassen kann.“

Vergessliche Doktorfisch-Freundin verschwindet, nicht Nemo

Schulkino-Wochen NRW: Das Filmprogramm greift unterschiedliche Unterrichtsinhalte auf

Im Rahmen der Schulkino-Wochen NRW, die vom 26. Januar bis 8. Februar landesweit über die Leinwände laufen, zeigt das Burg-Kino in Witten vom 2. Februar an insgesamt fünf Spiel- und Animationsfilme, die die Medienkompetenz von Schülern aller Schulformen und Altersstufen stärken.

„Pettersson und Findus – Kleiner Quälgeist, große Freundschaft“ (1. bis 3. Klasse) stellt die erste Realverfilmung der Abenteuer des Katers Findus, basierend auf den Kinderbüchern des Schweden Sven Nordqvist, dar. Im Pixar-Animationsfilm „Findet Dorie“ (ab 2. Klasse) verschwindet nicht Nemo, der Sohn

des Clownfischs Marlin, sondern seine vergessliche Paletten-Doktorfisch-Freundin Dorie. Mit „Tschick“ (ab 7. Klasse) verfilmte Regisseur Fatih Akin den gleichnamigen Bestseller von Wolfgang Herrndorf. Darin werden zwei Außenseiter zu Freunden und treten gemeinsam einen Road Trip in die Walachei an. Und „Das Tagebuch der Anne Frank“ (ab 9. Klasse) erzählt die Geschichte eines versteckt lebenden jüdischen Mädchens während des Zweiten Weltkriegs. Hans Steinbichler verfilmte ihr weltbekanntes Vermächtnis mit Lea van Acken in der Titelrolle sowie Martina Gedeck und Ulrich Noethen.

Mehr als 110 Kinos beteiligen sich landesweit an den Schulkino-Wochen NRW, die von „Vision Kino – Netzwerk für Film und Medienkompetenz“ und „Film+Schule NRW“, einer gemeinsamen Initiative des Landschaftsverbands Westfalen-Lippe (LWL) und des NRW-Schulministeriums, veranstaltet werden. Das Filmprogramm greift mit konkreten Lehrplanbezügen eine große Bandbreite der Unterrichtsinhalte unterschiedlichster Fächer auf. Informationen zum Programm sowie die Online-Anmeldung gibt's unter www.schulkino-wochen.nrw.de. Außerdem steht das Projektteam im LWL-Medienzentrum für Westfalen für persönliche Beratungen unter der Rufnummer 02 51/591 30 55 zur Verfügung.



„Findet Dorie“ ist ein Pixar-Animationsfilm. Foto: Walt Disney



„Das Tagebuch der Anne Frank“ (ab 9. Klasse) erzählt die Geschichte eines versteckt lebenden jüdischen Mädchens während des Zweiten Weltkriegs. Hans Steinbichler verfilmte ihr weltbekanntes Vermächtnis mit Lea van Acken. Foto: Universal Pictures

Üppig ausgestaffierte Szenen

Eine populäre Ausstellung zum Lutherjahr

Schon annähernd 100 000 Menschen haben die Wanderausstellung „Martin Luther 1483 bis 1546, Lebens- und Reformationsgeschichte in Zinnfiguren-Dioramen“ des städtischen Museums Halberstadt gesehen.

Pünktlich zum Lutherjahr kommt sie ins Wittener „Altenzentrum am Schwesternpark – die Feierabendhäuser“ als einzige Station in Nordrhein-Westfalen: „Martin Luther 1483 bis 1546, Lebens- und Reformationsgeschichte in Zinnfiguren-Dioramen“.

Die populäre Ausstellung ist vom 3. Januar bis 20. Februar täglich außer montags im kleinen Café der Wittener Feierabendhäuser, Pferdebachstraße 43b, zu sehen. Geöffnet ist die Ausstellung von 14 bis 17 Uhr und nach Ver-

einbarung. Anmeldung für Gruppen unter 023 02/1 75 17 50. Eintritt ist frei. Filigrane Mini-Figuren und üppig ausgestaffierte Szenen aus dem Mittelalter: Ob Hexenverfolgung, Ablasshandel oder Luthers Anschlag der Thesen an die Wittenberger Kirchtür – die Ausstellung gibt mit ihren 27 Stelltafeln einen etwas anderen Einblick in die Themen zu Lebzeiten des Reformators.

„Natürlich versuchen wir, mit unseren Bewohnern Museen zu besuchen, aber mit allen geht es nicht. Dadurch, dass die Ausstellung nun bei uns ist, haben wir ganz andere Möglichkeiten“, sagt Andreas Vincke, Leiter der Feierabendhäuser. Das Material Zinn weckt auch bei demenziell erkrankten Menschen Erinnerun-



Sie präsentieren die Luther-Ausstellung in den Wittener Feierabendhäusern (v.l.): Manuela Söhnchen vom Sozialen Dienst, Einrichtungsleiter Andreas Vincke und seine Stellvertreterin Martina Große Munkunbeck. Foto: Felix Ehler/Diakonie Ruhr

gen. Die Schau ist so konzipiert, dass sie auch in Teilen funktioniert oder vom Rollstuhl aus betrachtet werden kann.

Sie begann 2012 im Landtag von Sachsen-Anhalt, normalerweise ist sie in Museen und Kir-

chen zu sehen und nicht unbedingt in Alteinrichtungen. „Luther in den Feierabendhäusern schafft Anlässe zur Begegnung“, sagt Julia Holtz, designierte Superintendentin des Kirchenkreises Hattingen-Witten.

Eine Odyssee besonderer Art

Honig im Kopf: Schauspiel mit Karsten Speck

Großvater und Lebemann Amandus war bisher das humorvolle und geschätzte Familienoberhaupt – bis seine Alzheimererkrankung alles auf den Kopf stellt und nichts mehr ist, wie es sein sollte. Nur seine Enkelin Tilda scheint mit ihm umgehen zu können und nimmt seinen letzten Wunsch, noch einmal Venedig zu sehen, wörtlich.



Karsten Speck

Die beiden machen sich spontan auf nach Italien, und es beginnt eine Odyssee der ganz besonderen Art. Nicht erst seit der Kino-Verfilmung des Stoffes mit Til Schweiger ist das Thema Demenz in den gesellschaftlichen Fokus gerückt.

Die gelungene Inszenierung der Komödie am Altstadtmarkt, mit Karsten Speck als Sohn und Achim Wolff als Vater, erzählt eine traurigkomische Geschichte, wie sie das Leben schreibt. Durch die Verbindung von tiefsinnigen mit leichtfüßigen Momenten ist das Stück Familienunterhaltung und packt trotzdem ein sehr ernstes Thema an. Zusätzlich zu einer Einführung in das Stück bietet das Team des Saalbaus ein moderiertes Nachgespräch sowie eine Informationsbörse gemeinsam mit dem Kooperationspartner Netzwerk Demenz Witten/Wetter/Herdecke an.

Mittwoch, 25. Januar

Einführung um 19 Uhr, Vorstellungsbeginn 19.30 Uhr

Saalbau Witten, Bergerstraße 25, 58452 Witten; Veranstalter: Kulturforum Witten, Eintritt: ab 17,50 Euro; Vorverkauf: Saalbaukasse und Online-Ticket-Shop sowie an allen bekannten CTS-VVK-Stellen (Stadtmarketing am Rathausplatz) Telefon: 023 02/5 81 24 41 oder www.kulturforum-witten.de

Werkstatt holt Kartons ab

Briefmarken-Spenden schaffen Arbeit

Zu Weihnachten und zum Jahreswechsel werden wieder viele gute Wünsche per Post verschickt. Die gestempelten Briefmarken schaffen Arbeitsplätze für Menschen mit schweren Behinderungen.

Wer helfen möchte, schneidet die Marken auf Briefumschlägen oder Karten aus und sortieren sie nach Motiven. „Für unsere Leute ist das eine wichtige Aufgabe“, betont Margarete Richter. Sie betreut in der Briefmarken-Abteilung der Werkstatt für behinderte Menschen (WfbM) der Evangelischen Stiftung Volmarstein elf Beschäftigte, die täglich mit Postwertzeichen arbeiten.

Die Behinderten-Einrichtung in Wetter freut sich, wenn Firmen, Behörden oder Privatpersonen aus dem EN-Kreis sowie Hagen und Dortmund abgestempelte Briefmarken in einem Karton sammeln, um sie zu spenden. Wenn der Karton an einer Sammelstelle voll ist, holt ihn die Volmarsteiner Behinderten-Werkstatt ab. Auch ausrangierte Briefmarken-Alben werden angenommen. Ansprechpartner für diesen Abholservice ist Lars Ahlborn, Ruf 023 35/6 39 35 30, oder E-Mail: ahlbornL@esv.de.

Kurs für pflegende Angehörige

Ein Schlaganfall, ein Herzinfarkt oder ein Oberschenkelhalsbruch – und von einem Tag auf den anderen ist alles ganz anders. Zur Unterstützung bietet das Evangelische Krankenhaus Witten einen Kurs für pflegende Angehörige an, der Praxiswissen vermittelt. Gezeigt werden unter anderem Lagerungstechniken und Mobilisation sowie der Umgang mit Hilfsmitteln. Der Kurs umfasst drei Termine: am 17., 24. und 31. Januar jeweils dienstags von 16 bis 19.30 Uhr in der Geriatriischen Tagesklinik, Pferdebachstraße 27, Infos 023 02/1 75 63 03.



Das Wittener Stadtmarketing bietet unter anderem eine abendliche Entdeckungsreise im Muttental mit Fackeln an. Foto: Stadt Witten

Wandern im Fackelschein

Marketing: Tourentermine Januar bis März

Das Wittener Stadtmarketing bietet auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Touren in Witten und Umgebung an. Das Programm bis März haben wir zusammengestellt.

Mittwoch, 4. Februar, 18 Uhr: Lichter am See – Herbede im Fackelschein, abendliche Entdeckungsreise im Fackelschein. 11 Euro pro Person, eine Anmeldung ist erforderlich. Infos beim Stadtmarketing Witten unter Ruf 023 02/1 94 33, www.stadtmarketing-witten.de.

Mittwoch, 11. Februar, 18 Uhr: Fackelwanderung mit Grünkohlessen. Abendliche Entdeckungsreise im Fackelschein mit traditionellem Grünkohlessen. 19,90 Euro pro Person, Anmeldung erforderlich beim Stadtmarketing Witten.

Montag, 16. Februar, 9 Uhr: Unter Hochdruck – Kamat: Betriebsbesichtigung. 7 Euro pro Person, Anmeldung erforderlich.

Dienstag, 17. Februar, 19 Uhr: Fackelwanderung im Muttental. Abendliche Entdeckungsreise im Fackelschein. 13 Euro pro Person, Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 18. Februar, 19 Uhr: Fackelwanderung im Muttental. Abendliche Entdeckungsreise im Fackelschein. 13 Euro pro Person, Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 25. Februar, 19 Uhr: Fackelwanderung mit Grünkohlessen. Abendliche Entdeckungsreise im Fackelschein mit traditionellem Grünkohlessen. 19,90 Euro pro Person, Anmeldung erforderlich. Infos auch bei Jessica Eger, Körnerstraße 8, Ruf 023 02/5 81 13 08.

E-Autos kann man beim Arbeitgeber steuerfrei aufladen

Was sich 2017 ändert – Das geht Unternehmer, Sparer und Familien gleichermaßen an

Seit dem 1. Januar sind etliche Gesetzesänderungen und auch neue Gesetze in Kraft getreten. Das geht Unternehmer, Sparer, Steuerzahler und Familien gleichermaßen an – was sie wissen sollten. Bei den mit¹ gekennzeichneten Titeln könnte sich noch was ändern, da die Gesetze noch nicht endgültig verabschiedet sind. Der Mindestlohn steigt voraussichtlich auf 8,84 Euro

Der gesetzliche Mindestlohn in Deutschland steigt voraussichtlich von 8,50 auf 8,84 Euro. Auf die Steigerung hatte sich eine Mindestlohnkommission von Arbeitnehmern und Arbeitgebern verständigt.

Reformator bringt zusätzlichen Feiertag

Wegen des Reformationsjubiläums ist der 31. Oktober bundesweit einmalig zu Ehren des Reformators ein Feiertag. An diesem Tag jährt sich die Veröffentlichung von Martin Luthers 95 Thesen zum 500. Mal.

Das nützt allen Steuerzahlern¹

Der Grundfreibetrag soll um 168 Euro auf 8820 Euro steigen. Das nützt allen Steuerzahlern, da der Staat erst bei Einkommen über dem Grundfreibetrag Steuern abzieht. So werden bei Ledigen erst ab einem zu versteuernden Einkommen von mehr als 8820 Euro im Jahr Steuern fällig. Bei Ehepaaren oder eingetragenen Lebenspartnern verdoppelt sich der Betrag auf 17 640 Euro.

Pflegeversicherung wird teurer

Der Beitragssatz zur Pflegeversicherung steigt auf 2,55 Prozent beziehungsweise 2,8 bei Kinderlosen. In der Krankenversicherung bleibt er weitgehend unverändert bei durchschnittlich 15,7 Prozent. Denn der Zusatzbeitrag, den die Arbeitnehmer allein zahlen, kann bei etwa 1,1 Prozent bleiben. Er kommt zum Beitrag von 14,6 Prozent hinzu, den Arbeitnehmer und Arbeitgeber gleichermaßen tragen. Der Beitragssatz zur Rentenversicherung bleibt bei sieben Prozent stabil. Der Beitragssatz für die Arbeitslosenversicherung beträgt weiterhin 3,0 Prozent.

Unterstützung für Pflegende

Mit der zweiten Stufe des Pflegestärkungsgesetzes II wird das Leistungsangebot für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige ausgebaut. Eingeführt wird ein neuer Pflegebedürftigkeitsbegriff, der sich nach dem Grad der Selbständigkeit des Betroffenen richtet und nicht mehr hauptsächlich nach dem Zeitaufwand für die Hilfe. Demenzkranken wird ein Anspruch auf die gleichen Leistungen gewährt wie Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen. Zugleich werden die bisher drei Stufen auf fünf „Pflegegrade“ ausgeweitet. Keiner der annähernd 2,8 Millionen Leistungsbezieher aus der sozialen und der privaten Pflegeversicherung soll demnach schlechtergestellt werden. Menschen, die ein Familienmitglied pflegen, sollen unter anderem bei Sozialbeiträgen bessergestellt werden.

Für Eltern bleibt Betrag pro Kind und Jahr steuerfrei¹

Der Kinderfreibetrag von insgesamt 7 248 Euro wird im ersten Schritt um 108 Euro erhöht. Für Eltern bleibt dieser Betrag pro Kind und Jahr ihres Einkommens steuerfrei. Das Kindergeld soll um monatlich zwei Euro pro Kind steigen. Für die ersten beiden Kinder beträgt es dann jeweils 192 Euro, für das dritte 198. Danach gibt's jeweils 223 Euro.

Wer wenig verdient, bekommt einen Kinderzuschlag. Er wird um zehn Euro auf je 170 jeden Monat aufgestockt.

Der Unterhaltsvorschuss für Alleinerziehende wird ausgeweitet¹

Alleinerziehende Väter und Mütter sollen künftig besser abgesichert sein, wenn der andere Elternteil Unterhalt für das gemeinsame Kind verweigert. Dafür wird der Unterhaltsvorschuss ausgeweitet. Geplant ist, die Begrenzung der Bezugsdauer auf sechs Jahre abzuschaffen und die Altersgrenze von 12 auf 18 Jahre zu erhöhen.

E-Auto kann man beim Arbeitgeber steuerfrei aufladen

Das kostenlose oder verbilligte Aufladen eines Elektroautos oder Elektrofahrrades im Betrieb des Arbeitgebers ist nach Angaben des Steuerzahlerbundes von Anfang des Jahres an steuerfrei. Die Regelung gelte für reine Elektrofahrzeuge, Hybridfahrzeuge und zugelassene Elektrofahrräder. Die Begünstigung sei allerdings bis Ende 2020 befristet.

Renten um 2 Prozent erhöht

Die Rentner können für Mitte 2017 mit einem Zuschlag von bis zu 2,0 Prozent rechnen. Die genaue Erhöhung wird aber erst im Frühjahr feststehen.

Die Flexirente beginnt

Arbeitnehmer können flexibler aus dem Berufsleben aussteigen. Künftig kann eine neue Teilrente mit Teilzeitarbeit kombiniert werden.

Steuerpflichtiger Anteil

Bei der Rentenbesteuerung erhöht sich nach Angaben des Steuerzahlerbundes der steuerpflichtige Rentenanteil von 72 auf 74 Prozent. Somit würden nur noch 26 Prozent der ersten vollen Bruttojahresrente steuerfrei bleiben. Dieser Anteil gelte für in diesem Jahr hinzukommende Rentnerjährgänge. Bei Bestandsrenten bleibe der festgesetzte steuerfreie Rentenanteil bestehen.

Die Hartz-IV-Regelsätze steigen¹

Zum Jahresbeginn sollen Leistungen für alle steigen, die ihren Lebensunterhalt nicht selber bestreiten können. Der Regelsatz für Alleinstehende steigt von 404 Euro auf 409 pro Monat. Die Grundsicherung für Kinder zwischen 6 und 13 erhöht sich um 21 auf 291 Euro. Der Regelsatz für Kinder bis zu sechs Jahre beträgt weiterhin 237 Euro pro Monat. Jugendliche bis 18 Jahren erhalten 311 Euro.

Die Ökostrom-Umlage wird angehoben

Verbraucher müssen zur Förderung von Strom aus Windkraft und Sonne wieder tiefer in die Tasche greifen. Die Ökostrom-Umlage wird von 6,35 Cent auf 6,88 je Kilowattstunde angehoben. Die Umlage zahlen Verbraucher über die ihre Stromrechnung.

Reform des Erneuerbare-Energien-Gesetzes

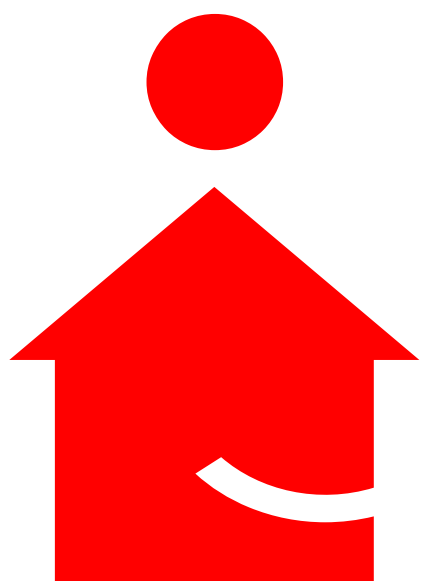
Von diesem Jahr an wird die Ökostrom-Förderung umgestellt. Mit der Reform des Erneuerbare-Energien-Gesetzes (EEG) erhalten Betreiber größerer Windparks, Solaranlagen und Biogas-Anlagen künftig für eingespeisten Strom keine feste Vergütung mehr. Stattdessen gilt für neue Projekte: Wer am wenigsten Subventionen pro Kilowattstunde Strom verlangt, erhält den Zuschlag.



Bei den meisten Änderungen in diesem Jahr geht's ums Geld: Mal freut sich der Portemonnaie-Besitzer, mal ist er erleichtert. Foto: IngImage



Zuhause ist einfach.



**Wenn man einen
Immobilienpartner hat,
der für jedes Bedürfnis das
passende Angebot findet.**

Mehr Infos in unter www.sparkasse-witten.de
oder unter s-immobilien.de



**Sparkasse
Witten**

Image wünscht viel Glück

„Das Überraschende macht Glück.“

Johann Christoph Friedrich von Schiller
(1759-1805), deutscher Dichter und Dramatiker

„Glück ist Frieden.“

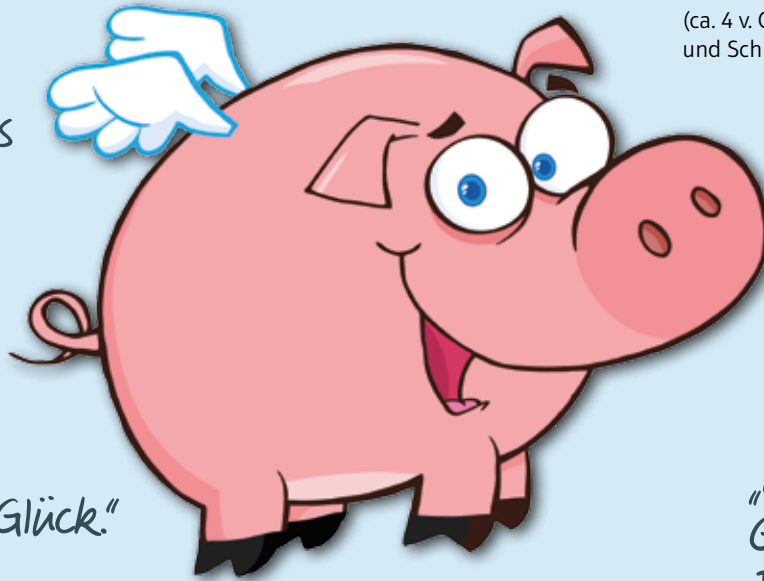
Franz Freiherr von Dingelstedt
(1814-1881), Schriftsteller und Theaterleiter

„Ohne Gesellschaft ist Glück unmöglich.“

Lucius Annaeus Seneca
(ca. 4 v. Chr.-65 n. Chr.), römischer Philosoph und Schriftsteller

„Das Glück ist das einzige, was sich verdoppelt, wenn man es teilt.“

Albert Schweitzer



„Den Tüchtigen hilft das Glück.“

Terenz
(195-159 v. Chr.), römischer Dichter

„Wer an Glück glaubt, der hat Glück.“

Christian Friedrich Hebbel
(1813-1863), deutscher Dramatiker und Lyriker

„Glück ist das mächtigste Stärkungsmittel.“

Herbert Spencer
(1820-1903), englischer Philosoph

„Glück ist Liebe, nichts anderes. Wer lieben kann, ist glücklich.“

Hermann Hesse

„Das Geheimnis des Glücks liegt nicht im Besitz, sondern im Geben. Wer andere glücklich macht, wird glücklich.“

André Gide

Variante des Auerhahns ist heute der Schornsteinfeger

Ursprung der Glücksbringer zu einer Zeit, als Menschen in Horden über den Globus liefen

„Ein Glücksbringer oder ein Glückssymbol ist ein Gegenstand (Stein oder Schmuckanhänger), eine Pflanze oder Teile davon, ein Mensch oder ein Tier, dem abergläubische Menschen glückbringende Kräfte nachsagen.“

Die Definition im Online-Lexikon klingt in etwa so trocken wie die Straßenreinigungssatzung der Kommunen oder deren Regeln fürs Schneeschippen.

Wir können wüst spekulieren

Doch woher stammt der Brauch, erhofftes Glück an Gegenstände oder Personen zu knüpfen? Die Frage lässt sich gottlob nicht

endgültig beantworten, zumindest lässt sich keine Antwort finden, die Wissenschaftler zufriedenstellte. Also können wir wüst spekulieren.

Wenn das Erlegen der Beute...

Die Ursprünge liegen wahrscheinlich in einer Zeit, als die Menschen in Horden über den Globus liefen, und die sattmachende Technik des Ackerbaus noch nicht erfunden war. Wenn dann das Erlegen von Beute glückte und, sagen wir mal, in der Nähe ein Auerhahn um ein Auerhuhn buhlte, wurde die folgende Jagdsaison in die Balzzeit dieser auffällig gefiederten Flugtiere

gelegt, weil der urzeitliche Jäger – ohne bessere Erklärung im Sinn – das Balzgehebe mit dem erfolgreichen Beutezug in einen Zusammenhang brachte: Gurr der Hahn, erlege ich das Mammut.

Hält sich hartnäckig

Dieser Zusammenhang hat sich bis heute hartnäckig gehalten, nur dass das Mammut ausgestorben ist und die Wissenschaft das Balzen als Vorbereitung zum Fortpflanzungsakt erkannt hat und nicht als flankierende Maßnahme zum Jagderfolg anderer. Den Platz des Auerhahns haben heutzutage Schweine eingenommen, als zweibeinige Varian-

te Schornsteinfeger und – weniger belebt – Glückspennige, die aber langsam aussterben. Nach der Einführung des Euros hat die Aura des Geldes abgenommen, sie strebt gegen null. Verschwunden sind auch alle Redewendungen, auch die aus der Vor-D-Mark-Zeit wie „Wer den Pfennig nicht ehrt, ist des Talers nicht wert“ und Ähnliches.

Blumig ist Vergangenheit

Auch die blumigen Umschreibungen für Währungseinheiten sind Vergangenheit, oder gibt's Entsprechungen für Groschen, Tacken, Fuchs, Heiermann, Halbe Geige und Co.? THS

Fußgänger am Hellweg in Gefahr

Die Querungshilfen auf dem Hellweg bieten den Fußgängern keine ausreichende Sicherheit, betont das Hevener Ratsmitglied Martin Rose. Damit schließt sich der Sozialdemokrat der Kritik von Bürgern an, die nach dem tödlichen Unfall einer Seniorin in diesem Bereich kurz vor Weihnachten laut geworden ist. „Schon im Herbst 2010, als der neue Edeka Markt eröffnet wurde, hatten der SPD-Ortsverein und seine Ratsmitglieder gegenüber dem damaligen Stadtbaurat Bedenken bezüglich der Sicherheit in diesem Bereich zum Ausdruck gebracht“, erklärt der SPD-Ratsherr. Spätestens jetzt sei klar: Der Bereich gehöre auf den Prüfstand. Am Hellweg gebe es auf Höhe der Einkaufszone für die Fußgänger zwei Querungshilfen im Abstand von 60 Metern. „Ältere Menschen mit Rollatoren und Mütter mit Kinderwagen, sind dort gefährdet“, befürchtet Martin Rose. Die Abstellflächen auf den Inseln seien einfach zu knapp bemessen. Dazu komme noch, dass auf der viel befahrenen Straße ein reger Fußgänger-Betrieb herrscht: „In dem Bereich wohnen viele Senioren. Die Querungshilfen werden zudem von Grundschildern, Mitgliedern und Besucher des TuS Heven, den Kunden des Aldi- und des Edeka-Marktes, des Bäckers und der Sparkasse genutzt“, zählt der Sozialdemokrat auf.

Martin Rose regt einen Zebrastreifen an



Der Verkehrsausschussvorsitzende Martin Kuhn (SPD) ergänzt: „Außerdem ist die Fahrbahn in diesem Bereich sehr eng, der Sicherheitsabstand zwischen wartenden Fußgängern und dem fließenden Verkehr ist sehr klein.“ Aus diesem Grunde unterstütze er die aktuelle Anfrage seines Fraktionskollegen Martin Rose an die Stadtverwaltung unbedingt. Dieser möchte wissen, ob ihr die Problemsituation am Hellweg bewusst ist und welche Gegenmaßnahmen die Stadt plant. „Ist es möglich, einen Zebrastreifen zu installieren?“, wirft der Hevener Ratsherr eine konkrete Frage auf. Er möchte auch in Erfahrung bringen, ob die Einhaltung der Tempo-30-Regelung in diesem Bereich kontrolliert wird.

Traditionell fand am Kanu-Club Witten e.V. am 31.12. das Silvesterpaddeln von der DEMAG in Wetter bis zum KC Witten statt. Bei strahlendem Sonnenschein und blauem Himmel genossen die Paddler im 10er-Canadier ein tolles, durch Raureif veredeltes Panorama. Auf einer sehr flachen Ruhr erreichten die Kanuten nach ca. 1,5 Stunden das „Panoptikum“ auf dem Zeltplatz Steger, wo pausiert wurde. An der Stelle, wo das alte Bootshaus des KCW stand - an der Nachtigallstraße - wurde eine Gedenkminute eingelegt. Mit Einbruch der Dunkelheit wurde das Bootshaus an der Lakebrücke erreicht und die Tour klang gemütlich aus.

Silvesterfahrt des KCW

Traditionell fand am Kanu-Club Witten e.V. am 31.12. das Silvesterpaddeln von der DEMAG in Wetter bis zum KC Witten statt. Bei strahlendem Sonnenschein und blauem Himmel genossen die Paddler im 10er-Canadier ein tolles, durch Raureif veredeltes Panorama. Auf einer sehr flachen Ruhr erreichten die Kanuten nach ca. 1,5 Stunden das „Panoptikum“ auf dem Zeltplatz Steger, wo pausiert wurde. An der Stelle, wo das alte Bootshaus des KCW stand - an der Nachtigallstraße - wurde eine Gedenkminute eingelegt. Mit Einbruch der Dunkelheit wurde das Bootshaus an der Lakebrücke erreicht und die Tour klang gemütlich aus.



Schnuppertauchen

Schnuppertauchen für Groß und Klein im Freizeitbad Heveney.

Jeden 1. Samstag im Monat in der Zeit von 14.00 – 18.00 Uhr.

Sa., 4.2., 14-18 Uhr

Trommelkurse

Ende Januar geht's los! Musikschule bietet Trommelkurs für Jugendliche und Erwachsene mit der Cajon

Wer zu Weihnachten eine Djembe, eine Cajon oder eine andere Trommel von seinen Liebsten geschenkt bekommen hat, kann ab dem 30. Januar (Montag) bei der Musikschule sein Können vertiefen. Dann beginnt unter der Leitung von Manfred Schulz für Teilnehmer ab 15 Jahren ein Kurs mit insgesamt 11 Unterrichtsstunden, für die keine Vorkenntnisse erforderlich sind. Das Mitbringen eines eigenen Instruments ist nicht erforderlich, wäre aber schön.

Der Kurs für 6 bis 8 Teilnehmer kostet 80 Euro. Unterrichtsstunden sind in der Zeit vom 30. Januar bis zum 24. April immer montags von 18.15 Uhr bis 19.15 Uhr in der Ruhrstraße 86, Gewölbekeller 033.

Infos und Anmeldung: Kulturforum / Musikschule Haus Witten, Ruhrstraße 86. Öffnungszeiten: dienstags 12 bis 15 Uhr, donnerstags 8 bis 12 Uhr, Tel.: 581 - 2574 / 2572 / 2571, musikschule@stadt-witten.de

Trommeln erfreut sich seit vielen Jahren größter Beliebtheit...

...und ist für Personen jedes Alters geeignet. Mit speziellen Hilfsmitteln kann das Trommeln selbst ohne besondere Vorkenntnisse erlernt und einfache Rhythmen bereits nach kurzer Einübungszeit gespielt werden.

Es wird ohne Noten gespielt, wenn erwünscht, können diese auch erlernt werden. Das bevorzugte Instrument ist die Cajon. Andere Trommeln, wie Djembes oder Bongos, können auch genutzt werden.

Im Kurs werden grundlegende Schlagtechniken, rhythmische Unterteilungen und verschiedene Rhythmen erlernt. Die Teilnehmer sollen in die Lage versetzt werden, mit anderen Trommeln, anderen Instrumenten oder auch zu Musikaufnahmen zu spielen.

SUPERZWEI: „Paradies und das“

Kult auf dem
Hügel

Die beiden Hessen Jakob Friedrichs und Volker Schmidt-Bäumler sind bereits seit 1987 live unterwegs und gehören zu den Highlights der christlichen Musikszene. Ihre Bühnenshows stehen seit jeher für eine außergewöhnliche Mischung aus Musik verschiedenster Musikstile und komödiantischen Einlagen der Superlative. Über 1.000 Auftritte, 11 CD-Produktionen und eine DVD im Gepäck garantieren einen unvergesslichen Abend. Erfrischend anders und in komödiantischer Höchstform bieten sie ohrwurmtaugliche Songs und skurrile Comedy. In „Paradies und das“ geben sich Vorder-, Hinter- und Tiefgründigkeiten die Klinke in die Hand. Da umarmt die Banalität des Alltags philosophische Fragen, zwischenmenschliche Antworten und das kirchliche Dazwischen. Gerade dieses „Dazwischen“ scheint es Superzwei angetan zu haben. So erwartet die Zuhörer eine paradiesische Reise zwischen den Zeilen, ohne Plattitüde auf den Punkt gebracht – mit viel „Paradies“ und noch mehr „das“.

28. Januar



Das Immunsystem arbeitet im Winter auf Hochtouren

Gesund durch die kalte Jahreszeit: Die Abwehrkräfte stärken – Viel trinken hält auf Trab

Winterzeit ist Erkältungszeit. Das Immunsystem arbeitet besonders in den kalten Monaten auf Hochtouren und ist rund um die Uhr im Einsatz. Mit diesen Tipps können die Abwehrkräfte gestärkt werden.

Viel Trinken: Wenn in den Wohnräumen und Büros im Winter kräftig geheizt wird, trocknet nicht nur die Luft aus, sondern auch unsere Schleimhäute. Sie haben eine natürliche Barrierefunktion, die uns vor Krankheitserregern wie Bakterien und Viren schützt.

Viel Trinken hält die Schleimhäute auf Trab und ist daher besonders wichtig. Es wird empfohlen, mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit am Tag zu sich zu nehmen. Ausgewogene Ernährung: Obwohl jeder weiß, wie wichtig gesundes Essen ist, fällt uns die Umsetzung nicht immer leicht.

Dabei sollte gerade im Winter auf die Zufuhr von wichtigen Vitalstoffen wie Eisen, Zink, Folsäure, Selen, Vitamin B6, Vitamin B12, Vitamin D und Vitamin C zur Unterstützung des Immunsystems geachtet werden. Der Kreislauf wird angeregt, die Immunzellen



Die tägliche Ernährung kann mit zusätzlichen Vitaminen und Mineralstoffen zum Trinken optimiert werden.

Foto: LaVita/txn

kommen in Schwung und werden dorthin transportiert, wo sie benötigt werden. Besonders hilfreich ist Bewegung an der fri-

schen Luft: Die kühle Winterluft regt die Durchblutung an und weckt die Lebensgeister. Auch die von der trockenen Heizungsluft

geplagten Schleimhäute können sich etwas erholen. Weitere Informationen zum Thema gibt es im Internet unter www.lavita.net.txn

Bedürfnisse wahrnehmen

Gesprächskreis Demenz trifft sich in Klinik

Die Alzheimer-Gesellschaft Witten/Wetter/Herdecke veranstaltet das Treffen des „Gesprächskreises Demenz“, das am Montag, 6. Februar, von 17 bis 19 Uhr in der Geriatrischen Tagesklinik des Evangelischen Krankenhauses, Pferdebachstraße 27, stattfindet. Zielgruppe sind Angehörige von Menschen mit demenziellen Erkrankungen.

6. Februar, 17 bis 19 Uhr

Die Teilnehmer können ihre persönlichen Probleme einbringen und aus den Erfahrungen der anderen Angehörige neue Erkenntnisse gewinnen. Ziel ist es, die Belastung durch die Versorgung zu mindern, die Handlungskompetenz zu stärken, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen und Hilfen zu akzeptieren. Die Diagnose einer Demenzerkrankung ist für die Betroffenen oft schwer zu verarbeiten und kann mit vielen offenen Fragen verbunden sein. In der Beratung der Alzheimer-Gesellschaft gibt es ein offenes Ohr für alle Nöte der Betroffenen, und es wird gemeinsam überlegt, wo weitere Unterstützung zu erhalten ist.

Die Teilnahme an dem Gesprächskreis ist kostenlos. Demenziell erkrankte Angehörige können unterdessen in der Geriatrischen Tagesklinik betreut werden. Hierfür wird um vorherige Anmeldung gebeten unter Ruf 023 02/80 15 25. Der „Gesprächskreis Demenz“ trifft sich an jedem ersten Montag im Monat in der Geriatrischen Tagesklinik im Evangelischen Krankenhaus Witten.

Weitere Informationen und Anmeldungen über Waltraud Sjamken, erste Vorsitzende der Alzheimergesellschaft, unter Ruf 023 02/80 15 25 oder per E-Mail an sjamken@t-online.de

In der Gruppe offen reden

„ProPat“ sucht Verstärkung und Impulse

Die Angehörigengruppe „ProPat“ für Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen sucht Verstärkung und neue Impulse. Seit 20 Jahren trifft sich die Gruppe, ein Verein für Angehörige psychisch kranker Menschen in Witten. Die Treffen finden einmal monatlich an jedem zweiten Dienstag statt, und zwar um 18 Uhr in der Kontakt- und Beratungsstelle Viadukt an der Ruhrstraße 72.

Die Teilnehmer unterstützen sich mit gegenseitiger Hilfe und oft sehr persönlichem Erfahrungsaustausch. Die Fragen und Probleme, die auftreten, wenn ein Familienmitglied psychisch krank ist, sind vielfältig. Welche ambulanten Hilfen können in Anspruch genommen werden? Wie verläuft die Zusammenarbeit mit den Krankenhäusern und den Nervenärzten vor Ort? Wie kann ich mich selbst in Krisensituationen verhalten? Wie kann ich mich selber stärken?

Solche Fragen können im Gruppengespräch diskutiert und manchmal auch geklärt werden. Hier finden sich Eltern psychisch kranker – oft schon erwachsener – Kinder, Menschen mit einem erkrankten Ehepartner oder auch erwachsene Kinder, die mit einem psychisch kranken Elternteil aufgewachsen sind. In der Gruppe kann man offen reden, Entlastung finden und voneinander lernen. Auch über die unterschiedlichen Hilfeangebote und Anlaufstellen in Witten und Umgebung kann sich hier jeder informieren.

Referenten werden eingeladen zu Themen, die interessieren und in der besonderen familiären Situation wichtig sein können.

Bei Fragen oder dem Wunsch eines persönlichen Gesprächs kann man sich melden unter der Rufnummer 023 02/5 80 93 44.

Spätere Hochrisikopatienten frühzeitig identifizieren

Forscherteam um Dr. Kai Hensel ist mit dem NRW-Kinderherzpreis ausgezeichnet worden

Ein Forscherteam um Dr. Kai Hensel von der Universität Witten/Herdecke (UW/H) ist mit dem NRW-Kinderherzpreis ausgezeichnet worden. Die Mediziner erhielten den Preis in der Kategorie „Nachwuchs“, der mit 25 000 Euro dotiert ist.

Den Forschungspreis hat die Stiftung „Kinderherz Deutschland“ ins Leben gerufen; in diesem Jahr wurde er von NRW-Wissenschaftsministerin Svenja Schulze zum ersten Mal verliehen. Der Hauptpreis von 100 000 Euro geht ans Uniklinikum Bonn, wo erforscht wird, ob Kinder mit komplexen angeborenen Herzfehlern in großen Höhen Gefahren ausgesetzt sind.

Therapien entwickeln

Das Team um den Arzt Kai Hensel will in einem zweijährigen Projekt erforschen, wie die Herzen junger Patienten durch Diabetes und chronische Darm-Erkrankungen belastet sind, um spätere Hochrisikopatienten frühzeitig zu identifizieren und entsprechende Therapien zu entwickeln. Dafür verbinden sie Ultraschalluntersuchungen mit der Analyse von

Erbinformationen. Dr. Kai Hensel hat an der UW/H Humanmedizin studiert und arbeitet als Assistenzarzt in der Weiterbildung im Zentrum für Kinder und Jugendmedizin am „Helios Universitätsklinikum Wuppertal – Universität Witten/Herdecke“.

Einzigartiges Programm

Parallel absolviert er das „Ph.D.-Programm Biomedizin“ an der UW/H – ein einzigartiges Programm, das jungen und ambitionierten Mediziner die Chance gibt, parallel zur Facharztausbildung auch noch ein grundlagenwissenschaftliches Forschungsthema zu bearbeiten.

Sylvia Paul, Geschäftsführerin der Stiftung „Kinderherz Deutschland“, lobte bei der Verleihung die Preisträger und würdigte das Engagement des NRW-Wissenschaftsministeriums: „Der heutige Tag zeigt, wie hoch die Motivation der einzelnen Kinderherz-Spezialisten ist, die Versorgung herzkranker Kinder zu optimieren. Durch die großzügige Unterstützung des Ministeriums können unsere Preisträger nun wegweisende Forschungsvorhaben



Dr. Kai Hensel hat an der UW/H Humanmedizin studiert und arbeitet als Assistenzarzt in Weiterbildung im Zentrum für Kinder und Jugendmedizin am „Helios Universitätsklinikum Wuppertal – Universität Witten/Herdecke“.

Foto: Universität Witten/Herdecke

in die Praxis umsetzen. Es wird sichtbar, welchen enormen Förderbedarf und welche Potenziale es innerhalb der Kinderherz-Medizin gibt.“

Die Abteilung für Kinderkardiologie und Kinderpneumologie des Helios-Universitätsklinikums Wuppertal ist die einzige Einrichtung im Großraum Wuppertal für die stationäre und ambulante Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit angeborenen

Herzerkrankungen. Der Schwerpunkt liegt auf der Diagnostik und der konservativen Therapie sowie auf den verschiedenen Therapiemöglichkeiten mittels Herzkatheter-Technik. Ziel der Klinik ist es, Diagnostik, Therapie und Betreuung der Kinder und Jugendlichen optimal zu gestalten. Neben der klinischen Tätigkeit als Versorgungskrankenhauses werden hier auch Studierende der UW/H ausgebildet.

Mauzi kam nicht herunter

Eine Familie kämpfte um eine kranke Katze

Ein kleines, schwarzes Kätzchen, kläglich miauend auf dem Ast eines Baumes, viele Meter über dem Erdboden: Das beobachtete die vierzehnjährige Ronja Barat, als sie zusammen mit Vater Robert und zweien ihrer fünf Geschwister eine Fahrradtour auf dem Rheinischen Esel unternahm. Da ahnte zu der Zeit noch niemand, dass dies der Beginn einer innigen und schicksalhaften Zusammenführung sein würde.

Die Familie entdeckte das schwarze Bündelchen, als sie kurz anhielt, um das Fahrrad des zwölfjährigen Marlon zu reparieren. Plötzlich sagte Ronja: „Hört ihr das auch? Es hört sich an wie ein Baby.“ Tatsächlich handelte es sich um ein Katzen-Baby, das einige Meter weiter in den Ästen eines Baumes saß und von allein nicht mehr herunterkam. Als Vater Robert Barat das Kätzchen sah, sandte er per SMS sofort die Nachricht an seine Frau Tatjana: „Es wird wohl noch etwas dauern mit dem Abendessen“ und schickte ein „Beweisvideo“ des Kätzchens als Datei-Anhang mit.

Was dann passierte, lässt sich wohl am besten mit „mutiger Rettung in letzter Sekunde“ beschreiben. Wild entschlossen, erklimm Ronja Barat den Baum und brachte das Kätzchen heil nach unten. Das kleine Etwas sah schlimm aus: Struppig, unterernährt und alles andere als kooperativ ließ es sich zur Wohnung der Familie mitnehmen. Mutter Tatjana Barat hatte eigentlich vorgehabt, es der Tierrettung zu übergeben, doch „als die Tür aufging, sah ich nur in riesige Kuller Augen und dachte: Die kann ich nicht mehr hergeben.“ Ein Glück für Mauzi, die nun so hieß, weil sie in den ersten Tagen beinahe unablässig



Mauzi ist wieder im Kreise ihrer Familie. Alle sind glücklich – um einen hohen Preis.

sig miaute. Die achtköpfige Familie verliebte sich sofort in das hilflose Tier ohne zu ahnen, dass es ihnen noch sehr viele Sorgen bereiten würde: Mauzi war krank, sehr krank, sie war orientierungslos und hatte schwere Krämpfe. Die Familie kümmerte sich aufopferungsvoll um das Überleben von Mauzi. Einschlafen? Kam nie in Frage. Nach einer Odyssee durch Tierarztpraxen und Tierkliniken ist Mauzi wieder im Kreise ihrer Familie. Alle sind glücklich – nur: Die Arztkosten belaufen sich auf annähernd 2000 Euro, die die Familie langsam abzahlt. Die Tierfreunde Witten versuchen zu unterstützen. „Das ist auch für uns sehr viel Geld“, sagt Anne Lukas. Spenden könnten der Familie helfen.

„Herz“ des Bau-Chemiespezialisten weiter ausgebaut

Weltmarktführer investiert 100 Millionen in „Ardex-Campus“ – Gebäude wird 90 Meter hoch



Eine 90 Meter hohe Hauptverwaltung, der Ausbau der Produktion und ein neues Logistikzentrum: Unter dem Projektnamen „Ardex-Campus“ kündigte der Wittener Bauchemiespezialist Ardex heute eine Zukunftsinvestition an, die mit einem Gesamtvolumen von mehr als 100 Millionen Euro zu den größten der letzten Jahre im gesamten Ruhrgebiet gehört

Foto: Ardex

Bei der öffentlichen Vorstellung des Ardex-Vorhabens, ein für das ganze Ruhrgebiet beispielhaftes Verwaltungsgebäude zu bauen, staunten viele Besucher nicht schlecht beim Blick auf die Pläne: „Das kommt uns irgendwie bekannt vor.“

Richtig: Eine ähnlich markante Architektur ist auf dem Weg über die Unistraße in Richtung Innenstadt Bochum zu sehen. Das „Exzenterhaus“ und das noch entstehende Bauwerk in Witten stammen von demselben Architekten, nur in Bochum ist der Grundriss rund, in Witten rechteckig. Aber die Kontur beider Gebäude ist auffällig ähnlich. Ardex investiert mehr als 100 Millionen Euro in der Friedrich-Ebert-Straße – und hatte die direkten Nachbarn und interessierte Bürger zu einem Informationsabend rund um den Standortausbau eingeladen. Mit dem „Ardex-Campus“ wird die Rolle des Standorts Witten als „Herz“ der international tätigen Gruppe weiter ausgebaut.

Mehrwert für die Stadt

„Die Maßnahmen greifen dabei in das urbane Gefüge und das Stadtbild ein und bilden ihrerseits einen öffentlichen Raum. Dieser sollte auch der Stadt als Mehrwert zugutekommen“, erläuterte Gerhard Spangenberg, der Architekt, bei der Vorstellung des Projekts. Der Ausgangspunkt für das städtebauliche Konzept sind die bestehenden Ardex-Gebäude. „Die historische Villa steht für Traditionsbewusstsein, das 2011 eröffnete Informationszentrum für Kundennähe und Ausbildung, das Ende 2015 in Betrieb genommene Forschungs- und Entwicklungszentrum für Innovation“, sagte Gerhard Spangenberg. Das neue Areal mit dem Verwaltungsturm als Zentrum verbinde diese Elemente und stehe zugleich für die Zukunftsorientierung von Ardex.

Höchster Neubau seit mehr als zehn Jahren

Den Mittelpunkt des geplanten Ardex-Campus bildet der neue, 24-geschossige Verwaltungsturm – dank seiner spektakulären Architektur ein echter „Hingucker“, der höchste Neubau im Ruhrgebiet seit mehr als zehn Jahren. Er soll 2020 bezugsreif sein und eine Fläche von 10 000 Quadratmetern haben. „Das bestehende Gebäude aus den 60er-Jahren platzt schon heute aus allen Nähten, da die Zahl unserer Mitarbeiter stark gewachsen ist. Für die Zukunft rechnen wir mit weiterem Wachstum“, sagt Mark Eslamlooy, Geschäftsführer (Chief Executive Officer, „CEO“) der Ardex-Gruppe. 2015 hatte der Umsatz des Wittener Bauchemiespezialisten um mehr als 18 Prozent auf 650 Millionen Euro zugelegt. Für 2016 ist Mark Eslamlooy zufolge ebenfalls ein Umsatzplus absehbar.

Verkehrsentlastung und Schallschutz

Mark Eslamlooy und Dr. Hubert Motzet von der Ardex-Geschäftsleitung informierten auch über Verkehrsentlastung und verbesserten Schallschutz für Anwohner. „Uns ist es wichtig, dass wir früh mit den Anwohnern ins Gespräch kommen“, sagte Mark Eslamlooy. Bei der Planung legt Ardex großen Wert auf ein Gesamtkonzept und eine Verbesserung der Arbeitsbedingungen. Dazu gehören die Modernisierung des gesamten Ardex-Areals an der Friedrich-Ebert-Straße und die Einbindung der bestehenden Gebäude in den neuen Ardex-Campus. Alle Gebäude – auch für Logistik und Produktion – werden, einem städtebaulichen Konzept folgend, harmonisch aufeinander abgestimmt.

Die „Ardex GmbH“ ist einer der Weltmarktführer bei hochwertigen bauchemischen Spezialbaustoffen. Als Gesellschaft in Familienbesitz verfolgt das Unternehmen seit mehr als 65 Jahren einen nachhaltigen Wachstumskurs. Die Ardex-Gruppe beschäftigt heute über 2 500 Mitarbeiter und ist in mehr als 50 Ländern auf allen Kontinenten präsent, im Kernmarkt Europa nahezu flächendeckend. Mit ihren 13 großen Marken erwirtschaftet Ardex weltweit einen Gesamtumsatz von mehr als 650 Millionen Euro.

Schöne Pokale für F-Junioren

TuS veranstaltet „1. Stockumer WinterCup“

Der TuS Stockum veranstaltet für die G-Junioren, F2-Junioren und F-Junioren den „1. Stockumer WinterCup“, und zwar am Samstag und Sonntag, 14. und 15. Januar, in der Sporthalle an der Pferdebachstraße 253.

Gespielt wird auf Handballtore und nach den aktuellen Hallenregeln des Fußball- und Leichtathletikverbandes Westfalen (FLVW) und des Fußball-Kreises Bochum. Bei den F-Junioren wird es für die Plätze 1 bis 4 schöne Pokale geben. Bei den G-Junioren werden keine Plätze ausgespielt. Die Begegnungen werden gemischt, so dass es keine Tabelle gibt. In dieser Altersgruppe gibt es nur Sieger. Die Termine: F2-Junioren, Samstag, 12 bis 16.30 Uhr; G-Junioren, Sonntag, 10 bis 12.30 Uhr; F1-Junioren, Sonntag, 13.30 bis 18 Uhr.

CHRISTINA KRÖGER

HAIR

Style



Öffnungszeiten: Mo. geschlossen • Di.–Fr. 8.30–18.00 Uhr • Sa. 8.00–13.00 Uhr
Hörder Straße 334 • 58454 Witten • Telefon: 0 23 02/47 47 6

Im Lauf des Jahres kommt so ein Betrag zusammen

Die Stockumer Kleiderkammer spendet ihre Einnahmen an Caritas, Schule und Tafel

Acht Frauen und ein Mann treffen sich abwechselnd einmal in der Woche in den Kellerräumen unter dem katholischen Gemeindezentrum St.-Maximilian-Kolbe, um Kleider an jedermann auszugeben.

Gegen eine kleine Gebühr gibt es dort Hemden, Sakkos, Hosen, Anzüge, Jacken und Mäntel für Erwachsene und Kinder. Im Lauf des Jahres kommt so ein Betrag zusammen, den die Mitarbeiter der Kleiderkammer Stockum in diesem Jahr dem Caritas-Verband Witten (1000 Euro), der Wittener Tafel (800 Euro) und der Harkortschule (300 Euro) gespendet haben.

„Es ist eine Wahnsinnssumme“, freut sich Jürgen Golnik, Leiter der Wittener Tafel bei der Scheckübergabe. „Wir planen den Erwerb eines neuen Kühlfahrzeugs. Das ist für unseren Verein extrem teuer, deshalb freuen wir uns über jede Spende, die wir bekommen“. Die Wittener Tafel sammelt überschüssige Lebens-



Scheckübergabe in Räumen der Kleiderkammer Stockum: (v.l.) Marita Mutschler (kfd Stockum), Jürgen Golnik (Leiter der Wittener Tafel), Beate Wentzel, Heidrun Breuker-Siraj, Sigrid Woiczikowski, Maria Vöbel, Brigitte Redeker, Brigitte Altgeld, Silja Preuß (Harkortschule), Peter Hötzel und Barbara Enning.

Foto: Kleiderkammer Stockum

mittel bei den Erzeugern und in Lebensmittelgeschäften ein und verteilt diese an bedürftige Mitmenschen. Bedürftigen Kindern im Stadtteil kommt der zweite Scheck zugute, den die Lehrerin

Silja Preuß von der Harkortschule entgegennahm. Einige Kinder können an Ausflügen nicht teilnehmen oder die nötigen Arbeitsmaterialien beschaffen, weil ihre Eltern gerade nicht das nö-

tige Geld haben, dann springt schon mal die Schule ein, berichtet die Lehrerin während des Treffens. Dienstags von 15 bis 17.30 Uhr öffnen die Ehrenamtler die Tür für die Besucher.

Medaillen für Lange

Beim „3. Internationalen Zag-Junior-Cup“ in Hannover konnte der 13-jährige Stockumer Bundeskader-Turner Jendrik Lange mit 5 mal Gold und 2 mal Silber einen nicht zu erwartenden persönlichen Turnerfolg zum Ende der Saison für sich verbuchen. In seiner Altersklasse waren 12 Teilnehmer aus dem Bundesgebiet an den Geräten. Trainer Shalva Dalakishvili hatte seinen Schützling hervorragend vorbereitet.

Wie man Geschichte entwickelt und vorträgt

Im Gemeindezentrum findet der Kurs „Freies Erzählen“ statt

Der Kurs „Freies Erzählen“ beginnt am Freitag, 20. Januar, im Gemeindezentrum St. Maximilian Kolbe an der Hölder Straße 364. Eine Anmeldung ist erforderlich. Die Pfarrei Heiligste Dreifaltigkeit bietet im Rahmen der Bildungseinrichtung „Bildpunkt“ den Kurs „Freies Erzählen“ an. Unter der Leitung von Erzähler André Wülfig aus Dortmund

können Erwachsene jeden Alters bis Sonntag, 22. Januar, lernen, wie man eine Geschichte entwickelt und fesselnd vorträgt. Der

Kurs im Gemeindezentrum beginnt um 19 Uhr und endet am Sonntag um 17 Uhr und kostet 20 Euro. Am Mittwoch, 25. Januar, kann das Erlernte bereits vor Publikum im „KUKloch“ ausprobiert werden. Der Kurs wird vom 24. bis 26. März dieses Jahres nochmals angeboten. Infos und Anmeldung bei Dieter Fender unter der Telefonnummer 0 23 02/80 09 82.

**BILDUNGS
PUNKT**
GOTT UND DIE WELT.

Bei regelmäßiger Teilnahme gewährt Kasse ein Bonus

Vorsorgeuntersuchung: Informationen für Versicherte zu Beginn eines Kalenderjahres

„Die Früherkennung von bestimmten Krankheiten und Krankheitsrisiken ist ein wesentlicher Bestandteil der Prävention. Das Ziel: das Auftreten von Erkrankungen und Behinderungen möglichst früh erkennen, denn im Anfangsstadium können Behandlungs- und Heilungsmöglichkeiten besser sein“, schreibt das Bundesgesundheitsministerium zum Thema.

Auch bei Kindern und Jugendlichen seien Vorsorge- beziehungsweise Früherkennungsuntersuchungen sinnvoll. Bestimmte Erkrankungen, Gesundheitsrisiken und Fehlentwicklungen könnten so möglichst frühzeitig erkannt und ihnen durch früh einsetzende Behandlung entgegengewirkt werden.

Gegenüber den Untersuchungen bei Erwachsenen haben Untersuchungen bei Kindern und Jugendlichen vor allem das Ziel, neben Erkrankungen auch Entwicklungsverzögerungen oder -gefährdungen

rechtzeitig zu erkennen und gegebenenfalls erforderliche Maßnahmen zur Frühbehandlung und Frühförderung einzuleiten.

Mit Inkrafttreten des Präventionsgesetzes im Juli 2016 haben Kinder und Jugendliche nunmehr bis zur Vollendung ihres 18. Lebensjahres Anspruch auf die entsprechenden, vom gemeinsamen Bundesausschuss festgelegten Untersuchungen (dies sind aktuell die U1 bis U9, inklusive U7a, sowie J1).

Diabetes mellitus

Darüber hinaus gibt es derzeit eine Reihe weiterer Früherkennungsuntersuchungen für Erwachsene, um bestimmte Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) sowie einige Krebsarten rechtzeitig zu erkennen und möglichst erfolgreich behandeln zu können.

Neben dem sogenannten „Check-up 35“ gehören verschiedene Krebsfrüherkennungsuntersuchungen, zum Beispiel auf Darm-, Brust- und Gebärmutterhalskrebs, zum Leistungskatalog der gesetzlichen

Krankenkassen. Um die Menschen besser zu erreichen, sollen sie zukünftig persönlich beziehungsweise schriftlich zur Früherkennung von Darmkrebs und Gebärmutterhalskrebs eingeladen werden. Bisher gibt es ein vergleichbares Einladungsverfahren nur beim Mammografie-Screening.

Dabei werden bei der Untersuchung zukünftig zum Beispiel gesundheitliche Belastungen und Risikofaktoren, wie Bewegungsmangel und Übergewicht, verstärkt erfasst sowie der Impfstatus überprüft.

Anhand der Untersuchungsergebnisse können Ärzte den Versicherten individuelle Maßnahmen zur Primärprävention, zum Beispiel Kurse zur Bewegung, Ernährung oder Stressbewältigung, empfehlen und hierzu ab 2017 eine ärztliche Bescheinigung ausstellen. Die Bescheinigung dient den Krankenkassen als eine wichtige Grundlage für die Entscheidung über die Gewährung von Präventionsmaßnahmen.

Alle vom gemeinsamen Bundesausschuss (G-BA) in seinen Richtlini-

en empfohlenen Früherkennungsuntersuchungen werden von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet - sie sind generell zuzahlungsfrei. Manche Krankenkassen bieten darüber hinaus zuzahlungsfreie Untersuchungen an.

Wenn Versicherte regelmäßig an der Früherkennung teilnehmen, kann ihre Krankenkasse ihnen dafür einen Bonus gewähren. Zudem sind die Krankenkassen verpflichtet, ihre Versicherten zu Beginn eines Kalenderjahres über alle Früherkennungsmaßnahmen zu informieren.

Ein wichtiger Baustein bei der Vorsorge ist die Krebsfrüherkennung.

Diese Untersuchungen werden von der gesetzlichen Krankenversicherung (GKV) erstattet: Gebärmutterhalskrebs: jährliche Genitaluntersuchung für **Frauen ab 20 Jahre**. Die Untersuchung umfasst Fragen nach Veränderungen und Beschwerden und eine gezielte Untersuchung mit anschließender Beratung. Brustkrebs: jährliche Brust-

untersuchung für **Frauen ab 30 Jahre**; alle zwei Jahre Mammografie-Screening für Frauen im Alter **von 50 bis 69 Jahre**. Das Screening umfasst eine schriftliche Einladung mit Informationsblatt und Mammografie, Doppelbefundung der Röntgenaufnahmen durch zwei unabhängige Untersucher, Befundmitteilung innerhalb von sieben Werktagen. Im Falle eines verdächtigen Befundes erfolgt eine Einladung zur weiteren diagnostischen Abklärung.

Allgemeiner Check-up

Hautkrebs: Screening alle zwei Jahre für **Männer und Frauen ab 35 Jahre**. Es soll, wenn möglich, in Verbindung mit der zweijährlichen Gesundheitsuntersuchung (Check-up) durchgeführt werden. Prostatakrebs: jährliche Genitaluntersuchung für **Männer ab 45 Jahre**. Darmkrebs: jährliche Dickdarm- und Rektumuntersuchung für Männer und Frauen im Alter **von 50 bis 54 Jahre**, Darmspiegelung für Männer und **Frauen ab 55 Jahre**, zwei Untersuchungen im Abstand von zehn Jahren.

Aber auch ohne konkreten Un-

tersuchungsgegenstand übernehmen die Kassen einen allgemeinen Check-up alle zwei Jahre für **Männer und Frauen ab 35 Jahre**. Der Check-up dient der Früherkennung insbesondere von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus und Nierenerkrankungen.

Er umfasst Fragen nach Beschwerden, insbesondere die Erfassung des persönlichen Risikos, zum Beispiel durch Rauchen oder wegen Übergewichts, körperliche Untersuchung (Ganzkörperstatus) einschließlich Messung des Blutdrucks und Laboruntersuchung aus dem Blut: Gesamtcholesterin, Glukose aus dem Urin (Eiweiß, Glukose, rote und weiße Blutkörperchen), Harnstreifentest und Beratung über das Ergebnis. Kassenleistungen gibt's auch für Untersuchung auf Zahn-, Mund- und Kieferkrankheiten bei Kindern und Jugendlichen, und zwar dreimal für **Kinder bis 6 Jahre**, wobei die erste Untersuchung in der Regel im dritten Lebensjahr stattfindet. Kinder und Jugendliche im Alter **von 6 bis 18 Jahre** werden einmal im Halbjahr untersucht.



Vorsorgeuntersuchungen sollten laut Gesundheitsministerium schon im Kindesalter beginnen, damit man im Alter das Leben möglichst unbeschwert genießen kann. Foto: IngImage.com



Phytohustil Husten-reizstiller Sirup*

Beruhigt die gereizte Rachenschleimhaut, 150 ml

Entspricht € 4,86 pro 100 ml

Wirkstoff: Eibischwurzel-Auszug. **Anwendungsgebiet:** Bei Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und damit verbundenen trockenen Reizhusten. Bei Beschwerden, die länger als drei Tage anhalten oder sich verschlimmern, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Wartungshinweis: Enthält 1,1 Vol.-% Alkohol sowie Methyl-4-hydroxybenzoesäure und Propyl-4-hydroxybenzoesäure und Saccharose (Zucker).

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

7,29 € Aktionspreis!

ABC Wärme-Pflaster*

Zuverlässige Wärmewirkung, extra dünnes Pflaster für hohen Tragekomfort und Bewegungsfreiheit, 2 Stück

UVP** € 5,90

4,69 € 1,21 gespart!

Wirkstoff: Cayennepflaster-Dickextrakt. **Anwendungsgebiete:** Zur äußerlichen Behandlung zur Linderung von Muskelschmerzen, z. B. Schmerzen im unteren Rückenbereich.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Artelac Splash EDO Augentropfen*

Wohltuende Befeuchtung für trockene, müde und gestresste Augen in praktischen Ein-Dosis-Optikolen (EDO), für Kontaktlinsenträger geeignet, 10 x 0,5 ml

UVP** € 8,29

5,79 € 2,50 gespart!

* Medizinprodukt. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Isla Moos Pastillen*

Die pflanzlichen Inhaltsstoffe wirken wohltuend gegen Hustenreiz und Heiserkeit, für Erwachsene und Kinder ab 4 Jahren, 30 Pastillen

UVP** € 4,97

3,29 € 1,68 gespart!

* Medizinprodukt. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Bepanthol Lippencreme

Unterstützt den Wiederaufbau der Hautschutzbarriere, Ihre Lippen werden wieder sanft und glatt, 7,5 g

3,59 € Aktionspreis!

Avène Cleanance Reinigungsgel

Zur Gesichts- und Körperreinigung von fettiger Haut und Aknehaut, reinigt die Haut sanft von überschüssigem Talg und abgestorbenen Hornschüppchen, 200 ml

UVP** € 13,90

11,49 € 2,41 gespart!

Entspricht € 5,74 pro 100 ml

Eucerin Trockene Haut Hyal-Urea Tagescreme

Versorgt die Haut intensiv mit Feuchtigkeit und mindert Trockenheitsfalten und ausgeprägte Falten durch 5% Urea und Hyaluronsäure, 50 ml

UVP** € 28,95

23,69 € 5,26 gespart!

Entspricht € 47,38 pro 100 ml

Eucerin UreaRepair Original Waschfluid 5%

Mildes, waschaktives Reinigungsfluid mit Feuchtigkeitspendender Urea und Lactat, verringert das Auswaschen hautteigener Feuchthaltefaktoren, wirkt hautberuhigend und juckreizlindernd, 400 ml

UVP** € 14,90

12,39 € 2,51 gespart!

Entspricht € 30,97 pro Liter

Eucerin UreaRepair Original Lotion 10%

Die reichhaltige Lotion spendet intensiv Feuchtigkeit und beruhigt selbst extrem trockene, juckende und schuppige Haut, für den gesamten Körper geeignet, 250 ml

UVP** € 17,45

13,99 € 3,46 gespart!

Entspricht € 5,59 pro 100 ml



Wir wünschen Ihnen ein gesundes und erfolgreiches Jahr 2017! Ihr Team der Apotheke im real,-

Gegen Abgabe dieser Gutscheine bis zum 31.01.2017 erhalten Sie

Solvohexal überzogene Tabletten*

Kann in der kalten Jahreszeit dabei helfen, bei Schnupfen und Erkältung dickflüssigen Schleim zu lösen, 20 Stück

AAP** € 8,98

6,79 € 2,19 gespart!

Wirkstoffe: 1. überzogene Tablette enthält Eriactin-Pulver 12 mg, Eisenkraut-Pulver 36 mg, Garenkraut-Pulver 36 mg, Holunderblüten-Pulver 36 mg, Schlüsselblüten-Pulver 36 mg, Klee-Pulver 36 mg. **Anwendungsgebiete:** Solvohexal überzogene Tabletten sind ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Unterstützung der Schleimlösung bei Erkältungen mit Schnupfen. Die Anwendung erfolgt nach Packungsbeilage. **Wartungshinweis:** Enthält Saccharose (Zucker) und Glucose. **Anwendung:** Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei der Unterstützung der Schleimlösung bei Erkältungen mit Schnupfen ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Doc Ibuprofen Schmerzgel*

Zur äußerlichen Behandlung von Schwellungen oder Entzündungen der gelenknahen Weichteile, entzündungshemmend, schmerzlindernd, 100 g

AAP** € 13,90

9,69 € 4,21 gespart!

Wirkstoff: Ibuprofen. **Anwendungsgebiete:** Zur alleinigen oder unterstützenden äußerlichen Behandlung bei Schwellungen bzw. Entzündung der gelenknahen Weichteile (z.B. Schleimbeutel, Sehnen, Sehnenansätze, Bänder und Gelenkkapseln), Sport- und Allergiereizungen wie Prellungen, Verstauchungen, Zerrungen. **Anwendung:** Auftragen auf die betroffene Stelle. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Aspirin Complex*

Bei Schnupfen mit erkältungsbedingten Schmerzen und Fieber, 10 Beutel

AAP** € 8,98

6,79 € 2,19 gespart!

Wirkstoffe: Acetylsalicylsäure und Pseudoephedrin-Hydrochlorid. **Anwendungsgebiete:** Zur symptomatischen Behandlung von Erkältungskrankheiten mit Nasen- und Kopfschmerzen, Fieber, Muskelschmerzen, Kopfschmerzen, Grippe, Infekten. **Hinweis:** Nehmen Sie dieses Arzneimittel ohne ärztlichen Rat nicht länger als 3 Tage ein. Enthält 2 g Saccharose (Zucker) pro Beutel. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Ibu-Lysin ratiopharm 684 mg*

Zur symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen und/oder Fieber, für Kinder ab ca. 6 Jahren, Jugendliche und Erwachsene, 20 Filmtabletten

AAP** € 8,75

5,89 € 2,86 gespart!

Wirkstoff: Ibuprofen-PL-Lysin (1:1). **Anwendungsgebiete:** Leichte bis mäßig starke Schmerzen, Fieber. **Hinweis:** Bei Kindern ab 6 Jahren nur bei akuten Schmerzen anwenden. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Aspirin Complex*

Bei Schnupfen mit erkältungsbedingten Schmerzen und Fieber, 10 Beutel

AAP** € 8,98

6,79 € 2,19 gespart!

Wirkstoffe: Acetylsalicylsäure und Pseudoephedrin-Hydrochlorid. **Anwendungsgebiete:** Zur symptomatischen Behandlung von Erkältungskrankheiten mit Nasen- und Kopfschmerzen, Fieber, Muskelschmerzen, Kopfschmerzen, Grippe, Infekten. **Hinweis:** Nehmen Sie dieses Arzneimittel ohne ärztlichen Rat nicht länger als 3 Tage ein. Enthält 2 g Saccharose (Zucker) pro Beutel. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Ibu-Lysin ratiopharm 684 mg*

Zur symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen und/oder Fieber, für Kinder ab ca. 6 Jahren, Jugendliche und Erwachsene, 20 Filmtabletten

AAP** € 8,75

5,89 € 2,86 gespart!

Wirkstoff: Ibuprofen-PL-Lysin (1:1). **Anwendungsgebiete:** Leichte bis mäßig starke Schmerzen, Fieber. **Hinweis:** Bei Kindern ab 6 Jahren nur bei akuten Schmerzen anwenden. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Aspirin Complex*

Bei Schnupfen mit erkältungsbedingten Schmerzen und Fieber, 10 Beutel

AAP** € 8,98

6,79 € 2,19 gespart!

Wirkstoffe: Acetylsalicylsäure und Pseudoephedrin-Hydrochlorid. **Anwendungsgebiete:** Zur symptomatischen Behandlung von Erkältungskrankheiten mit Nasen- und Kopfschmerzen, Fieber, Muskelschmerzen, Kopfschmerzen, Grippe, Infekten. **Hinweis:** Nehmen Sie dieses Arzneimittel ohne ärztlichen Rat nicht länger als 3 Tage ein. Enthält 2 g Saccharose (Zucker) pro Beutel. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

Ibu-Lysin ratiopharm 684 mg*

Zur symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen und/oder Fieber, für Kinder ab ca. 6 Jahren, Jugendliche und Erwachsene, 20 Filmtabletten

AAP** € 8,75

5,89 € 2,86 gespart!

Wirkstoff: Ibuprofen-PL-Lysin (1:1). **Anwendungsgebiete:** Leichte bis mäßig starke Schmerzen, Fieber. **Hinweis:** Bei Kindern ab 6 Jahren nur bei akuten Schmerzen anwenden. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

* Arzneimittel. Aus gesetzlichen Gründen kein Aktions-Coupon möglich.

1) UVP = Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. ** Der AAP (Apothekenabgabepreis) ist keine verbindliche Preisempfehlung der Hersteller. AAP = der für den Fall der Abgabe zu Lasten der gesetzlichen Krankenversicherung (KK) vom pharmazeutischen Unternehmer zum Zwecke der Abrechnung der Apotheken mit den Krankenkassen gegenüber der Informationsstelle für Arzneispezialitäten GmbH (IFA) angegebene einheitliche Produkt-Abgabepreis im Sinne des § 78 Abs. 3 S. 1, 2. HS AMG, der von der KK im Ausnahmefall der Erstattung abzüglich 5% Rabatt an die Apotheke ausbezahlt wird. (Stand 05.12.2016) - Angebot gültig vom 02.01. bis 31.01.2017 - Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen, solange Vorrat reicht - Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung! - Änderungen vorbehalten! Preise in Euro inkl. MwSt. - # Verschreibungspflichtige Medikamente und Produkte sind von dieser Aktion ausgeschlossen.

Im Winter besonders auf Vitamin D achten

txn. Im Herbst und Winter ist die körpereigene Produktion von Vitamin D eingeschränkt.

Foto: LaVita/txn

Insgesamt 82 Prozent der Männer und 91 Prozent der Frauen erreichen die empfohlene tägliche Zufuhr von Vitamin D nicht. Das ergab eine Nationale Verzehrstudie des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft. Dabei ist Vitamin D gerade im Winter besonders wichtig für die Gesundheit, denn es unterstützt die Funktion des Immunsystems und darüber hinaus den Erhalt von Knochen, Gelenken und Muskeln. Somit ist es besonders auch für Senioren und Kinder relevant.

Der Körper ist in der Lage, rund 80 Prozent des Vitamin-D-Bedarfs mit Hilfe des Sonnenlichts über die Haut selbst herzustellen. Doch das hört sich einfacher an, als es ist: Denn in den Monaten von Oktober bis März steht die Sonne so tief, dass die wichtige UV-B-Strahlung durch die Atmosphäre herausgefiltert wird und eine ausreichende Produktion nur eingeschränkt möglich ist. Zwar kann ein Teil der Vitamin-D-Versorgung auch über die Ernährung gedeckt werden, doch das Angebot an Lebensmitteln, die Vitamin D beinhalten, ist überschaubar und nicht jedermanns Geschmack. Experten empfehlen daher besonders im Winter die Einnahme von zusätzlichem Vitamin D.

Die Auswahl an entsprechenden Präparaten ist groß und Verbraucher haben hier oft die Qual der Wahl – angefangen bei der Darreichungsform als Tabletten, Kapseln oder in flüssiger Form bis hin zu Produkten mit einzelnen Vitaminen oder komplexen Präparaten. Der Präventionsexperte Roger Eisen erklärt: „Der Körper kann die Vitamine in flüssiger Form besser verwerten. Denn so werden sie zum Teil bereits über die Schleimhäute aufgenommen“. Die Internationale Gesellschaft für angewandte Präventionsmedizin e.V. (i-gap) empfiehlt nach einer umfassenden Produktanalyse das Saftkonzentrat LaVita „aufgrund seiner komplexen und vollkommen natürlichen Zusammensetzung uneingeschränkt zur Mikronährstoff-Basisversorgung“. LaVita vereint über 70 Lebensmittel wie Obst, Gemüse, Kräuter und Öle. In einer speziellen Rezeptur liefert es nicht nur Vitamin D in wissenschaftlich fundierter Dosierung, sondern auch alle weiteren wichtigen Vitamine und Mineralstoffe in ihrem natürlichen Umfeld. Damit schafft LaVita die Basis für einen gesunden und starken Organismus. So kann der Winter kommen. Weitere Informationen zum Thema gibt es im Internet unter www.lavita.net.

txn

Bedürfnisse wahrnehmen

Gesprächskreis Demenz trifft sich in Klinik

Die Alzheimer-Gesellschaft Witten/Wetter/Herdecke veranstaltet das Treffen des „Gesprächskreises Demenz“, das am Montag, 6. Februar, von 17 bis 19 Uhr in der Geriatrischen Tagesklinik des Evangelischen Krankenhauses, Pferdebachstraße 27, stattfindet. Zielgruppe sind Angehörige von Menschen mit demenziellen Erkrankungen.

Die Teilnehmer können ihre persönlichen Probleme einbringen und aus den Erfahrungen der anderen Angehörige neue Erkenntnisse gewinnen. Ziel ist es, die Belastung durch die Versorgung zu mindern, die Handlungskompetenz zu stärken, eigene Bedürfnisse wahrzunehmen und Hilfen zu akzeptieren. Die Diagnose einer Demenzerkrankung ist für die Betroffenen oft schwer zu verarbeiten und kann mit

vielen offenen Fragen verbunden sein. In der Beratung der Alzheimer-Gesellschaft gibt es ein offenes Ohr für alle Nöte der Betroffenen, und es wird gemeinsam überlegt, wo weitere Unterstützung zu erhalten ist.

Die Teilnahme an dem Gesprächskreis ist kostenlos. Demenziell erkrankte Angehörige können unterdessen in der Geriatrischen Tagesklinik betreut werden. Hierfür wird um vorherige Anmeldung gebeten unter Ruf 023 02/80 15 25. Der „Gesprächskreis Demenz“ trifft sich an jedem ersten Montag im Monat in der Geriatrischen Tagesklinik im Evangelischen Krankenhaus Witten.

Weitere Informationen und Anmeldungen über Waltraud Sjamken, Erste Vorsitzende der Alzheimergesellschaft, unter Ruf 023 02/80 15 25 oder per E-Mail an sjamken@t-online.de

6. Februar, 17 bis 19 Uhr

Image
Nächster Erscheinungstermin:

**Donnerstag,
2.2.2017**
**Anzeigenschluss:
Freitag, 20.1.2017**

MUT INSTITUT Witten

Psychologische Beratung
Psychotherapie
Stressbewältigung/Burnout Prävention
Heilhypnose
Januaraktion: Erstgespräch kostenfrei!

Bettina Voigt
Heilpraktikerin Psychotherapie
Stressmanagementtrainerin

Fachberatung
in Krisen- und
Konfliktsituationen

Ab Februar
Präventionskurs:
„Stressbewältigung –
Mut zu mehr Balance“
wird bis zu 80% von
den Krankenkassen
bezuschusst.

Ruhrstraße 91 • 58452 Witten • ☎ 02302-43899800 • kontakt@mut-institut-witten.de • www.mut-institut-witten.de

Das MUT INSTITUT Witten möchte Ihren Mut anregen, den Kreis der Gewohnheit zu verlassen.

- Anzeige -

Manchmal scheint es schwer oder gar unmöglich aus eigener Kraft Probleme, Konflikte und Krisen zu bewältigen – Betroffene finden im Mut Institut Witten umfassende Beratung.

STRESS • ERSCHÖPFUNG • BURNOUT • DEPRESSION
nehmen leider immer mehr Einzug in unseren heutigen Alltag. Diese Zustände körperlicher, emotionaler und geistiger Erschöpfung können zu chronischen Erkrankungen führen, die starke Auswirkungen auf alle Lebensbereiche haben. Und können uns – bewusst oder unbewusst – in der Effektivität unserer Leistungen hindern. Daher erfolgt Stressbewältigungs-Therapie im Mut Institut sehr Witten individuell in einem integrativen multimodalen Stressbewältigungskonzept. Ich vergleiche den Menschen oft mit einem Mobilé so Inhaberin Bettina

Voigt: ist alles am richtigen Platz, dann ist alles beweglich, gut austariert und hält auch was aus. Zieht man an einer Stelle, hat das überall Auswirkungen, ist an einer Stelle etwas verheddert, funktioniert das ganze System nicht mehr. Dann braucht es Unterstützung von außen, um die Balance wieder herzustellen. Dieser Prozess muss nicht zwangsläufig viele Stunden dauern – oft genügen wenige Sitzungen, um eigene Stärken (wieder) zu entdecken und neue Handlungsmöglichkeiten zu finden.

• HEILHYPNOSE

Neben der psychologischen Beratung wendet Bettina Voigt oft auch ergänzend die Heilhypnose an, um tiefliegende Blockaden zu lösen und Ressourcen zu aktivieren, aber auch um ihre Klientinnen und Klienten bei der Raucherentwöhnung oder Gewichtsabnahme zu unterstützen.

In der Gruppe offen reden „ProPat“ sucht Verstärkung und Impulse

Die Angehörigengruppe „ProPat“ für Angehörige von Menschen mit psychischen Erkrankungen sucht Verstärkung und neue Impulse. Seit 20 Jahren trifft sich die Gruppe, ein Verein für Angehörige psychisch kranker Menschen in Witten. Die Treffen finden einmal monatlich an jedem zweiten Dienstag statt, und zwar um 18 Uhr in der Kontakt- und Beratungsstelle Viadukt an der Ruhrstraße 72.

Die Teilnehmer unterstützen sich mit gegenseitiger Hilfe und oft sehr persönlichem Erfahrungsaustausch. Die Fragen und Probleme, die auftreten, wenn ein Familienmitglied psychisch krank ist, sind vielfältig. Welche ambulanten Hilfen können in Anspruch genommen werden? Wie verläuft die Zusammenarbeit mit den Krankenhäusern und den Nervenärzten vor Ort? Wie kann ich mich selbst in Krisensituationen verhalten? Wie kann ich mich selber stärken?

Solche Fragen können im Gruppengespräch diskutiert und manchmal auch geklärt werden. Hier finden sich Eltern psychisch kranker – oft schon erwachsener – Kinder, Menschen mit einem erkrankten Ehepartner oder auch erwachsene Kinder, die mit

einem psychisch kranken Elternteil aufgewachsen sind. In der Gruppe kann man offen reden, Entlastung finden und voneinander lernen. Auch über die unterschiedlichen Hilfeangebote und Anlaufstellen in Witten und Umgebung kann sich hier jeder informieren. Referenten werden eingeladen zu Themen, die interessieren und in der besonderen familiären Situation wichtig sein können. Bei Fragen oder dem Wunsch eines persönlichen Gespräches kann man sich melden unter der Rufnummer 023 02/5 80 93 44.

Ihre persönlichen Hörberater in Witten



Pilar Schauten
Witten



Marcel Jakobs
Witten



Songül Yanik-Yarimbaz
Witten



Andreas Kosch
Herbede

Individuelle Beratung rund ums Hören im Fachgeschäft

Bahnhofstraße 55 • 58452 Witten • Telefon 02302/54791
Vormholzer Straße 2 • 58456 Witten-Herbede • Telefon 02302/9730855
www.hoergeraete-steneberg.de

**HÖRGERÄTE
STENEBERG**
Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik
in Witten und Herbede



So funktioniert die Pflegereform

Broschüre der Caritas in Witten klärt die Regelungen des neuen Pflegeversicherungsgesetzes, die am 1. Januar in Kraft treten.

„So funktioniert die Pflegereform“ lautet der Titel einer neuen Broschüre, die die Änderungen in der Pflege ab dem 1. Januar 2017 erklärt. Herausgeber ist die Wittener Caritas. „Die Broschüre gibt auf wenigen Seiten einen strukturierten Überblick über die Neuerungen der Pflegeversicherung“, erklärt Andreas Waning, Pflegewissenschaftler bei der Caritas. „Im Kern geht es bei der Reform um einen neuen Begriff von Pflegebedürftigkeit und die Frage, wie selbstständig ein Mensch ist“, ergänzt Verena Bonomo, Caritas-Pflegeberaterin.

Grundsätzlich gelte: Niemand, der jetzt pflegebedürftig im Sinne des Pflegeversicherungsgesetzes (SGB XI) ist und einer der drei Pflegestufen zugeordnet wurde, erhält weniger als vorher. Alte Regelungen genießen Bestandsschutz. Die größte Umstellung: Statt in drei Pflegestufen wird der individuelle Pflegebedarf künftig in fünf Pflegegraden erfasst. Zur Einstufung beurteilt der Medizinische Dienst der Krankenkassen sechs Bereiche: Mobilität, geistige und kommunikative Fähigkeiten, Verhalten, Selbstversorgung, Umgang mit Erkrankungen und Belastungen sowie soziale Kontakte. Eine Überleitung aus den bisherigen Pflegestufen in die zukünftigen Pflegegrade bringe zunächst keine Nachteile für die individuelle Zuzahlung eines pflegebedürftigen Heimbewohners, so Andreas Waning. Ein Blick in die Details zeigt aber, wie wichtig eine individuelle Beratung ist. Denn für den Personenkreis der sogenannten Pflegestufe „0“ kann es im Einzelfall ab 2017 zu höheren Zuzahlungen kommen. Die Kunden von ambulanten Pflegediensten erhalten zukünftig in den fünf Pflegegraden mehr Geld, um Pflegeleistungen zu finanzieren.

Die Broschüre wird von der Wittener Caritas herausgegeben. „Sie liefert Patienten oder deren Angehörigen Basiswissen und gibt hilfreiche Tipps“, sagt Verena Bonomo. Erklärt wird auch, wie ein Pflegetagebuch geführt werden kann, um sich auf die Begutachtung zur Pflegebedürftigkeit vorzubereiten. Die Broschüre ist ab sofort im Café Credo und in der FreiwilligenAgentur Fokus an der Hauptstraße 81 erhältlich und sie steht unter www.caritas-paderborn.de zum Download bereit.

Seit 1989 ist unsere Erfahrung Ihre Sicherheit!

Ambulante Pflege



Telefon
02302 - 6 29 30
www.dpfh.de

Mit uns können Sie alt werden, wir sind Ihre Ambulante Pflege in Witten.

Die Pflegenden Hand

Wer des Morgens dreimal schmunzelt,
mittags nie die Stirne runzelt,
abends lacht, dass alles schallt,
der wird 100 Jahre alt!

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe

Im Januar 2016 eröffnete im Evangelischen Krankenhaus Witten (EvK) ein neues Schlaflabor, und zwar zusätzlich zum bekannten Schlaflabor Orfea an der Uthmannstraße.

Daher weist die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Witten auf Folgendes hin:

In einem Neubau des EvK an der Pferdebachstraße 29, Witten, haben die Firmen ResMed und Heinen + Löwenstein ihre Büros, um als Versorger Schlafapnoe-Patienten zu betreuen. Das bedeutet für die betroffenen Menschen aus Witten und Umgebung eine große Vereinfachung! Sie haben nun die Möglichkeit, sich mit ihren Problemen oder zur Beratung an die Mitarbeiter dieser Service-Büros zu wenden. Bisher gab es solche Dienstleistungszentren nur in Dortmund, Herne und Essen. Für Rückfragen stehen wir, die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Witten, gerne zur Verfügung, auch an unseren Gruppenabenden.

Telefon: 02302-1799344,

E-Mail: shg.schlafapnoe.witten@web.de.

Gruppenabende:

an jedem **4. Donnerstag eines Monats, von 18.00 – 20.00 Uhr** im Johanniszentrum, Bonhoeffer Straße 10, Witten



Was ist Schlafapnoe?

Schnarchen ist weit verbreitet – bei vielen Männern und auch Frauen, meist sehr zum Leidwesen der Partnerin / des Partners. Doch abgesehen davon ist es harmlos, solange nicht bei starkem Schnarchen häufige Atemstillstände auftreten. Dann kann eine sogenannte Schlafapnoe bestehen, die vor allem dadurch spürbar wird, dass der oder die Betroffene tagsüber unter großer Erschöpfung und Müdigkeit leidet. Denn die Atemstillstände (bei einer Schlafapnoe mehr als 10 Sekunden lang, öfter als 10 Mal pro Stunde) bewirken einen „Wachreiz“, der zwar lebensrettend ist – denn sonst würden wir Gefahr laufen zu ersticken – uns aber im wahrsten Sinne des Wortes „aus dem Schlaf reißt“. Die Tiefschlafphase wird unterbrochen und bei ständiger Wiederholung dieses Vorgangs ist es mit der Erholung aus und vorbei. Die Folgen: Quälende Müdigkeit am Tag, evtl. mit Sekundenschlaf und weitere Folgeerkrankungen wie Bluthochdruck etc. So kann das auf Dauer natürlich nicht weitergehen, weshalb ärztliche Behandlung und ggf. das Tragen einer Atemmaske während des Schlafes notwendig werden. Doch damit ist eine erfolgreiche Umsetzung in den Alltag des Betroffenen noch lange nicht gelungen. Hier setzt die Selbsthilfegruppe an.

! In Deutschland sind 1-2 % der Frauen und 2-4 % der Männer im mittleren Lebensalter vom OSAS (das obstruktive und gemischte Schlaf-Apnoesyndrom betroffen), also etwa 800.000 Menschen.

Selbsthilfegruppe Fibromyalgie

Fibromyalgie (Faser-Muskel-Schmerz) ist eine chronische, nicht entzündliche Erkrankung. Betroffene leiden häufig unter Schmerzen in verschiedenen Körperregionen, außerdem können Müdigkeit, Erschöpfung, Depressionen, Schlafprobleme und weitere Symptome auftreten. Die einzelnen Krankheitszeichen können sich bei den Erkrankten allerdings ganz unterschiedlich zeigen. Betroffene sind in ihrem Alltag meist stark eingeschränkt und stoßen aufgrund der Verschiedenartigkeit der Symptome in ihrem Umfeld häufig auf Unverständnis bzw. dauert es oft eine lange Zeit, bis die Fibromyalgie überhaupt diagnostiziert ist. Die neue Selbsthilfegruppe für Menschen mit Fibromyalgie, möchte den Betroffenen einen geschützten Raum bieten – um sich auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen und voneinander zu lernen. Die Treffen finden jeden 2. und 4. Dienstag im Monat um 14.30 Uhr in der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Witten, Dortmunder Straße 13, statt. Herzlich eingeladen sind betroffene Frauen und Männer, die Lust haben, die neue Gruppe mit aufzubauen! Weitere Infos: 02302/1559 oder www.selbsthilfe-witten.de.

Jeden 2. u. 4. Dienstag im Monat, 14.30 Uhr

Glaubensfrage Boden: Fliese, Holz, Teppich, oder Kunststoff

Alle Varianten der einzelnen Bodenbeläge haben Vorteile, und vor allem: Man kann sie auch kombinieren, ohne die „Glaubenssätze“ des einen, seligmachenden Belages zu verletzen. In einer kleinen Reihe mit Sonderseiten möchte „Image“ einzelne Vorteile aus der Fülle von Möglichkeiten hervorstellen. In dieser Folge stellen wir Kork und Linoleum vor. Foto: Meister/akz-o

Naturverbundenheit und moderne Optik kombinieren

Belag aus Kork und Linoleum ist eine gute Verbindung von Ökologie und Wohnkomfort

Wenn's um das Thema Bodenbelag geht, hört meist der Spaß auf. Erbittert werden die einzelnen Konzepte verteidigt: Für den einen gehört Holz in seinen vielfältigen Verarbeitungsformen zum unbedingten Muß, für den anderen ist der Teppich – ob am Stück oder von der Endlosrolle – eine Voraussetzung für gemütliches Wohnen. Und dann gibt's noch die vielen anderen Fälle.

Etwa Fliesen, weil sie praktisch unzerstörbar sind, oder die unterschiedlichsten Kunststoffbeläge, weil sie schier unbegrenzte Gestaltungsmöglichkeiten eröffnen. Und was ist mit Kork und Linoleum? Und ganz wichtig: Die Vorteile des einen Belages gehören immer zu den Gründen, warum die anderen so überhaupt nicht in Frage kommen.

Doch alle Boden-Varianten haben Vorteile, und vor allem: Man kann auch kombinieren, ohne die „Glaubenssätze“ des einen seligmachenden Belages zu verletzen. In einer kleinen Reihe mit Sonderseiten möchte „Image“ einzelne Vorteile aus der Fülle von Möglichkeiten hervorstellen. Zum Beispiel Kork und Linoleum.

Für alle, die bei ihrem Bodenbelag besonderen Wert auf Naturverbundenheit und Wohn-gesundheit legen, dabei aber trotzdem nicht auf eine moderne Optik verzichten wollen, ist ein Boden aus Kork und Linoleum eine gute

Verbindung von Ökologie, Wohnkomfort und Trenddesign.

Von der Natur inspiriert und zeitlos schön: Korkboden bietet sprichwörtlich echten Wohnkomfort. Seine hohe Elastizität schont die Gelenke, die angenehme Wärme verwöhnt die Füße. Einen hohen Schallschutz bietet Kork ohnehin. Vielfältige Oberflächen in naturnahen, zeitlos-modernen Farben runden das Gesamtbild ab und machen Kork zum angenehmen Trend- und Wellnessboden im eleganten Langdielenformat, etwa von 24 Zentimeter Breite. Die Behandlung mit Naturöl bringt die Korkoberfläche besonders schön zur Geltung und gibt ihr einen extra sanften und matten Look.

Als umweltfreundlicher elastischer Bodenbelag ist Linoleum seit mehr als hundert Jahren beliebt. Musste Linoleum früher noch intensiv gereinigt und gepflegt werden („Bohnern“), ist das heute ganz anders: Mit einem schützenden Oberflächenfinish ist Linoleumboden pflegeleicht. Seine Ökobilanz ist unschlagbar: Leinöl, Jute, Pigmente, Naturharze, Holzmehl und Kalksteinmehl sind genauso natürlich wie der Boden, der aus ihnen hergestellt wird. Moderne Farben, die mit einer zeitgemäßen Einrichtung harmonieren, stehen unter anderem im Langdielenformat zur Verfügung. Infos unter anderem unter www.markenboden.de.



Nicht nur für den Flur eine gute Wahl: Ein strapazierfähige und 100 Prozent ökologischer Linoleumboden, im Bild in der Farbe Goldbraun. Foto: Meister/akz-o

EGAL OB EINBRUCH ODER FEUER = UNSERE TRESORE SCHÜTZEN

TS Direkt
Am Hang 21
58453 Witten-Annen
☎ 0 23 02 / 76 06 800

**75 JAHRE
MAX KOPLIN**

+++Wertschutztresore+++Dokumententresore+++

Benking & Gibis GmbH

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

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



**Wohnungsgenossenschaft
Witten-Ost eG**

**Wir bieten
angenehmes Wohnen!**

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
Tel.: 0 23 02 / 933680

Wohnungsgenossenschaft Witten-Ost eG
kontakt@wwo-witten.de · www.wwo-witten.de

Nasse Wände? Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

ISOTEC-Fachbetrieb Bobach
Lagerstraße 4, 45549 Sprockhövel
☎ 02 33 9 - 92 90 20

www.isotec-wuppertal.de



ISOTEC®
Wir machen Ihr Haus trocken

Wohnungssuche:

Helle Räume und viele Fenster

Darauf legen 89 Prozent der Deutschen besonderen Wert. Damit steht eine Wohnung, die viel Tageslicht hereinlässt, ganz oben auf der Wunschliste. Das zeigt eine repräsentative Studie von immowelt.de. Fast genauso wichtig wie genügend Licht ist den Deutschen frische Luft: Ein Balkon, eine Terrasse oder ein Garten ist für 88 Prozent besonders wichtig. 86 Prozent der Befragten achten auf gute Energiewerte, bevor sie sich für eine Wohnung entscheiden.

Lieber duschen als baden

Eine Dusche gehört für 85 Prozent der Deutschen zwingend zur Ausstattung dazu. Damit belegt die Dusche Platz 4 der Merkmale, die für die meisten Befragten wichtig sind. Bei der Badewanne hingegen sind viele kompromissbereiter – auf ein Schaumbad möchten nur 57 Prozent nicht verzichten. Neben viel Licht und Luft brauchen die Deutschen auch viel Platz, um ihre Sachen zu verstauen: 74 Prozent der Befragten achten darauf, ob ein Keller oder Dachboden vorhanden ist.

Altbau-Charme und warmer Boden muss nicht sein

Weniger Wert legen die Deutschen auf schicken Stuck und eine Jugendstilfassade. Dass es sich bei der neuen Wohnung um einen Altbau handelt, ist nur für 11 Prozent ein Muss. Auch auf den Komfort einer Fußbodenheizung und eines Aufzugs würden viele verzichten.

Eigentümer sind kritischer als Mieter

Die Meinungen von Eigentümern und Mietern klaffen bei einigen Merkmalen weit auseinander: Zwei Drittel der Eigentümer (65 Prozent) bestehen beispielsweise auf eine separate Toilette, bei den Mietern ist es nur jeder 3. (36 Prozent). Eine Garage oder ein Stellplatz ist für den Großteil der Eigentümer (86 Prozent) Bedingung, die Mieter sehen das nicht ganz so streng (58 Prozent). 59 Prozent der Eigentümer achten außerdem darauf, dass die Immobilie barrierefrei ist. Das spielt nur für 41 Prozent der Mieter eine Rolle.

Hilfreiche Tipps zur Wohnungssuche bekommen Sie in unserem Ratgeberbereich unter ratgeber.immowelt.de. Für die repräsentative Studie „Wohnen und Leben 2016“ wurden im Februar 2016 deutschlandweit 1.000 Personen befragt. Die Ergebnisse der Studie im Überblick:

■ (eher) wichtig ■ (eher) unwichtig

helle Räume/viele Fenster	89 %	11 %
Balkon/Terrasse/Garten	88 %	12 %
gute Energiewerte	86 %	14 %
Dusche	85 %	15 %
Keller/Dachboden	74 %	26 %
Garage/PKW-Stellplatz	68 %	32 %
Küche bereits vorhanden	57 %	43 %
Badewanne	57 %	43 %
Neubau/kernsanierte Wohnung	52 %	48 %
hochwertige Böden	49 %	51 %
barrierefrei	48 %	52 %
separates Gäste-WC	47 %	53 %
Aufzug	34 %	66 %
20 % Fußbodenheizung	80 %	
11 % Altbau	89 %	

Prüfender Blick

Wer trotz Minusgraden auf seinem Dach Taulöcher in der Schnee- oder Raureifdecke entdeckt, sollte davon ausgehen, dass die Dämmung unzureichend ist. Kostbare Wärme entweicht nach draußen – das ist klimaschädlich und teuer.

Dachdecker empfehlen hier im Rahmen einer Dachsanierung eine sogenannte Aufsparrendämmung – am besten kombiniert mit einer Zwischensparrendämmung. Spezielle Dämmplatten bieten eine Kombination aus hervorragendem Wärme-, Brand- und Schallschutz. Die über ihren gesamten Querschnitt diffusionsoffenen Dämmplatten ermöglichen einen sicheren Feuchtetransport von innen nach außen, was die Gefahr von Bauschäden oder Schimmelbildung deutlich minimiert. (txn)

Foto: Sabine Thielemann/Panthermedia/Ursa



Genießer oder Flammenfreund?

Viele Eigenheimbesitzer wünschen sich einen Kamin oder Kachelofen – aus den unterschiedlichsten Gründen. Während einigen der Blick ins Flammenspiel wichtig ist, möchten andere möglichst ökologisch heizen. Um sich in der Fülle der Angebote besser zurechtzufinden, empfiehlt es sich, zunächst zu klären, welcher Ofentyp man ist: Genießer oder Flammenfreund? Hierbei hilft ein kleiner Test des Zentralverbandes Sanitär Heizung Klima, der online unter www.wasserwaermeluft.de zu finden ist. Mit sechs Fragen und den entsprechenden Antworten lässt sich ganz einfach feststellen, welche Art von Ofen individuell bevorzugt wird. Der beste Ansprechpartner nach dem Test ist dann der Ofen- und Luftheizungsbauer vor Ort. Der Experte unterstützt bei der Beratung, Planung und Umsetzung individueller Feuerstätten im Eigenheim. (txn)

Foto: AdK/ZVSHK/txn



Lauterbach GmbH

Schreinern nach Maß

- **Möbel** nach Maß
- **Treppenbau**
- **Innenausbau**
- **Wintergärten** aus Holz und Kunststoff

- **Fenster & Haustüren**
- **Sicherheits-Schließsysteme**
- **Tür- und Fensteröffnungen** Tag und Nacht
- **Reparaturen etc.**

Friedrich Lauterbach GmbH
Wullener Feld 9 b • D-58454 Witten

 **02302/96260-0**
www.schreinerei-lauterbach.de

Geprüfter
Bestatter
Mitglied der Innung

Lauterbach
BESTATTUNGEN
Bommerholzer Straße 40 a
0 23 02 / 3 10 44



Mo., Di., Mi., Fr.:
10 - 13, 14 - 18 Uhr
Do.: 10 - 20 Uhr;
Sa.: 10 - 16 Uhr
(sowie nach Vereinbarung)

KüchenTreff Rensinghoff
Westfalenstraße 110 a • 58453 Witten
Telefon: **0 23 02-20 51 60**
mail@kuechentreff-rensinghoff.de



Wärme – Wasser – Wohlbehagen
WILGENBUS

Sanitär

Heizung
Klima
Wartung



Fotoquelle:
Ideal Standard GmbH

Inh. Filipe Pereira • Crengeldanzstraße 17 • 58455 Witten
☎ 02302-281710 • info@wilgenbus.com • www.wilgenbus.com



Stuckateurbetrieb
H.-J. von Orlikowski

| Wärmedämmung
 | Außen- und Innenputze
 | Trockenbau

| Sanierung von Altfassaden
 | Reparaturarbeiten
 | Fliesen- und Natursteinverlegung



An der Bömmerdelle 3 • 44892 Bochum
Tel. 02 34/3 61 84 33 • Fax 02 34/3 61 84 32
Mobil 01 75/5 68 12 39 • E-Mail: hjvorli@aol.com

Ein Bild davon machen, wohin die Wärme verschwindet Was das Haus „hergibt“: Jahreszeit bietet gute Voraussetzung für Thermografie-Aufnahmen

„Defekte Fensterdichtungen und schlecht gedämmte Außenwände oder Dächer sind echte Energie-Räuber. Diese Wärmelecks verschwenden Energie, und das können Sie an Ihrer Verbrauchsrechnung ablesen“, warnen die Wittener Stadtwerke.

Und weiter rät der lokale Energieversorger: „Thermografie – machen Sie sich ein Bild davon, wohin die Wärme verschwindet.“ Infrarotbilder entlarven Wärmelecks im Haus, sie zeigen, was das Haus „hergibt“. Das schadet Geldbeutel und Umwelt gleichermaßen.

Andreas Skrypietz, Energieberater bei der „Deutschen Bundesstiftung Umwelt“ (DBU) sagt dazu: „Wenn Hauseigentümer wissen möchten, an welchen Stellen ihres Gebäudes die meiste Energie verloren geht, sollten sie gerade jetzt aktiv werden. Denn die kalte Jahreszeit bietet beste Voraussetzungen für gute Thermografie-Aufnahmen.“

Wärmelecks können heute ganz leicht sichtbar gemacht werden. Bei der Thermografie wird mit modernen Infrarotkameras eine Aufnahme eines Gebäudes gemacht. An dieser Thermografie können Experten die Oberflächentemperaturen des Gebäudes ablesen.



Christian Dresel



Peter Roß

Wärmelecks und Kältebrücken werden so schnell entlarvt und lassen sich anschließend gezielt schließen – sei es durch eine neue Fensterdichtung oder die Dämmung einer Wand. Die Technologie eignet sich ebenfalls zur Darstellung von Feuchteschäden und bietet die Möglichkeit zur Kontrolle von Fassadensanierung oder Dämm-Maßnahmen. Die Aufnahmen sind also der erste Schritt bei einer guten, umfassenden Energieberatung.

Seit 2007 bieten die Stadtwerke Witten jährlich eine Thermografie-Aktion, die Ende Oktober beginnt. Bei Interesse können Kunden sich bei den Energieberatern anmelden. Die Aufnahmen werden – je nach Witterung – im Zeitraum von Dezember bis Februar gemacht.

Die Kosten für die Thermografie-Aktion betragen – je nach Hausgröße – 140 bis 240 Euro. Für sehr große Objekte wird der Preis individuell vereinbart. Die Energieberater Peter Roß und Christian Dresel helfen gerne, E-Mail: christian.dresel@stadtwerke-witten.de und peter.ross@stadtwerke-witten.de.

Eine Thermografie zum Aufspüren von Wärme-Lecks ist also sinnvoll. Mit ihrer Hilfe erstellen Fachleute Momentaufnahmen, auf denen sie die unterschiedlichen Oberflächentemperaturen am Gebäude erkennen können. Anhand der Verteilung der Temperatur sehen sie, wo am Gebäude Problemstellen verborgen



Die Thermografie zeigt deutlich, wo die Schwachstellen im Haus sind. Die roten Stellen deuten auf hohen Wärmeverlust infolge schlechter Dämmung der Außenwände hin. Das mindert die Wohnqualität und schadet dem Geldbeutel. Foto: IngImage

gen sind. So werden etwa sogenannte Wärmebrücken schnell entlarvt. „Wärmebrücken sind die kältesten Stellen an Wänden und entstehen, wenn etwa die Dämmung nicht lückenlos anschließt. Dann kommt schnell das Gefühl auf, dass es in der Wohnung zieht oder es in der Heizsaison nicht richtig warm wird“, erklärt Andreas Skrypietz. „Zwischen den Innenräumen und der Umgebung sollten mindestens 15 Grad Unterschied sein. Idealerweise misst man am frühen Morgen, damit

die Fassade nicht schon von der Sonne aufgewärmt wurde“, sagt der Energieberater. Auch für Hausbesitzer, die ihr Haus bereits saniert haben, kann der Einsatz einer Wärmebild-Kamera sinnvoll sein. Andreas Skrypietz sagt: „Der Hausbesitzer kann damit sichergehen, dass alle Schwachstellen beseitigt wurden und die ausführenden Unternehmen gute Qualität abgeliefert haben.“

Die Thermografie sei ein bildgebendes Verfahren zur Anzeige der Oberflächentemperatur von Objekten. Weiter schreibt das Online-Lexikon „Wikipedia“: Dabei werde die Intensität der Infrarotstrahlung, die von einem Punkt ausgehe, als Maß für dessen Temperatur gedeutet. Bei der Bauthermografie werden Flächen erhöhter Temperatur auf der ungedämmten Außenwand durch Rot gekennzeichnet. Eine Wärmebildkamera wandelt die für das menschliche Auge unsichtbare Infrarotstrahlung in elektrische Signale um. Daraus erzeugt die Kamera ein Bild in Falschfarben. Für die Thermografie ist keine externe Lichtquelle erforderlich. Der Astronom und Musiker Wilhelm Herschel entdeckte 1800 die Wärmestrahlung, indem er Sonnenlicht durch ein Prisma lenkte und den Bereich hinter dem roten Ende des sichtbaren Spektrums mit einem Thermometer untersuchte. Die Temperatur stieg in diesem Bereich, und Herschel schloss daraus, dass dort eine unsichtbare Form von Energie wirksam sein müsse. Seine Bezeichnung „Wärmestrahlung“ ist auch heute noch üblich und wurde etwa 100 Jahre später durch „Infrarot“ ersetzt.

ENERGIEPREISE?



Hab' ich im Griff!

Garantiert niedrige Energiepreise bis 2018

Wechseln Sie jetzt zu Stadtwerke Plus oder Stadtwerke Smart und machen Sie sich unabhängig von den Energiepreisen. Wir haben zum 1.1.2017 die Energiepreise gesenkt. Und diese günstigen Preise garantieren wir Ihnen jetzt bis 2018.*

Nutzen Sie unseren Tarifrechner auf www.stadtwerke-witten.de/produkte

* Einzig die gesetzlichen Änderungen von Steuern, Abgaben und Umlagen können entsprechende Anpassungen des Endpreises herbeiführen.

Modelle 2017



Der neue Q5 wird in Audis modernstem Werk südlich von Mexico City gebaut, in San José Chiapa. 150.000 Exemplare sollen dort Jahr für Jahr entstehen. Dort erlebte er jetzt sein Debut. 30 Vorserienexemplare wurden nicht direkt in Chiapa, sondern an der südlichen Spitze der Baja California (Bild) vorgestellt. Für den Q5 stehen in Europa vier TDI-Motoren zur Verfügung. Foto: Hersteller

Neue Saison hat für jeden Geschmack etwas zu bieten

Bandbreite reicht von Dickschiff bis zu Mini-Modell, von Luxus-Liner bis zu Budget-Angebot

Vom VW über BMW und Audi bis Mazda und Seat: Die neue Autosaison hat für jeden Geschmack etwas zu bieten. Dazu benötigt man keine Glaskugel: Der SUV-Boom setzt sich auch im kommenden Jahr fort.

Die Bandbreite reicht von Dickschiffen wie dem VW Touareg bis zu Mini-Modellen wie dem Suzuki

Ignis, von Luxus-Linern bis zu Budget-Angeboten.

Der neue Q5 wird in Audis modernstem Werk südlich von Mexico City gebaut, in San José Chiapa. 150.000 Exemplare sollen dort Jahr für Jahr entstehen. 30 Vorserienexemplare wurden jetzt vorgestellt. Von der ersten Generation des Audi Q5 konnten die

Ingolstädter rund 1,5 Millionen Exemplare verkaufen. Die komplett neue zweite Generation soll nun noch mehr Absatzerfolge einfahren. In Deutschland und umliegenden Ländern wird der Verkauf Anfang 2017 beginnen. Die Preise beginnen hier für einen Audi Q5 2.0 TDI mit 120 kW/150 PS mit dem Sieben-Gang-Doppelkupplungsgetriebe S-Tronic und dem Quattro-Allradantrieb bei 45.100 Euro.

Passatnachfolger

Volkswagen wird auf dem Genfer Automobilsalon (9. bis 19. März) den Nachfolger des Passat CC vorstellen. Das neue Topmodell der Marke nach dem Aus des Phaeton ist eine komplette Neuentwicklung. VW spricht statt von einem Coupé wie bei der Vorgängerlimousine nun von einem viertürigen Fastback. Das Fahrzeug, das oberhalb des Passats angesiedelt ist und sich auch eigenständiger präsentieren soll, verfügt über rahmenlose Seitenscheiben und eine große Heck-

klappe. Der Name Arteon – die Betonung liegt auf der ersten Silbe – setzt sich aus dem englischen Wort „Art“ (Kunst) und der Endung „eon“ zusammen, die Volkswagen auch für sein Topmodell mit Premiumanspruch auf dem chinesischen Markt, den Phideon, verwendet. Markteinführung ist Mitte 2017 geplant.

3er oder 5er

Wer den Namen BMW hört, denkt an den 3er oder den 5er. Das sind die beiden prägenden Modelle der Marke. Der 5er kommt Anfang 2017 nun neu und eröffnet damit die nächste Runde im Wettbewerb um das beste Bedienkonzept, das leistungsfähigste Infotainment und die größte Nähe zum Ziel des völlig autonomen Fahrens. Alles keine Themen, als 1972 der erste BMW 520 erschien. 7,5 Millionen Exemplare später ist die Welt eine andere. Auch ein BMW mit dieser Rechenleistung braucht neben dem angemessenen Fahrwerk entsprechende Motoren. *ampnet*



Die neuen BMW-Motoren gehören der neuen Familie der modular aufgebauten Motoren an, jeweils mit 500 ccm Inhalt pro Zylinder. Die beiden neuen Benziner im BMW 530i und BMW 540i bringen 185 kW/252 PS und 250 kW/340 PS bei Werten für den Normverbrauch nach NEFZ von 5,5 Litern auf 100 Kilometer beziehungsweise 6,5 Liter. Foto: BMW/Bernhard Limberger

Unfallreparatur

Ob Parkdele, Lackkratzer oder größerer Unfall - Wir sind im Fall der Fälle für Sie da. Egal, welcher Automarke Sie vertrauen - wir reparieren jedes Fahrzeug, unabhängig von Marke, Farbton oder Alter.

Lack, Karosserie und Mechanik unter einem Dach!

Während unsere Karosseriebauer Ihren Wagen auf der Richtbank vermessen, wird mittels modernster Technik der Farbton Ihres Fahrzeugs ermittelt und der Lackierprozess geplant. Zeitgleich kümmert sich unser Team aus der Mechanik um die technischen Komponenten Ihres Fahrzeuges.

Durch die Kombination der drei wichtigsten Arbeitsbereiche sind wir in der Lage Ihnen maximale Transparenz hinsichtlich der Arbeitsschritte zu liefern und einzelne Prozesse exakt aufeinander abzustimmen. Verbringungszeiten zu Kooperationspartnern für Lack-, Karosserie und/oder Technik entfallen somit und garantieren Ihnen ein qualitativ hochwertiges Ergebnis in aller kürzester Zeit.

HERZLICH WILLKOMMEN BEI EK FAHRZEUGTECHNIK

Ihr Spezialist für Unfall-Reparaturen



Ihren Unfall können wir nicht ungeschehen machen, aber wir können alle Schäden spurlos verschwinden lassen. Nicht mit Zauberei, sondern mit Wissen und Technik.

Bei EK-Fahrzeugtechnik ist Ihr Auto immer in besten Händen!

EK-Fahrzeugtechnik GmbH
Wittener Straße 144
58456 Witten

Telefon: 02302 973100
info@ekfahrzeugtechnik.de
www.ek-fahrzeugtechnik.de

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag
8.00-18.00 Uhr

SEIT ÜBER 30 JAHREN...

... sind wir in Witten-Herbode ansässig und eben so lange der Unfall-Spezialist in dieser Region. Ihr Fahrzeug bleibt während der gesamten Reparatur in unserem Betrieb.

Sie haben nur einen Ansprechpartner - uns

Sie haben nur einen Garantie- und Gewährleistungspartner - uns

Sie haben einen Partner, der für die Reparaturzeit gerade steht - uns und Sie wissen immer, wo Ihr Auto steht - bei uns!

Auto winterfest machen

Wer in der kalten Jahreszeit längere Fahrten mit dem Auto plant, sollte sich selbst und sein Auto dafür gut vorbereiten. Denn eine Panne bei eisigen Außentemperaturen und/oder Schneefall ist noch um einiges unangenehmer als bei freundlicherer Witterung. Deshalb empfiehlt sich als erste vorbereitende Maßnahme, den Tank vor dem Start mit ausreichend Kraftstoff zu füllen. Auch unterwegs sollte man lieber etwas früher als sonst notwendig nachtanken, damit man im Falle eines Staus nicht in Bedrängnis kommt und auch bei einer Panne auf eine funktionierende Heizung bauen kann.

Zur Standard-Vorsorge für ein wintertaugliches Fahrzeug gehört die Kontrolle des Frostschutzmittels in der Kühl- sowie in der Scheibenwaschanlage. Ein vernachlässigter Frostschutz des Kühlers kann im schlechtesten Fall einen Motorschaden nach sich ziehen. Deshalb lieber rechtzeitig, bevor die Temperaturen unter den Gefrierpunkt fallen, das Frostschutzmittel der Kühlanlage überprüfen und gegebenenfalls nachfüllen. Wichtig ist auch die Sicht. Deshalb sollten die Scheiben rund herum vor Fahrtbeginn unbedingt von Dreck, Schnee und Eis befreit werden. Damit das während der Fahrt so bleibt, bedarf es einer funktionsfähigen Scheibenwaschanlage. Daher muss deren Vorratsbehälter auf genügend Wischwasser ebenso überprüft werden wie auf ausreichend Reinigungs- und eben auch Frostschutzmittel. Um Sichtbehinderungen durch Schlieren bzw. verschmierte Scheiben zu vermeiden, ist auch ein wachsames Auge auf den Zustand der Wischergummis ratsam. Sind diese in die Jahre gekommen, sollten sie schnellstmöglich durch neue ersetzt werden. Um die Scheibenwischer im Winter gegen



Festfrieren zu schützen, kann man sie nachts hochklappen oder auf die Abdeckfolie vor der Frontscheibe positionieren. Manchmal können die Schwierigkeiten bei einer winterlichen Tour bereits vor dem Beginn der Fahrt auftreten, wenn man nämlich wegen zugefrorener Türen erst gar nicht in das Fahrzeuginnere gelangt. Als sehr hilfreich kann sich ebenfalls erweisen, die Dichtungsgummis der Autotüren mit Talkum, Silikon oder Glycerin zu behandeln. So lässt sich vermeiden, dass sie festfrieren. Zur Bordausrüstung im Winter gehören aus Sicht der Automobilklubs ferner heiße Getränke und Imbiss-Snacks, Starthilfekabel und Abschleppseil, Eiskratzer und Enteisungsspray sowie Schneeschaukel, Taschenlampe, warme Kleidung, Wolldecke, Handschuhe und feste Schuhe. Außerdem sollte jeder Autofahrer darauf achten, dass der Akku seines Handys immer möglichst voll aufgeladen ist. Dann kann man im Notfall Hilfe rufen.

(ampnet/nic)





Auto-Fritz
WITTEN
Meisterbetrieb

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

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



MECKE
MOTORSERVICE

KFZ-MEISTERBETRIEB
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
AUTOLACKIEREREI

- Karosserie-Fachbetrieb
- Fahrzeugtechnik • Fahrzeugelektrik
- Autolackiererei • Klimaservice
- Automatikgetriebeservice & -spülung

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

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

Image Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 2.2.2017
Anzeigenschluss: Freitag, 20.1.2017



Euro NCAP: Toyota, Hyundai und VW sind Klassenbeste

Euro NCAP hat in diesem Jahr 18 Pkw in seinem Crashtest geprüft. Als „Best in Class“ erwiesen sich dabei nach Angaben der Verbraucherschutzorganisation der Toyota Prius (Kategorie „Large Family Car“), der Hyundai Ioniq (Small Family Car) und der VW Tiguan (Small Off-Roader). Der Prius war das erste Fahrzeug im Crashtest, bei dem das neue Prüfverfahren für das automatische Notbremsystem mit Fußgängererkennung angewandt wurde. Der Toyota erzielte beim Insassenschutz 92 Prozent (Erwachsene) bzw. 82 Prozent (Kinder) der möglichen Punkte, beim Fußgängerschutz 77 Prozent und 82 Prozent bei der Ausstattung mit Sicherheitssystemen. Beim Hyundai waren es 91, 70, 80 und 82 Prozent, beim Tiguan 96, 84, 72 und 68 Prozent. In der Kategorie „Executive Car“ schnitt die E-Klasse von Mercedes-Benz mit der Höchstnote von fünf Sternen (95 %, 90 %, 77 %, 62 %) ab. Da es aber in diesem Jahr das einzige getestete Fahrzeug in diesem Segment war, wurde hier kein Klassensieger gekürt. (ampnet/jri)

Bei der Führerscheinstelle mehr Anträge und mehr Arbeit

Die Mitarbeiter der Führerscheinstelle des EN-Kreises haben in 2016 rund 1.000 Führerscheinanträge mehr bearbeitet als im Jahr zuvor. Insgesamt gingen rund 13.000 Wünsche auf das erstmalige Ausstellen einer Fahrerlaubnis, den Umtausch älterer Führerscheinmodelle in den EU-Kartenführerschein oder auf Verlängerungen für die Berechtigung, Lastkraftwagen lenken zu dürfen, über ihre Schreibtische.

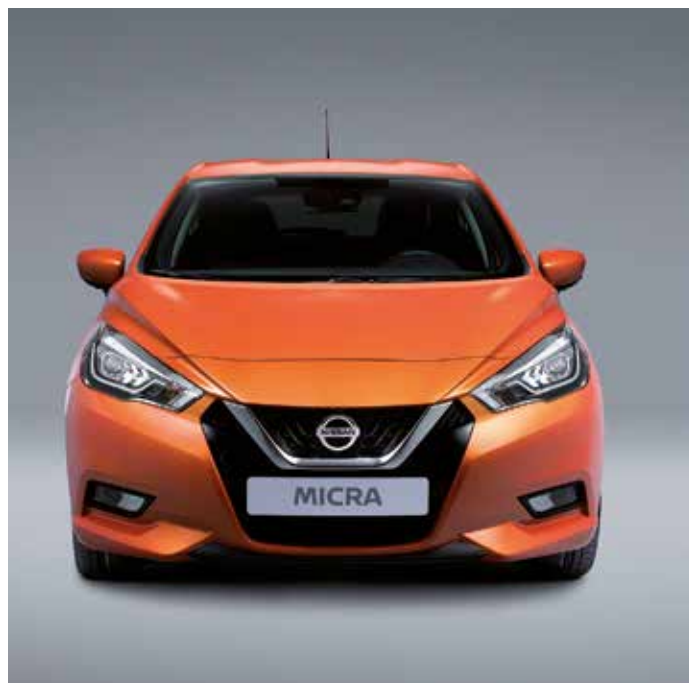
Mit der Lizenz zum Fahren in der Tasche fielen in den vergangenen zwölf Monaten 512 (Vorjahr 473) Bürger als zu wenig verantwortungsbewusst auf. Sie mussten nach Verstößen den Verlust der Fahrerlaubnis verkraften und wurden zum Laufen „verurteilt“. Spitzenreiter für diese Entscheidung: Alkohol am Steuer. In sechs von zehn Fällen hatten die Fahrer zu tief ins Glas geschaut. Auf den Plätzen folgen Drogen (30 Prozent) sowie Unfallflucht oder Nötigung (10 Prozent).

Gedanken über ihre Fahrerlaubnis müssen sich auch hartnäckige Verkehrssünder machen. Rund 1.100 Personen erhielten 2016 von der Führerscheinstelle den wenig erfreulichen Hinweis: „Vorsicht mit den Punkten in Flensburg.“ Noch unerfreulicher waren die Nachrichten für 41 (44) Kreisbürger, sie überzogen ihr Konto beim Kraftfahrtbundesamt und mussten ihre Fahrerlaubnis abgeben.

In der Spalte „Fahranfänger“ weist die Statistik 468 Neulinge (405) aus, die innerhalb der Probezeit einmal oder sogar mehrfach auffielen. 27 (23) überstanden ihre Probezeit nicht. Völlig unauffällig bewegten sich hingegen die 1.274 Jugendlichen, die sich für das begleitete Fahren ab 17 Jahren entschieden hatten. Immer wieder erhält die Führerscheinstelle auch Hinweise auf Senioren, bei denen Zweifel an der Fahrtüchtigkeit bestehen. Die Erfahrung zeige: Im Laufe der Untersuchungen reift bei vielen die Einsicht, doch nicht mehr fit genug zum Autofahren zu sein. Die freiwillige Abgabe sei häufig die logische Folge, ein Entziehen von Amtswegen in dieser Altersgruppe eher die Ausnahme. (pen)

Neuer Nissan Micra bestellbar

Bei Nissan ist ab sofort der neue Micra bestellbar, die Auslieferung erfolgt ab März 2017. Für das Volumenmodell 0.9 IG-T Acenta mit 66 kW / 90 PS ein Finanzierungsangebot von 99 Euro Euro pro Monat. Die Anzahlung beträgt 3799 Euro, die Laufzeit drei Jahre. (ampnet/nic)





Persönlicher Abschied endet nicht mit dem Tod

Das Leben danach

Verstirbt ein geliebter Mensch, ist die Trauer bei den Hinterbliebenen meist kaum in Worte zu fassen. In manchen Fällen bleibt davor noch die Zeit, Lebewohl zu sagen und sich in Ruhe zu verabschieden. Sehr oft aber ist dies nicht mehr möglich – sei es durch plötzlich eintretende natürliche Ursachen oder zum Beispiel aufgrund eines schweren Unfalls. „Ganz gleich, welcher Trauerfall eingetreten ist: Nach dem Tod empfinden viele Menschen oft erst nach Jahren das Gefühl, wirklich Abschied genommen zu haben. In dieser Zeit geht jeder anders mit seiner auf den Kopf gestellten Lebenssituation um“, so Dirk-Uwe Klaas, Geschäftsführer des Bundesverbandes Bestattungsbedarf.

Je nachdem, wer aus dem Familien- oder Freundeskreis stirbt, fällt auch das Abschiednehmen höchst unterschiedlich aus: Der Tod des Lebenspartners hinterlässt extreme Einsamkeit und das Gefühl, auf einmal ganz alleine klarkommen zu müssen, dies aber unmöglich schaffen zu können. Sterben die Eltern, muss man – egal, wie alt man ist – auf einen Schlag aufhören, Kind zu sein. Zudem fällt die lebenslange Geborgenheit des heimischen Elternhauses abrupt weg. Verstirbt ein Bruder oder eine Schwester, endet wiederum die Zeit des gemeinsamen Aufwachsens mit all ihren erlebnisreichen Facetten. So individuell jeder Trauerfall aber auch ist, eines haben sie gemeinsam: ein oft langes und schmerzhaft währendes Abschiednehmen.

Der Abschied endet nicht mit dem Tod

Es heißt, man könne am Grab Abschied vom Verstorbenen nehmen. Dies ist in der Tat ein sehr wichtiger erster Schritt hin zur Bewältigung des Verlustes. „Ein aktives Abschiednehmen am offenen Sarg und anschließend beim Überführen und Herablassen des Sarges in das Grab zeigt einem die Endgültigkeit und die Unumkehrbarkeit des Todes auf. Dieser sehr schmerzhafteste Moment und die Akzeptanz des Todes helfen dabei, die Zeit danach besser durchgehen zu können“, erklärt Klaas. So müssen nach der Bestattung zum Beispiel der Hausstand aufgelöst, Haus oder Wohnung verkauft, Verträge gekündigt und Rechnungen beglichen werden. „Dies ist ein schwieriger, aber wichtiger Teil des Abschiednehmens. Bei der Sichtung der Unterlagen und der zahlreichen persönlichen Besitztümer des Verstorbenen kommen viele Erinnerungen an die gemeinsame Zeit hoch und die Entscheidung, welche der Sachen behalten, verkauft oder weggeworfen werden sollen, fällt unendlich schwer“, so Klaas. Sind diese Aufgaben erle-

digt und ist der erste große Schock überwunden, gesellen sich zu den Gedanken an die schlimmen Ereignisse der vergangenen Tage und Wochen allmählich immer mehr positive Erinnerungen: Das fröhliche Familientreffen, der gemeinsame Urlaub, gemütliche Grillabende im Garten mit Verwandten und Freunden, die Feier des bestandenen Abiturs der Tochter, der runde Geburtstag des Vaters und die Geburt des ersten Enkelkinds – so schwer diese Erinnerungen anfangs auch sein mögen, sie helfen dabei, dem Verstorbenen Lebewohl zu sagen. Aber nicht nur Gedanken, auch aktives Tun kann den Abschied erleichtern. Sei es die Pflege des alten Familienautos, das Erleben einer Reise, die die Eltern einst unternahmen, das Wandern auf Pfaden, die man in der Vergangenheit häufig mit seinem Partner unter die Füße genommen hat, der Weihnachtsmarktbesuch, der an das letzte Treffen der Geschwister erinnert oder die Zuwendung zu Freunden, den Kindern oder den Enkelkindern – auch so kann ein Abschied gelingen. „Letztlich muss jeder Hinterbliebene selbst den besten Weg finden, um dem Verstorbenen Adieu zu sagen. Weiterleben tut dieser dann im Herzen, aber frei von der Schwermut der frischen Trauer“, schließt Klaas. (DS)

Bestattungshaus

König

Inh. Monika König-Stein

Crengeldanzstraße 34
58455 Witten
Telefon 0 23 02 / 5 66 15

- Erd-, Feuer- und Seebestattung
- Überführung
- Abwicklung sämtlicher Formalitäten

E-Mail: info@koenig-bestattungshaus.de
www.bestattungshaus-koenig.de





Bis September 2017

Dampfzeit: Als die Loks noch rauchten

1977 endete der Einsatz von Dampflokomotiven bei der Deutschen Bundesbahn. In den Schwarz-Weiß-Fotografien von Thomas Pflaum und Gerd Lübbering wird der Dampflo-Betrieb des vergangenen Jahrhunderts wieder lebendig. Auf ihren Reisen durch Deutschland und Österreich entstanden eindrucksvolle Aufnahmen aus den letzten Betriebsjahren der rauchenden Lokomotiven. LWL-Industriemuseum, Zeche Nachtigall, WIT



Freitags 20 Uhr

Offene Führung mit Fackeln

Wetterabhängig; Treffpunkt für die Führung am Museumseingang. LWL-Industriemuseum Heinrichshütte, HAT



So. 15.1. 19 Uhr

ABBA GOLD

ABBA GOLD heißt die Show, die die unvergessenen Songs von Agnetha, AnnaFried, Björn und Benny in einer furiosen Live-Inszenierung darbietet. Saalbau Witten

So. 15.1. 11 – 15 Uhr – Eintritt frei
RatzFatz

Familien-Trödelmarkt

LWL-Industriemuseum Heinrichshütte, HAT

Di. 17.1. 16 Uhr

„MEISTERDETEKTIV KALLE BLOMQUIST“

Schauspiel nach Astrid Lindgren. Westfälisches Landestheater, für Menschen ab 6 Jahre. Saalbau Witten

Di. 17.1. ab 20 Uhr

Das Haus der schrägen Vögel

Texte aus dem Creative Writing Seminar von Ulrich Land, von den Studierenden vorgelesen, Unikat(Club), Westfalenstr. 19, WIT

Do. 19.1. 18 + 20 Uhr

Egon Schiele – Tod und Mädchen

A/Lux 2016; Regie: Dieter Berner, mit Noah Saavedra, Maresi Riegner, Valerie Pachner, Marie Jung, 109 min; FSK ab 12 Jahren Haus Witten, Ruhrstraße 86



Fr. 20.1. 18 – 22 Uhr – Eintritt frei

WERKSTADT Nachttrödelmarkt

Schnäppchenjagd für Nachtteu. Der Trödel in den Abendstunden ist längst zum festen Bestandteil des WERKSTADT Programms geworden. Auf 2.500 qm bieten Privatleute ihre gesammelten Schätze zum Verkauf an. WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT

Sa. 21.1. 19.30 Uhr

Neujahrskonzert mit Stefan Lex

„STEFAN LEX & ENSEMBLE POMP-A-DUR UND DER CHOR!“ mit Moderation. Gemeinsam mit der Pianistin Sigrid Althoff, die den Chor virtuos und einfühlsam am Klavier begleitet, gibt der charismatische Tenor und Dirigent Stefan Lex, der die Auftritte des Ensembles humorvoll und spritzig moderiert, den Konzerten die außergewöhnliche Note. Saalbau Witten

Sa. 21.1. 22 Uhr

„Stoff und Schnaps“

Charts'n'House mit DJ Hengstrik. „Wenn deine Alte chillen will kein Problem, dann kommt vorbei, doch kommt nicht allein, denn wir ham Stoff und Schnaps. Wir wollen nicht lügen, wir wollen was verdienen.“ WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT

So. 22.1. 11 – 16 Uhr

JOMO'S Modelleisenbahn- & Spielzeugmarkt

LWL-Industriemuseum Heinrichshütte, HAT

So. 22.1. 14 – 18 Uhr – Eintritt frei

Familiensonntag

Mit kostenlosem Kinderkino. Das neue Jahr hat zwar schon begonnen, aber der Winter ist noch nicht ganz vorbei! Der Familiensonntag im Januar bietet hingegen Schutz gegen die fiese Kälte. Pauline bastelt Winterliches im Werkraum, in der Holzwerkstatt fliegen die Späne und in der Disko wird getobt. Währenddessen können es sich die Eltern bei einer heißen Tasse Kaffee bequem machen und den Kindern beim Spielen zusehen – mitmachen ist natürlich auch erlaubt! WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT

So. 22.1. 18 Uhr

Musial Highlights 2017

MIT NEUEM PROGRAMM. Große Gefühle – tolle Stimmen – beste Unterhaltung. Musical-Höhepunkte im Minutentakt mit ausdrucksstarken Stimmen und großer Bühnenpräsenz. Wer Musicals mit seinen unterschiedlichsten musikalischen Stilrichtungen mag ist bei „Musical Highlights“ genau richtig. Saalbau Witten, Bergerstraße 25

Mo. 23.1. 20 Uhr

„Session Possible“

Wolf Coderas Kult-Session mit interna-

tionalen Gästen in der Museumsgastronomie „Henrichs“. LWL-Industriemuseum Heinrichshütte, HAT



Mi. 25.1. 18 – 20 Uhr

WIFU-Ringvorlesung

„Wandel der Unternehmensführung vor dem Ersten Weltkrieg – zwischen Familialität und Bürokratie“, Prof. Dr. Werner Plumpe, Historisches Seminar, Goethe-Universität Frankfurt. Senatsraum 1.151, Universität Witten/Herdecke, Alfred-Herrhausen-Str. 50, WIT

Mi. 25.1. 19.30 Uhr

„HONIG IM KOPF“

Schauspiel. Komödie am Altstadtmarkt mit Einführung um 19 Uhr und Nachgespräch. Großvater und Lebewand Amandus war bisher das humorvolle, geschätzte Familienoberhaupt – durch seine Alzheimererkrankung entwickelt er sich plötzlich zurück zu seinen kindlichen Ursprüngen. Nur seine Enkelin Tilda scheint mit ihm umgehen zu können. Saalbau Witten, Bergerstraße 25

Do. 26.1. 20 Uhr

Jochen Malmsheimer

Dogensuppe Herzogin – Ein Austopf mit Einlage. Machen wir uns doch nichts vor: Kabarett ist dieser Tage wichtiger denn je! Denn wie schon Erasco von Rotterdam wußte: Wer oft genug an's Hohl klopft, der schenkt der Leere ein Geräusch. WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT

Fr. 27.1. 19 – 23 Uhr

All in One

DER Partyblockbuster für Kids & Teens. Bis 23 Uhr öffnet die WERKSTADT in Witten gemeinsam mit dem Team des Kinder- und Jugendparlaments Witten die Pforten für Discokings & -queens zwischen 12 und 15 Jahren. Außerdem lockt die Tombola der Sparkasse mit tollen Preisen! WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT



Sa. 28.1. 18 Uhr

Fackelwanderung mit Grünkohlessen

Abendliche Entdeckungsreise im Fackelschein mit traditionellem Grünkohlessen. Anmeldung beim Stadtmarketing Witten, 02302-19433

Sa. 28.1. 20 Uhr

Johannes Flöck:

„Wenn Happy und Birthday getrennte Wege gehen“

Endlich ist es da: Das Jubiläumsprogramm, der lustigste Extrakt aus sechs erfolgreichen Bühnenprogrammen – aus 15 Jahren Happiness – und getreu dem

Motto von Johannes Flöck: „Es kommt nicht drauf an wie alt man ist – sondern wie man alt ist.“ Saalbau Witten, Bergerstraße 25.

Sa. 28.1. 22 Uhr

80er Party

Die Kult-Party mit den Kult-Hits. Im Rausch von „Don't stop, Believin'“ und kultigem Mainstream der 80ies mit Madonna, Depeche Mode, Michael Jackson, U2, R.E.M., Simple Minds, Nena, Bryan Adams wird die Nacht zum Tag gemacht. WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT

So. 29.1. 11 – 16 Uhr

Mädchenklamotte –

„Der Mädelsflohmarkt“

Hier findet ihr alles, was euer Mädels-Herz begehrt. Vintage-Teile, Second Hand-Klamotten, Designerkram, Kindersachen und -ausstattung, Schuhe, Schmuck, Accessoires, Selbstgemachtes, Ausrangiertes u.v.m. Saalbau Witten, Bergerstraße 25

So. 29.1. 9 – 19 Uhr – Eintritt frei

Jugend musiziert

54. Regionalwettbewerb Westfalen-West

Junge Gesangstalente der unterschiedlichen Altersgruppen zeigen in diesem Jahr in Witten ihr Können. Haus Witten, Ruhrstraße 86, Musikschule Witten

Mo. 30.1. 15 Uhr

Exkursion zu den Mineralquellen Hövelmann

Die Werksbesichtigung der „Mineralquellen und Getränke H. Hövelmann GmbH“ in Duisburg blickt hinter die Kulissen des Herstellers von Limonaden und Mineralwasser. Bekannte Marken sind Ardey, Rheinfels Quelle, Römerwall und Sinalco. Dauer ca. 1,5 Std. Anmeldung erforderlich (02324) 9247151 oder birgit.schulz@lwl.org.

Di. 31.1. ab 20 Uhr

Von Goethe bis...

„Es war getan fast eh gedacht“ – Abschlussabend des Kurses „Freude am Sprechen“ mit Blanche Kommerell und Studierenden. Audimax, Universität Witten/Herdecke, Alfred-Herrhausen-Str. 50, WIT

Mi. 1.2. 20 Uhr

Lesung mit Dr. Herbert Knorr und Fritz Eckenga

„Schitt häppens“

Von Serienmördern und Stehpinklern „Mord und Totschlag aussem Pott“. Gastleser: Fritz Eckenga. Martha Kowalski hat die Schnauze dicke. „Der Jupp muss weg!“ Die Sechshundachtzigjährige will ihren Mann loswerden; der kümmert sich nämlich nur noch um seine Tauben, scheuert in Erinnerung an seine Bergmannszeit tagtäglich die alte Seilscheibe im Garten, ist seit fünfundsechzig Jahren Ehe passionierter Stehpinkler und versaut fortwährend die schönen Klofliesen. Haus Witten, Ruhrstraße 86

Fr. 3.2. 20 Uhr

Lutz von Rosenberg Lipinsky

„Wir werden alle sterben!“

Lustiges Kabarett und intelligente Comedy! Deutschland ist in Aufruhr – jeden Morgen dieselbe Frage: Worüber regen wir uns heute auf? Und: Womit fangen wir an? Flüchtlinge oder Aldi-Toast? Politiker oder öffentliche Verkehrsmittel? Wer jagt uns mehr Angst ein: Die Mehrwertsteuer oder doch die Ehefrau? Saalbau Witten, Bergerstraße 25

Sa. 4.2. 18.30 Uhr

Whisky-Tasting

Jörg Blömekes Whisky Raritäten-Verkostungen sind immer etwas ganz besonderes, denn der Whisky-Kenner gräbt unter anderem besondere und trotzdem bezahlbare Schätzchen in geringer Auflage aus. Zwischen sechs Sorten Whisky wird Grünkohl mit Mettwurst und Bratkartoffeln als solide Grundlage gereicht. Auf vorherige Anfrage kann auch ein vegetarisches Gericht vorbereitet werden. 49,- € inklusive Essen, 20,- € Autofahrerpreis; Karten nur im Vorverkauf bis 29.01.2017 Haus Oveney, Oveneystr. 65, BO

So. 5.2. 19 Uhr

Matze Knop – sein neues Standup Programm

„Diagnose Dicke Hose“

Dein Vater fährt Porsche, dein Bruder trägt ne Rolex und deine Nachbarin leistet sich dreimal im Jahr Urlaub in der Karibik. Nur dir sagt man ständig, du sollst auf dem Teppich bleiben. Jetzt ist Schluss damit! Es ist höchste Zeit für meeeehr! Saalbau Witten, Bergerstraße 25

So. 5.2. 14.30 – 17.00 Uhr

Live-Piano

zur Kaffee-Zeit

Wenn man am Ende des Winters endlich mal wieder an die See möchte, ist es draußen vielleicht noch klirrend kalt oder usselig regnerisch. Dann laden wir Sie wieder von Anfang Januar bis Mitte Februar 2017 sonntags nachmittags zu Kaffee und Kuchen, Glühwein oder heißem Kakao mit Waffeln und musikalischer Begleitung ein. Der Musiker Maik Hester präsentiert Klavier-Musik mit dem Prädikat „Wunderbar“ und zaubert wunderschöne Atmosphäre ins winterliche Restaurant. www.maikhester.net; Eintritt frei Haus Oveney, Oveneystr. 65, BO

So. 12.2. 14.30 – 17.00 Uhr

Live-Piano

zur Kaffee-Zeit. Mit Maik Hester. Eintritt frei Haus Oveney, Oveneystr. 65, BO

Sa. 11.2. 20 Uhr

Musical Highlights 2017

Das Beste aus über 20 Musicals: Große Gefühle – tolle Stimmen – beste Unterhaltung mit 7 Original-Interpreten. Weitere Infos: www.musical-highlights.com. Hattingen, Gebläsehalle im LWL-Industriemuseum, HAT

Bis So. 26.2. ganztägig

Ausstellung

„TECHNOPHILIA“

Der Künstler und Ingenieur Gerhard Hahn zeigt sein Projekt im Keller des Gebläsehauses. LWL Industriemuseum Werksstraße 31-33, HAT



Do. 19.1. 19 Uhr

Feuerwerk der Turnkunst – 2Gether

Westfalenhalle 1

Fr. 20.1. 19 Uhr

Prinzenball

Westfalenhalle 2

Fr. 20.1. 20 Uhr

André Rieu

Westfalenhalle 1

Sa. 21.1. 20 Uhr

„Nur Nuhr“

Dieter Nuhr, Westfalenhalle 1

Sa. 21. + So. 22.1. 11 – 18 Uhr

Hochzeitstage

Westfalenhalle 5

Fr. 27.1. 19.30 Uhr

Musikparade 2017

Europas größte Tournee der Militär und Blasmusik

Di. 31.1. – So. 5.2. 10 – 18 Uhr

JAGD & HUND

Westfalenhallen 3B - 8

Di. 31.1. – So. 5.2. 10 – 18 Uhr

FISCH & ANGEL

Westfalenhallen 2, 2N, 3A

Sa. 4.2. 20 Uhr

Bülent Ceylan

Westfalenhalle 1

Westfalenhalle 1

Mi. 8.2. 20 Uhr

Das Phantom der Oper

Westfalenhalle 3 A

Fr. 10.2. 20 Uhr

FALCO – Das Musical

Westfalenhalle 3A

Sa. 11.2. 20 Uhr

EXODUS 2017

Westfalenhalle 1

Sa. 11. + So. 12.2. 10 – 17 Uhr

Dortmunder Antik- und Sammlermarkt

Westfalenhalle 8

Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.

Weitere Infos z.B. unter:

www.lwl.org

www.lwl-industriemuseum.de

www.kulturforum-witten.de

www.werk-stadt.com

www.hattingen.de

www.vhs.hattingen.de

www.westfalenhallen.de

www.kamk.de

Image Magazine

für Witten, Sprockhövel und Hattingen

Ihre Image-Mediaberater:

Was können wir für Sie tun?



Monika Kathagen

Telefon: 023 02-98 38 98-3
E-Mail: mk@kamk.de



Barbara Böhner-Danz

Telefon: 023 02-98 38 98-4
E-Mail: bb@kamk.de



Johanna Zaborowski

Telefon: 023 02-98 38 98-7
E-Mail: jz@kamk.de

Die ganze Welt der Sicherheit

ME Sicherheitsberatung

- Fenster- und Türsicherungen
- Einbruchmeldeanlagen
- Brandmeldeanlagen
- Videoüberwachung
- Elektronische Zylinder

Fordern Sie unseren **kostenlosen „Sicherheitsberater“** an!

ABUS Security Tech Germany

Bebelstr. 19 • 58453 Witten • www.me-sicherheit.de
☎ 023 02 / 278 1177

Paul Rybarsch

Kompetenz die Sie hören können

Hörgeräte

Witten Tel: 18071
Im Johannisviertel
Johannisstr. 17
eigener Parkplatz



T-Shirt Bedruckung

Uns auch! **Image**

☎ 023 02 / 9 83 89 80

KATHAGEN
media+kommunikation

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 2.2.2017

Anzeigenschluss: Freitag, 20.1.2017

Image

Herausgeber: Monika Kathagen, Thiestraße 7 • 58456 Witten

Verlag und Redaktion: Kathagen-media press, ☎ 023 02/98 38 980, Fax: 023 02/98 38 989,
E-Mail: uk@kamk.de, www.image-witten.de

Anzeigen und Redaktion: B. Böhner-Danz, C. Hamacher, M.+U. Kathagen, U. Lindner,
R. Schletter, T. Strehl (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: SDW Prospektwerbung, Bochum

Druck: Hitzegrad Print & Medien Service GmbH, Dortmund

Erscheinungsweise: Monatlich, kostenlos, Haushaltsverteilung in Witten u.a. Annen, Stockum, Rüdighausen, Innenstadt und Sonnenschein

Auflage: Insgesamt ca. 50.000 Exemplare mit Regionalausgaben Herbede, Heven, Bommern und Umgebung, Innenstadt, Annen, Stockum, und Rüdighausen

Es gilt die Preisliste Nr. 3 vom 1.3.2014. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

HAMMERTALER BAUSTOFFE

Alle Artikel nur so lange der Vorrat reicht! Angebote gültig bis 31.01.2017. Preise inkl. MwSt.

Bauholz auf Lager

- Kanthölzer, tauchimprägniert
8,0 x 8,0cm x 4,5m **10,60€/Stück**
- Kanthölzer, tauchimprägniert
8,0 x 10,0cm x 4,5m **12,85€/Stück**
- Kanthölzer, tauchimprägniert
10,0 x 10,0cm x 4,5m **15,00€/Stück**
- Kanthölzer, tauchimprägniert
12,0 x 12,0cm x 4,5m **23,00€/Stück**

Werkzeuge aller Art

- Dachlatten, technisch getrocknet
2,4 x 4,8cm x 4,5m **2,00€/Stück**
- Dachlatten, technisch getrocknet
4,0 x 6,0cm x 4,5m **4,00€/Stück**
- Holzbohle Fichte/Tanne
28 x 4 x 4,5m **17,70€/Stück**
- Schalbrett Fichte/Tanne
2,4 x 16cm x 4,5m **5,90€/Stück**
- OSB Platte Nut und Feder
250 x 67,5cm - 15mm **9,95€/Stück**

Streusalz

Jetzt für den Winter aufrüsten!

25kg: **4,80 €**
50kg: **9,50 €**

ab **4⁸⁰**
pro 25 kg

Porenbetonsteine

... und vieles mehr für
den Innenausbau

ab **1⁹⁹**
pro Stück

Einziehsocken

ab **3⁸⁸**
pro Paar



Hammertaler Baustoffe GmbH
Im Hammertal 99a
58456 Witten

Telefon 0 23 02 / 2 82 56-0
E-Mail info@hammertaler-baustoffe.com

Öffnungszeiten
Mo.-Fr. **6.00-16.00 Uhr**
Sa. **7.00-12.00 Uhr**

Internet:
www.hammertaler-baustoffe.com

Unser Lagerprogramm

- Baustellenbeton schon ab 0,25 m³
- Betonsteinpflaster in div. Farben
- alle gängigen Randsteine und Blockstufen
- Schüttgüter aller Art
- Kunststoffrohre und Schächte