

ImageWitten

MIT REGIONALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN

**Image verlost
15 Gutscheinebücher!**

Außerdem: Image Magazin-Leser erhalten
jetzt exklusiv **25 Prozent Rabatt**
auf die UVP von 22,95 € mit Code17!
Lesen Sie dazu auf S. 42



*Großes Aufatmen:
Die Kreuzung Ardey-,
Dortmunder – und
Husemannstraße ist
wieder freigegeben
worden.*

Foto: Th. Strehl

*Lesen Sie auch
den Text auf Seite 2.*



**Gewinnen
Sie Ihren Weih-
nachtsbaum,
s. Seite 30!**

Workers

Berufsbekleidung 1x Bochum 1x Witten

Arbeitsklamotten.de

Wiesenstraße 23a 58452 Witten | Hannibal Center Bochum Riemkerstraße 13



Privat & Gewerbeverkauf
Kauf auf Rechnung
Gewerberabatte
Druck- & Stick-Service

Liebe Leser,

wir sehen uns zwar vorm Fest noch einmal, aber was Weihnachten angeht, müssen wir schon seit Jahren eine Zeitverschiebung beobachten. Deswegen schon an dieser Stelle: Das Team vom „Image“-Magazin und alle Geschäftskunden wünschen Ihnen eine entspannte Adventszeit, und wenn es soweit ist, ein frohes Fest und einen heiteren Rutsch ins neue Jahr. Aber ich bin ein wenig vom Thema abgekommen: die Zeitverschiebung, und das ohne Einsteinsche Relativität. Aufmerksamen Zeitgenossen wird nicht entgangen sein, dass bereits Ende September das erste Weihnachtsgebäck heimlich, still und leise ins Warenangebot geschlichen ist. Keinen Monat später haben fortschrittliche Geschäftsleute die ersten Auslagen mit Winterpanoramen verziert und mit Kunstschnee ausgeschäumt. Marktplätze werden im Schein einer milden Herbstsonne mit Bretterbuden und Märchenszenarien erweitert. Kurzum: Wir sind der Zeit voraus. Auch was Weihevollens: Der Weihnachtsmarkt bekommt himmlische Hilfe vom Nikolaus persönlich. Sie können Weihnachtsbaum und Gutscheinebuch gewinnen, und auch wenn's fröhlich werden soll: Diabetiker und Depressive haben gerade jetzt Probleme, aber die sind lösbar. Dazu lesen Sie noch was über Geschenke-Tipps.



Thomas Drehl

Uwe Andresen neuer Leiter Bürgermeisterin dankte dem Vorgänger

Bereits wenige Tage nach offiziellem Amtsantritt steht für den neuen Leiter des Rechnungsprüfungsamtes, Uwe Andresen, der erste Ausschuss im Terminkalender: Der Rechnungsprüfungsausschuss (RPA) ist ein Ausschuss des Rates, der den 55-Jährigen einstimmig zum Nachfolger von Neu-Ruheständler Dieter Kleist gewählt hatte. Letzterem dankte Bürgermeisterin Sonja Leidemann bei ihrer Urkundenübergabe an Andresen für die „vertrauensvolle Zusammenarbeit“ und freut sich auf konstruktive Auseinandersetzungen mit dem Amt. Der Neue tritt sein Amt mit viel Erfahrung an, unter anderem: 8 Jahre Kämmerer; 4 Jahre Bauverwaltung; 5 Jahre Ausländerbehörde; 12 Jahre Amt für Wohnen und Soziales, zuletzt als Amtsleiter.



Bürgermeisterin Sonja Leidemann selbst half mit, symbolisch bei der Freigabe der Kreuzung zwei Barken wegzuräumen. Etwa 30000 Autos und Lkw fahren hier täglich vorbei. Foto: Strehl

Fahrer können tief durchatmen Verkehrsreiche Kreuzung wieder freigegeben

Autofahrer können tief durchatmen: Die Kreuzung Ardey-, Dortmunder- und Husemannstraße, eine der verkehrsreichsten der Stadt, ist wieder freigegeben. Zuvor wurden noch die Fahrspuren markiert. Danach konnte die umgebaute Kreuzung für den Verkehr freigegeben werden.

Bessere Luft durch weniger Staus – das war das Ziel beim Umbau. Was es gebracht hat, wird sich jetzt herausstellen: Die Stadt Witten teilt mit, dass der Kreuzungsumbau nach zehnmonatiger Bauzeit fast planmäßig beendet werden konnte und zusätzlich noch eine neue Signalanlage angebracht worden ist. Ganz fertig wird die Kreuzung in diesem Jahr allerdings nicht mehr, denn es fehlen noch ein paar Fahrbahnmarkierungen für den Radverkehr. Die Markierung der Fahrspuren für den Kraftverkehr, die für die Sicherheit an der Kreuzung eine entscheidende Rolle spielen, hat dagegen noch rechtzeitig geklappt. Doch auch das war bis zum Schluss eine Zitterpartie, weil die Telekom jüngst für ihre Baustelle mehrere Wochen länger gebraucht hat als geplant. Deshalb konnten die Markierungen – auch wetterbedingt – nicht früher aufgebracht werden.

Vor allem wegen des Luftreinhalteplans

Beschlossen wurde der Umbau der Kreuzung im Jahr 2010 vor allem wegen des Luftreinhalteplans, den die Bezirksregierung für die Ruhrstraße angeordnet hat. Zahlreiche kleinere Maßnahmen zwischen Wiesenstraße und Bahnhofstraße hatten zwar positive Effekte, reichten aber bei weitem nicht aus, um die strengen Auflagen zu erfüllen. „Deshalb soll der Durchgangsverkehr in der Ruhrstraße verringert werden – indem es den Kraftfahrern erleichtert wird, um die Innenstadt herumzufahren“, erklärt Andreas Müller vom Planungsamt. Die Investition kostet insgesamt 1541000 Euro. 65 Prozent tragen Bund und Land, sodass für die Stadt Witten ein Eigenanteil von etwa 500000 Euro übrigbleibt. Um die Fördermittel zu erhalten, musste die Stadt die höhere Leistungsfähigkeit der Kreuzung vor dem Umbau exakt nachweisen.



NEU:
Jetzt mit 9
Veranstaltungsräumen

Modernes Ambiente

- übernachten
- tagen
- feiern

Ideal auch für Familienfeiern!



UNSER ANSPRUCH IST ES, GUTE GASTGEBER ZU SEIN!

Sie planen eine private oder geschäftliche Weihnachtsfeier?
Unser Haus bietet den idealen Rahmen – von 5 bis 100 Personen.

Gerne beraten wir Sie persönlich – unter der
Rufnummer 023 02/98 488-0.



Ardeystraße 11 – 13 · 58452 Witten · info@ardey-hotel.de · www.ardey-hotel.de

Witten-Mitte-Begegnungszentrum

Dienstag, 19. Dezember, 14 Uhr

„Weihnachtscafé“



Jedes fünfte Kind ist arm

Uni unterstützt Ruhrtal-Engel-Wunschaktion

Die Uni Witten/Herdecke unterstützt wieder die Weihnachtswunsch-Aktion der Ruhrtal-Engel. Bis zum 15. Dezember können Interessierte Weihnachtsgeschenke für bedürftige Kinder in der Universität abgeben.

In Witten lebt jedes fünfte Kind an der Armutschwelle. Bedürftige Familien sowie Kinderheime und soziale Einrichtungen haben nicht die finanziellen Möglichkeiten, all diesen Kindern ein Weihnachtsgeschenk zu kaufen. Die Ruhrtal-Engel haben es sich daher auch in diesem Jahr zur Aufgabe gemacht, möglichst vielen Kindern einen Weihnachtswunsch zu erfüllen. Zum nun bereits dritten Mal wird die Universität Witten/Herdecke (UW/H) diese Aktion unterstützen.

In der Info- und Poststelle am Hauptcampus sowie im Gebäude an der Stockumer Straße 10 in Raum E1 bei Sabrina Führer finden Studierende, Mitarbeiter sowie Bürger, die helfen möchten, Wunschlisten einig bedürftiger Kinder aus Witten.

Mehrere Personen können sich ein Geschenk teilen

Auf dieser Liste ist zudem ein Alternativwunsch vermerkt, falls ein Geschenk mal nicht zur Verfügung stehen sollte. Die Wünsche haben einen Wert von etwa 20 Euro. Wer als Spender mitmachen möchte, kann sich einen Weihnachtswunsch aussuchen und sich mit seinem Namen in die ausliegende Wunschliste eintragen. Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, sich mit mehreren Personen ein Geschenk zu teilen. Die Geschenke sollten dann weihnachtlich verpackt bis zum 15. Dezember an den genannten Stellen abgegeben werden. Am 18. Dezember werden die Mitarbeiter die gesammelten Geschenke dann an die Ruhrtal-Engel übergeben. Weitere Informationen: Katja Löhmann, katja.loehmann@uni-wh.de oder 023 02/92 64 08.

Ihr Fahrdienst aus Witten

SICHER & BEQUEM

im gesamten Ennepe-Ruhr-Kreis unterwegs sein



Transporte:

- sitzend ✓
- liegend ✓
- im Trage- und Rollstuhl ✓



ASB KV Witten e.V. • Westfalenstraße 43 • 58453 Witten

0 23 02 / 910 88 0 • info@asb-en.de • www.asb-en.de

Wir für Sie vor Ort ... Gewinnen Sie 30 Euro

Auf dieser Seite finden Sie Kleinanzeigen, die alle mit Zahlen versehen sind. Bei drei dieser Anzeigen haben wir außerdem ein kleines Glückskleeblatt versteckt.

Merken Sie sich die drei Zahlen derjenigen Anzeigen, die mit einem Kleeblatt gekennzeichnet sind. Diese drei Zahlen und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) schicken Sie per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Thiestraße 7, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an **sb@kamk.de**



mit dem **Stichwort „Preisrätsel Witten“**. Einsendeschluss ist der 10.12.2017. Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des „Image“-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Der Gewinner des 30-Euro-Preises wird per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt.

Glücksklee-Gewinnspiel November

Die Gewinner von jeweils 30 € für sind: Anne-liese Rakowski und Frank M. Rimkus, Witten; Tobias Brune, Wetter, und Bärbel Jülke, Hattingen. **Image** sagt herzlichen Glückwunsch.



1

Die Pflegenden Hand · Ambulante Pflege
Annenstraße 145 · 58453 Witten-Annen
☎ 02302/62930 · www.dpfh.de

seit 1989

2

Paul Rybarsch
Kompetenz die Sie hören können
Hörgeräte
Witten Tel: 18071
Im Johannisviertel
Johannisstr.17
eigener Parkplatz

3

Ihr Objekt machen wir sicher!

- Fenster- und Türsicherungen
- Funk-Alarmanlagen
- Brandmeldeanlagen • Videoüberwachung
- Elektronische Zylinder

Sicherheit **BHE** **VDS** **VdS**

• Errichter EMA • Errichter BMA
• ISO 9001 • DIN 14675 (alle Phasen)
• Dienstleister für Sicherheitsanlagen nach DIN EN 16763

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

4

Lanwehr Heizöl
Tel.: 02302/91 42 50

5

Der Gute Alte Neue Dorfplatz
Seit 2014 Ihr Treffpunkt in Annen
Gut bürgerliche Küche
Frühstück – Mittagstisch – Kaffeezeit
Annenstraße 145 · 58453 Witten-Annen
☎ 02302/62930

Weihnachtsmarkt hat himmlische Hilfe vom Nikolaus

Laternenumzug ist farbenfroher Vorbote für das familienfreundliche Rahmenprogramm

Ein Besuch in der Vorweihnachtszeit auf dem Wittener Weihnachtsmarkt gehört einfach dazu. In diesem Jahr lädt das Stadtmarketing von Donnerstag, 23. November, bis Samstag, 23. Dezember, ein, sich die vorweihnachtliche Zeit auf dem festlich geschmückten Weihnachtsmarkt in Witten zu versüßen.

Zur Einleitung der eigentlichen Eröffnung setzte sich am Donnerstag, 23. November, ein bunter Laternenumzug als farbenfroher Vorbote für das besonders familienfreundliche Rahmenprogramm des Weihnachtsmarktes in Bewegung. Nach dem kleinen Umzug, der am Rathausplatz endete, wurde dort die Eröffnung des Weihnachtsmarktes durch das Christkind und die Bürgermeisterin Sonja Leidemann vorgenommen. Somit ist die Weihnachtszeit von Seiten der Stadt offiziell eingeleitet.

In weihnachtlicher Atmosphäre können die Besucher nun entlang der Bahnhofstraße, über den Berliner Platz bis hin zur Stadtgalerie bummeln, sich von liebevollem Kunsthandwerk inspirieren und von leckeren Düften zu kulinarischen Genüssen verführen lassen. Der Weihnachtsmarkt ist täglich von 11 bis 20 Uhr geöffnet, sonntags von 14 bis 20 Uhr, am verkaufsoffenen Sonntag, 17. Dezember, von 13 bis 18 Uhr.

Wie Andrea Kwasny vom Stadtmarketing verrät, werden die kleinen Puppen in den Märchenhütten in diesem Jahr durch das altwestfälische Puppentheater aus Ibbenbüren in Wesen aus der Märchenwelt verwandelt, während das Kindertheater die kleinen Gäste des Weihnachtsmarktes an verschiedenen Tagen mit schönen Geschichten mit auf eine wundersame Reise in die Welt der Engel und Prinzessinnen nimmt. Das altwestfälische Puppentheater besucht den Weihnachtsmarkt zudem jeden Freitag ab 16 Uhr auf dem Rathausplatz und jeden Sonntag auf dem Berliner Platz.

Bezaubernde Engel

Weiterer Anziehungspunkt für die kleinen Gäste ist die Wünsche-Hütte, in der bezaubernde Engel den Kindern helfen, ihre Wünsche auf einen himmlischen Flug zu schicken. An anderer Stelle lädt Schmied Patrik dazu ein, kleine Kunstwerke zu schmieden, und in der Wich-

telwerkstatt können die Kinder kräftig basteln und werkeln. Natürlich bindet auch der Nikolaus am 6. Dezember den Wittener Weihnachtsmarkt in seinen langen Weg ein. Eine kleine Kinderweihnachtsshow wird die Kinder an seinem Ehrentag ab 16 Uhr zum Lachen und auch wieder zum Träumen bringen. Der heilige Mann wird zusammen mit Weihnachts-Eisbär „Knutsch“ um 17 Uhr erwartet. Am 10. Dezember kommt der Nikolaus nochmals, um sich für ein Erinnerungsfoto mit den Kindern ablichten zu lassen.

Natürlich sollen sich auch die erwachsenen Besucher vielfältig auf die Weihnachtszeit einstellen: Am Stall von Bethlehem werden die Weihnachtsgeschichten die Herzen der Zuhörer erreichen und alte und neue Weihnachtslieder auf der neu gestalteten Bühne erklingen, wenn die Kinder der evangelisch-freikirchlichen Gemeinde und die Schüler der Breddeschule singen.

Laut und heiß

Laut und heiß geht es am 2. Dezember zu, wenn die dampfbetriebene Parallelwelt von „Streamtropolis“ mit einer futuristischen Feuershow für eine Erwärmung am kalten Wintertag sorgen wird.

Die Tanzschule Feldmann-Hartmann, die „Rhythmic-Trumpets Ruhrlandgruss Witten“ und die „Casanova Jazzband“ sind nur einige der vielen Akteure, die ebenfalls zum Gelingen des Weihnachtsmarktes beitragen werden.

Eine große Anziehung wird auch in diesem Jahr wieder die im Lichterglanz erstrahlende Eisbahn in der „Eisstadt“ auf dem Rathausplatz ausüben. Das Kulturzentrum Werkstatt und das Stadtmarketing haben wieder eine Attraktion geschaffen, die in der nahen Umgebung einzigartig ist. Tolle Aktionen für Groß und Klein warten auf die Besucher: Highlight dabei wird der Stadtwerke-Cup im Eisstockschießen am 16. Dezember sein, bei dem sportliche Teams gegeneinander um einen Pokal wetteifern.

Die Eisfläche kann auch für Kindergeburtstage und Firmen-Events gebucht werden. Schulklassen haben sogar die Möglichkeit, das Eisvergnügen nach Anmeldung kostenlos zu genießen. Der Zauber auf dem Eis endet erst am Sonntag, 7. Januar 2018.

Wer sich nach dem kalten Erlebnis wieder aufwärmen möchte, sollte sich die heißen oder kalten Angebote der Gastronomen nicht entgehen lassen. Die traditionelle und beliebte Glühweinscheune von Aufermann wird in diesem Jahr um den Ausschank „Gran Paradiso“ ergänzt. „Ratskeller“ und „SnI-Event“ sorgen für einen weiteren Hot-Spot für Geselligkeit und Gemütlichkeit auf dem Rathausplatz. Am verkaufsoffenen Sonntag, 17. Dezember, präsentiert Witten seinen längsten Stollen und lädt zur Verkostung ein. Sportlich geht es wieder am zweiten Sonntag im Dezember zu, wenn der PV-Triathlon Witten zum 27. Mal seinen Weihnachtslauf startet und 1000 Läufer die Bahnhofstraße durchlaufen werden. (www.triwiw.de). Das detaillierte Programm mit allen Aktionen und Zeiten des Weihnachtsmarktes und der „Eisstadt“ findet sich unter: www.wittener-weihnachtsmarkt.de.



Nachdem der Posaunenchor Bommern die Weihnachtsmarktbesucher am Eröffnungstag auf dem Marktplatz festlich eingestimmt hatte, kam das Christkind mit ein wenig Verspätung doch noch. Ein himmlischer Regenschauer hatte es etwas aufgehalten. Die Freude war groß, als es kleine Gaben an die Gäste verteilte. Der Weihnachtsmarkt dauert noch bis Samstag, 23. Dezember.

Foto: Thomas Strehl

Der letzte in diesem Jahr

Verkaufsoffener Sonntag am 17. Dezember

Der letzte verkaufsoffene Sonntag in diesem Jahr ist der 17. Dezember. Das Thema ist umstritten. Nach einem Urteil des Oberverwaltungsgerichtes mussten die Kommunen die Zahl besagter Sonntage verringern. Nur noch traditionelle Anlässe können künftig ein Grund für einen verkaufsoffenen Sonntag sein.

Nach dem Ratsbeschluss der Stadt Witten sind Termine für folgende Anlässe festgelegt worden: Herbeder Kindertage, Himmelfahrtskirmes, Zwiebelkirmes, Herbeder Oktoberfest und der 3. Advent anlässlich des Wittener Weihnachtsmarktes. Die Öffnungszeiten sind ebenso festgelegt, und zwar von 13 bis 18 Uhr.

Die Teile des Stadtgebietes, in denen Geschäfte geöffnet sein dürfen, werden durch eine Liste mit Straßennamen beschrieben, wobei beide Straßenseiten zum Gebiet gehören.

Firma betritt Privatgelände

Stadtwerke überprüfen Freileitungsmasten

Die Stadtwerke Witten werden am **Mittwoch, 8. November**, mit der **Überprüfung der etwa 2500 Holzmasten im 0,4 kV-Freileitungsnetz im Wittener Stadtgebiet** beginnen. Diese Arbeiten werden **voraussichtlich bis im Frühjahr 2018 andauern**.

Die turnusmäßige Überprüfung dient der Versorgungssicherheit. Dabei werden die Holzmasten bestiegen und das Holz untersucht. In dem Zuge wird auch eine Schutzbandage angebracht. Dafür müssen die Mastfüße etwas freigegeben werden.

Die Arbeiten führt die Firma Kremer Mastenschutz aus. Bei den Prüfungen müssen auch Privatgrundstücke betreten werden. Die Stadtwerke Witten bitten darum, den Mitarbeitern Zugang zu den Maststandorten zu gewähren.

Auf den Firmenwagen wird ein Magnetschild mit der Aufschrift „Wir arbeiten für Stadtwerke Witten“ haften, und die Mitarbeiter können sich auch mit einem Dienstaussweis zu erkennen geben.



ABENDBROT-BUFFET

JEDEN DIENSTAG UND JETZT AUCH FREITAGS
17.00 BIS 21.00 UHR

Genießt ein großes Abendbrotbuffet mit kalten und warmen Speisen. Auf euch warten unsere besten Brote und zahlreiche Spezialitäten. **11,50€** pro Person.

Das Abendbrotbuffet findet im Backhaus
Dortmunder Str. 51 58455 Witten statt.

Unser Abendbrot könnt ihr jetzt bequem unter:
www.backhaus.nrw online reservieren.



Die Verwaltung freut sich

Witten erhält Bauförderung für Innenstadt

Die Stadtverwaltung der Stadt Witten freut sich über ein positives Signal zur Innenstadtentwicklung: Für die Innenstadt, die „City“, wurden beantragte Maßnahmen in Höhe von 1050 000 Euro als „förderfähig“ anerkannt.

Der entsprechende Bescheid der Bezirksregierung ging Anfang November bei der Verwaltung ein. Mit den Mitteln sind die Fortschreibung des „Integrierten Städtebaulichen Entwicklungskonzepts“ (Isek, 60 000 Euro) und die „Erstellung einer Erhaltungs- und Gestaltungssatzung“ (50 000 Euro) vorgesehen. Der mit Abstand größte Teil der Summe soll in die Umgestaltung des Johannisviertels fließen (erster Bauabschnitt: 940 000 Euro).

Die Fortschreibung des Isek ist in das noch laufende Entwicklungskonzept aus dem Jahr 2008 eingebunden und wird bereits mit Unterstützung der „Planungsgruppe Stadtbüro“ erarbeitet. Unter anderem war das Büro jüngst mit einem Stand auf dem Wochenmarkt vertreten, um Meinungen zur Innenstadt einzuholen. Weitere Beteiligungen, unter anderem auch online, werden noch folgen.

Das fertige Konzept wird die Grundlage für zukünftige Städtebaufördermaßnahmen bilden. Diese Vorgehensweise ist mit dem Bauministerium und der Bezirksregierung Arnsberg abgestimmt. Informationen zur Innenstadt gibt's beim Stadtteilforum am Dienstag, 5. Dezember. Wer Informationen aus erster Hand erhalten möchte, ist zum Stadtteilforum in der Johannis-Kirchengemeinde, Bonhoefferstraße 10, eingeladen. Das Stadtteilforum beginnt um 18.30 Uhr.



Das Johannisviertel soll aufgewertet werden, zudem wird die Verkehrsführung angepasst. Die Maßnahme steht unter anderem im Zusammenhang mit der Entwicklung des Kornmarkts.

Goldig: Wurde auch Zeit

Rathaus: Sanierung und die Turmuhr

Stadtkasse und Geschäftsbuchführung sind vom FEZ in die Brauckstraße gezogen; der zweite Umzugstermin als Vorbereitung auf die Rathaussanierung – zunächst: der Südflügel ab 2018 – stand auf dem Programm.

30 Mitarbeitende der Kämmerei – das Sachgebiet Geschäftsbuchführung und die Abteilung Zahlungsabwicklung (Stadtkasse) – sind aus dem Forschungs- und Entwicklungszentrum in der Alfred-Herrhausen-Straße 44 in die Brauckstraße 14 umgezogen.

Auch hier galt wieder der straffe Zeitplan, der verwaltungsintern als „Leitfaden“ für alle Umziehenden aufgestellt wurde: Für jeden Umzug sind maximal drei Tage eingeplant. An einem Tag wird eingepackt, am nächsten Tag ist „Transfer“, und tags darauf geht's ans Auspacken. Danach begann in der Brauckstraße das Tagesgeschäft – übrigens im vorderen der vier Gebäudeteile, weil die Stadtkasse zu den „Publikumsämtern“.

Im Kreise glänzender Ziffern

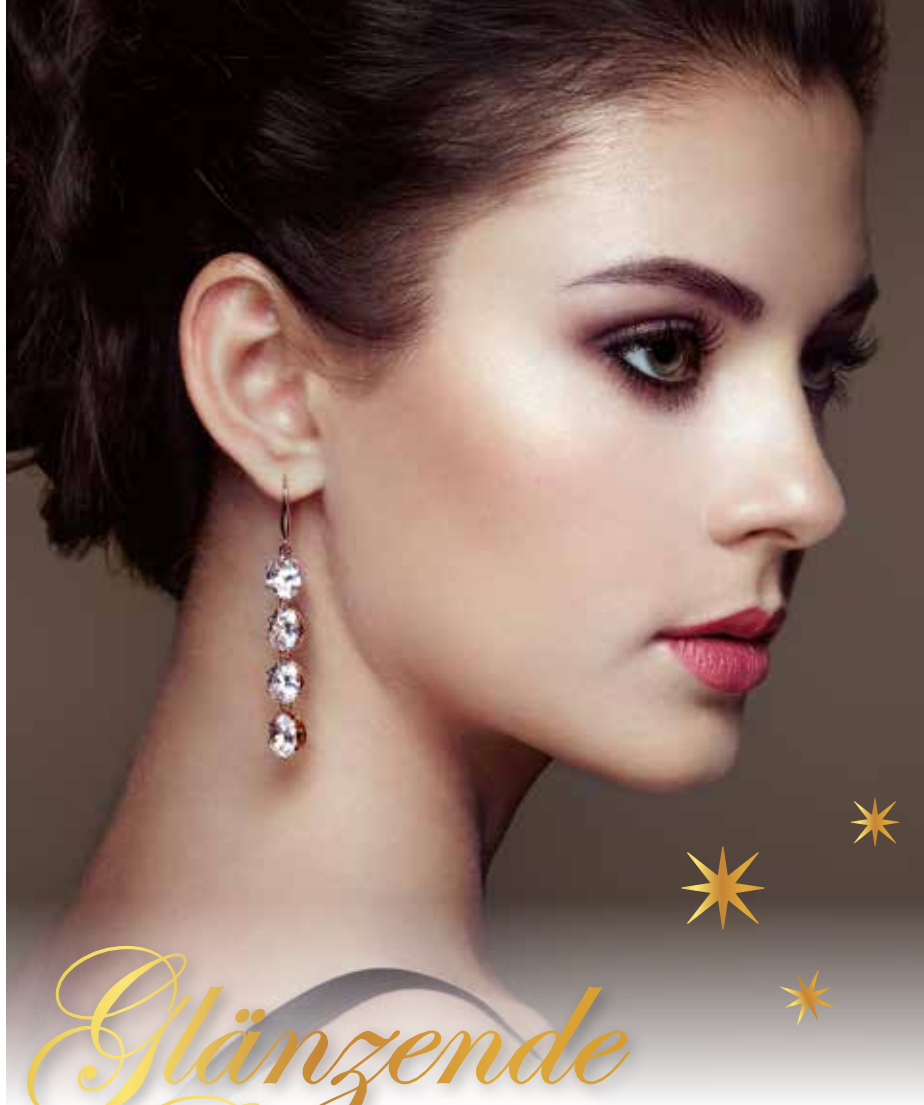
Die Zeiger der Rathausturmuhre drehen sich wieder im Kreise goldglänzender Ziffern. Bereits seit geraumer Zeit sind auf allen vier Seiten des Rathausturms die römischen Ziffern des Uhrenblattes wieder sichtbar und strahlen bei Sonnenschein wunderbar golden. So hat es der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) als Denkmalbehörde für die Oberfläche der Kupfer-Elemente vorgegeben, weil schon die ursprünglichen Ziffern der Rathausturmuhre „goldig“ waren.

Alle äußeren Elemente der Uhr waren im Zuge der Turmsanierung demontiert worden, um denkmalgerecht erneuert zu werden. Jetzt sind auch die beiden Zeiger und natürlich die Zeigerwellen von einer Fachfirma montiert worden. Nun können die Wittener wieder aus allen Himmelsrichtungen einen Blick auf die Turmuhr werfen. Wurde auch Zeit.

Gegen Politikverdrossenheit

Erneut galt es, auf ein erfolgreiches Jahr Juso-Arbeit zurückzublicken: Gemeinsam engagierten sich die Jusos für ein starkes Europa und gegen Politikverdrossenheit und Populismus. Daneben gehörten auch politische Abende zur Agenda. Die Themen dabei: von Netzpolitik bis hin zu den politischen Entwicklungen in den USA.

Auf der Tagesordnung standen auch Wahlen. Die Zusammensetzung des Vorstands: Vorsitzender: Philip Raillon; stellvertretender Vorsitzender: Maximilian Locher; Schriftführerin: Lara Quell; Beisitzer: Robert Beckmann, Christopher Fahsold, Anna Krawietz, Jonas Halbe, Anastasia Heidorn. Delegierter für den SPD-Stadtverbandsausschuss: Thomas Placzek; Pressebeauftragter: Philipp Menken.



Glänzende Geschenkideen

Gerade zur Weihnachtszeit verschenken viele Menschen Schmuckstücke aus edlen Metallen und Steinen. Wer das möchte, sollte vor dem Kauf einiges über das Material wissen.

Gerade zur Weihnachtszeit verschenken viele Menschen Schmuckstücke aus Edelmetall. Wer das möchte, sollte vor dem Kauf einiges über das Material wissen. Reines Gold beispielsweise ist es in der Regel nicht, was auf dem Gabentisch liegt, sondern Legierungen. Das sind Zusammensetzungen von Gold mit Metallen wie Kupfer, Silber, Palladium, Platin, Zink und Eisen.



Gold und seine Legierungen: Wer Schmuck verschenkt, sollte sie kennen.

Die Herstellung von Legierungen hat oft praktische Gründe. Reines Feingold ist für die Schmuckherstellung zu weich und neigt zu Kratzern. Deshalb wird es durch andere Materialien, meist Silber und Kupfer, ergänzt. Die wichtigsten Legierungen sind 333er Gold, 585er Gold, 750er, 900er, 916er und 986er Gold, während man beim 999er Gold eigentlich nicht mehr von einer Legierung sprechen kann - es handelt sich um nahezu reines Gold, aus dem zum Beispiel Barren und auch viele Anlagemünzen gefertigt werden. In manchen Ländern wird eine Le-

gierung aus 333er Gold als „vergoldet“ bezeichnet. Es ist nicht so wertvoll, kann Allergien auslösen und oxidiert auch leichter. Wer in Deutschland ein Schmuckstück aus Gold kauft, findet einen entsprechenden Stempel (Fachausdruck „Punze“) 333', 585', 750' oder höher auf dem Schmuckstück. Je höher die Stempelzahl, desto höher der Reinheitsgehalt des Goldstücks.

Durch Zusätze bestimmter Legierungspartner in speziellen Verhältnissen können die verschiedensten Farbtöne erzielt werden. Am bekanntesten sind hierbei Weißgold und Roségold, es gibt aber auch die weniger verbreiteten Goldlegierungen Grüngold, Blaugold, Purpurgold und Schwarzgold.

Weißgold wurde einst als kostengünstige Alternative zu Platin oder Palladium entwickelt. Damit der ursprüngliche goldene Charakter des Edelmetalls nicht dominiert, wird der Weißgold-Legierung Silber, Kupfer und Palladium sowie teilweise auch Mangan, Chrom und Eisen hinzugefügt. Durch die aus der Mischung resultierende silbrige, kühl wirkende Farbe lässt sich Weißgold eindeutig von farbigem Goldtönen abgrenzen.

FÖPE

FOPE.COM



Gerling by EILOFF
Juwelier seit 1899

Bahnhofstr. 15 in Witten | Tel. 02302 / 52182
www.juwelier-gerling.de

Caritas: Sache nicht einfach laufenlassen

Schuldnerstatistik der Creditreform: Senioren besonders betroffen

Die Überschuldung privater Haushalte steigt weiterhin an. Laut dem neuen Schuldneratlas 2017 der Creditreform ist besonders das Ruhrgebiet von überdurchschnittlichen Steigerungsquoten betroffen.

wortlich. Die Caritas rät, rechtzeitige Hilfe zu suchen und Schuldenberater zu kontaktieren. Ein wesentliches Warnzeichen ist, wenn das Konto dauerhaft überzogen werde.

Schulden können den Arbeitsplatz gefährden, zu unerträglichen Spannungen in der Familie und zu Krankheit führen. Darum mahnt die Caritas: „Absolut falsch ist es, die Sache einfach laufen zu lassen und darauf zu hoffen, dass sich die Überschuldung schon irgendwie von alleine löst.“

Im NRW-Durchschnitt liegt die Quote bei 11,6 Prozent. Witten bewegt sich mit 11,76 Prozent etwa im Landesdurchschnitt. Die Stadtteile Stockum und Rüdighausen schneiden mit 8,44 Prozent gut ab. Dicht gefolgt von Herbede (9,01 Prozent). Wittener Schlusslicht ist das Postleitzahlgebiet 58452 mit 14,06 Prozent. Die PLZ-Gebiete 58455 (12,08 Prozent) und 58453 (12,9 Prozent) liegen im Mittelfeld. Besonders

auffällig ist die Überschuldung im Alter. „Laut Creditreform ist die Verschuldung von Senioren seit 2013 um 76 Prozent gestiegen“, sagt Hartmut Claes, Vorstand der Wittener Caritas. „Überschuldung äußert sich als massiver Einschnitt in das normale Leben und führt Betroffene oft genug in eine ‚Schockstarre‘“, berichtet Claes. Rund zwei Drittel der Überschuldungsfälle ließen sich auf folgende fünf Gründe zurückführen: Arbeitslosigkeit (20,2 Prozent), Erkrankung, Sucht, Unfall (15,3 Prozent), Trennung, Scheidung und Tod (12,8 Prozent), unwirtschaftliche Haushaltsführung (10,9 Prozent) und eine gescheiterte Selbstständigkeit (8,4 Prozent). Diese fünf Faktoren seien für insgesamt 67,6 Prozent der Überschuldungsfälle in Deutschland verant-

Im NRW-Durchschnitt liegt die Quote bei 11,6 Prozent. Witten bewegt sich mit 11,76 Prozent etwa im Landesschnitt. Grafik: Creditreform/Boniversum

Wichtiger Baustein der Öffentlichkeitsarbeit

Kalender bietet Information zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf

Informationen zum Start ins Berufsleben, den Wiedereinstieg in den Arbeitsmarkt, die Aus- und Weiterbildung sowie zur Vereinbarkeit der Berufstätigkeit mit Kindern oder der Pflege von Angehörigen bietet jetzt der Familienkalender 2018 des „Netzwerkes W(iedereinstieg) Ennepe-Ruhr“.

Die städtische Gleichstellungsbeauftragte Cornelia Prill macht darauf aufmerksam, dass der Kalender ab sofort kostenlos in der Bürgerberatung im Zimmer 1 des Rathauses, in der Stadtbibliothek, im Jobcenter sowie in Familienzentren und Kitas und bei der Gleichstellungsstelle im Rathaus erhältlich ist – solange der Vorrat reicht: Mit Unterstützung des Jobcenters EN, des Landes und der EU konnten

12 000 Exemplare des Kalenders gedruckt werden, die jetzt im Kreisgebiet verteilt werden. Das Netzwerk, dem auch die Wittener Gleichstellungsstelle angehört, ist eine Initiative regionaler Akteure, das vom Ennepe-Ruhr-Kreis koordiniert wird. „Der Familienkalender ist ein wichtiger Baustein unserer Öffentlichkeitsarbeit“, sagt Cornelia Prill. Auf den zwölf Monatsblättern und fünf weiteren Seiten findet man wichtige Informationen und die Kontaktdaten von Ansprechpersonen.

Die Gestaltung des Kalenders erleichtert das „Familienmanagement“. Jedes Monatsblatt bietet viel Platz für die vielen unterschiedlichen Termine von Klein und Groß zwischen Januar und Dezember.

Witten ist Heiratsstadt

Broschüre erschienen

„Trauen Sie sich – bei uns in Witten“: Diese Broschüre ist in der fünften Auflage erschienen und auch online abrufbar.

Alleine in diesem Jahr – bis einschließlich 8. November 2017 – haben die Wittener Standesbeamten 660 Ehen geschlossen. Dass darunter auch 284 Paare (43 Prozent) von außerhalb waren, ist für Standesamtsleiter Volker Banhold keine Überraschung. Denn bei aller Bescheidenheit: Witten ist als Heiratsstadt sehr beliebt. Die Zahlen der jüngsten Jahre sprechen für sich: 748-mal gaben sich Paare 2016 das Ja-Wort, davon mehr als 300 von auswärts. 2015 trauten sich 704 Paare, 2014 waren es 652.

Die Gründe für die Nachfrage sind vielfältig: Ein echter Renner sind die verschiedenen und außergewöhnlichen Trauorte wie Schwalbe oder Steinhausen. Zudem haben die Samstags-Termine von 10 bis 17 Uhr starken Zulauf. Einen kleinen feinen Beitrag dazu, dass Paare gerne und gut vorbereitet in Witten heiraten, leistet sicherlich auch die Hochzeitsbroschüre. 1 000 Exemplare sind kostenlos erhältlich, etwa an den Trauorten, beim Stadtmarketing und – natürlich – beim Standesamt im Rathaus, Erdgeschoss.

Daten erfasst

175 Geburten registrierte das Standesamt der Stadt Witten im Oktober. 84 Mädchen und 91 Jungen kamen auf die Welt.

Im gleichen Zeitraum gab es 91 Sterbefälle: 42 Frauen und 49 Männer.

Weitere Daten, die im Standesamt erfasst werden: 73 Paare haben geheiratet und 8 Lebenspartnerschaften wurden in Ehen umgewandelt. 35 Ehen wurden geschieden oder durch Tod aufgelöst. 42 Männer erkannten ihre Vaterschaft an.

48 Änderungen der Religionszugehörigkeit und 25 Namensänderungen (in der Ehe; nach Auflösung der Ehe; für Kinder) wurden registriert. Bei 8 Kindern wurde die Abstammung geändert und festgestellt.



„Fußball ist unser Leben“: Wer kennt nicht die bekannte Moderation von Herbert Zimmermann 1954 mit der zur Legende gewordenen Live-Reportage vom Endspiel der damaligen deutschen Nationalmannschaft. Mit diesen Gedanken reiste eine Mannschaft von Bewohnern des AWO-Seniorenzentrums Witten in der Egge samt Trainer nach Dortmund ins Deutsche Fußballmuseum. Die Historie des deutschen Fußballs mit seinen Mannschaften, deren

Geschichten und Dramen waren von hohem Interesse. Trikots und die ersten Fußballschuhe mit Stollen wurden ebenso bestaunt wie natürlich die zahlreichen Pokale und Auszeichnungen. Im Anschluss wurde die „Mannschaft“ in der Hauptgeschäftsstelle der Arbeiterwohlfahrt in der Kronenstraße mit einem ausgewogenen und reichhaltigen Mittagessen verwöhnt. Dort hatte man dann auch die Zeit, gemeinsam über den einstigen Fußball zu philosophieren.

„Kaputtsparen“ hat Ende Aktionsbündnis unterzeichnet Resolution

Aus der Landeshauptstadt Saarbrücken kommt das Signal, dass das kommunale „Kaputtsparen“ bald ein Ende haben könnte. Das Aktionsbündnis „Für die Würde unserer Städte“, dem auch Witten angehört, hat die „Saarbrücker Resolution zur Gleichwertigkeit der Lebensverhältnisse“ unterzeichnet.

Das Bündnis fordert von der neuen Bundesregierung, den Fraktionen des Bundestages und den Länderregierungen die zeitnahe Bildung einer Kommission zur Wiederherstellung der Gleichwertigkeit der Lebensverhältnisse. Dabei geht es unter anderem um einen Altschuldenfonds zur Tilgung der dramatischen kommunalen Schuldenberge, die zum größten Teil die Folge von Gesetzen zum Aufbau des Sozialstaates zu Lasten der Kommunen sind. Die Entschuldung der Kommunen ist angesichts der drohenden Zinssteigerung höchst dringlich. Anlass der Zusammenkunft war die neunte Kommunalkonferenz des Aktionsbündnisses „Für die Würde unserer Städte“. Darin kämpfen insgesamt 70 hochverschuldete deutsche Städte für eine bessere Finanzausstattung und eine Entschuldung bei Bund und Ländern.

Nachhaltige Kommunalfinanzierung

Die versammelten Oberbürgermeister, Bürgermeister, Landräte und Kämmerer forderten den neugewählten Deutschen Bundestag, die künftige Bundesregierung und den Deutschen Bundesrat dazu auf, neue Grundlagen für eine zukünftig nachhaltige Kommunalfinanzierung zu legen. Hierzu zählt nach Ansicht der Experten, die jetzt noch günstige Konstellation auf den Kreditmärkten zu nutzen, um die Lösung des kommunalen Altschuldenproblems auf den Weg zu bringen. So soll garantiert werden, dass die Unterschiede in der Lebensqualität in den deutschen Städten nicht zu groß werden und dass die Menschen überall die gleichen Chancen für die gelingende Entwicklung ihrer Lebensperspektiven haben. Die versammelten Stadtspitzen waren sich darin einig, dass niemand vergessen werden soll – weder in der ländlichen Gemeinde noch im sozialen Brennpunkt einer Großstadt. Jeder soll die gleiche Chance zur Teilhabe bekommen.

Jahrhundertprojekt Rathaus „Stadtteilforum Innenstadt“ in Gemeinde

Das „Stadtteilforum Innenstadt“ findet statt am Dienstag, 5. Dezember. Treffpunkt ist um 18.30 Uhr im Saal der Johannis-Kirchengemeinde, Bonhoefferstraße 10. Wer sich eine Kinderbetreuung suchen muss oder anschließend noch auf den Weihnachtsmarkt gehen möchte, plant eine Dauer bis etwa 21 Uhr ein.

„Nur einen Katzensprung vom ‚Jahrhundertprojekt Rathausanierung‘ entfernt würde ich mich sehr über ein zahlreiches Publikum freuen“, sagt Bürgermeisterin Sonja Leidemann. Darüber hinaus möchte die Stadt an diesem Abend auch über den beginnenden Planungsprozess zur Fortschreibung des „Integrierten Handlungskonzeptes Innenstadt“ informieren und zur Mitwirkung aufrufen.



Ein Bild als Zeichen der Dankbarkeit: Der Caritas-Migrationsdienst hatte zum Tag der offenen Tür eingeladen. Neben den Gästen aus Verwaltung und Politik kam auch Suha Ameen (Mitte) mit ihrer Tochter. Als Vhs-Schülerin machte die junge Syrerin ein sechswöchiges Praktikum bei der Caritas. Aus Dankbarkeit bot die junge Künstlerin einen kostenlosen Malkurs für Flüchtlingskinder an. Eines ihrer Werke übergab sie an Caritas-Sozialarbeiterin Christine Henkel.

27. Wittener Weihnachtslauf

PV-T blickt auf 10.12.

Alle Aktivitäten und alle Blicke richtet der PV-Triathlon Witten zurzeit wieder auf den zweiten Sonntag im Dezember. In diesem Jahr fallen der zweite Advent und der Startschuss zum Wittener Weihnachtslauf auf den 10. Dezember.

Als feste Veranstaltung in der Wittener Vorweihnachtszeit werden bereits zum 27. Mal wieder rund 1000 Läufer jedes Alters für einige Stunden das Bild der Innenstadt prägen – gutes Wetter vorausgesetzt. Besonders stark beteiligen sich traditionell auch die Wittener Schulen.

Los geht es um 10 Uhr in Sichtweite des Wittener Weihnachtsmarktes vor dem Eingang der Galeria Kaufhof mit den Schülern in der Wertung U7, U8, U9 und U10 über einen Kilometer.

10.15 Uhr folgen die Schüler der Altersgruppen U12 bis U16 über 1,5 Kilometer. Die Schülerinnen der gleichen Altersgruppe gehen um 10.30 Uhr in ihr Rennen über die gleiche Distanz.

Für die Jüngsten, die Bambini (Jahrgang 2012 und jünger), fällt um 10.45 Uhr der Startschuss für den Startschuss vor der Galeria Kaufhof.



Für die Jüngsten, die Bambini (Jahrgang 2012 und jünger), fällt um 10.45 Uhr der Startschuss vor der Galeria Kaufhof.



Viele Läufer gehen weihnachtlich-kostümiert ins Rennen – für das schönste Kostüm und die teilnehmerstärkste Gruppe winken Preise wie auch auf die Sieger/innen der Plätze 1 bis 3 gesamt und der Altersklassen. Traditionell wird ein Teil der Einnahmen für einen guten Zweck gespendet.

ihren Lauf über rund 300 Meter. Jedes Kind erhält im Ziel auch eine Urkunde und ein kleines Präsent. Ein Startgeld wird für die Kleinen nicht erhoben. „Oft werden die Kleinsten von Mama, Papa, Opa oder Oma begleitet“, freut sich Jobst Pastor, 1. Vorsitzender des PV, über den gemeinsamen Familiensport für die Kleinsten der Kleinen.

Sind die Bambini im Ziel, wird um 10.55 Uhr der Lauf über 4,5 Kilometer für Jugendliche und Erwachsene gestartet. Der große Hauptlauf über 10 Kilometer startet ebenfalls traditionell um 11.40 Uhr. Wer die sechs Runden auf zwölf Füße aufteilen möchte, kann auch in einer 6er-Staffel –

gerne mit einem originellen Staffelnamen – mit eigener Wertung teilnehmen.

Ordentlich „Rückenwind“ entlang der Bahnhofstraße geben alljährlich viele hundert Zuschauer, die mit Beifall, Trommeln und Glocken für die richtige Stimmung sorgen. Aber auch viele Läufer gehen weihnachtlich-kostümiert ins Rennen – für das schönste Kostüm und die teilnehmerstärkste Gruppe winken Preise wie auch auf die Sieger der Plätze 1 bis 3 gesamt und der Altersklassen. Traditionell wird ein Teil der Einnahmen für einen guten Zweck gespendet. Gemäß der Devise „Lächelnd ins Ziel“ ist der Weihnachtslauf dann nach sechs

Runden geschafft. Natürlich stehen für Teilnehmer und Zuschauer auch wieder Kaffee und Kuchen auf der Bahnhofstraße bereit, und das Auto kann im Parkhaus der Galeria Kaufhof warten. Umkleide- und Duschmöglichkeiten gibt es in der Turnhalle des Schillergymnasiums. Anmeldungen bis Sonntag, 3. Dezember, online (www.triwit.de und weiter unter „Veranstaltungen“) oder am Veranstaltungstag im Rathaus bis 30 Minuten vor dem jeweiligen Start möglich, die Anmeldungen für den Bambini-Lauf werden nur am 10. Dezember im Rathaus entgegengenommen. Weitere Infos unter www.triwit.de und unter Ruf 87 86 28.

Pro Jahr bis zu 1 000 Euro – Es muss aber olympisch sein

Stadtwerke Witten fördern hochtalentierte junge Sportler – Man muss sich aber sputen

Der Sportsportverband (SSV) macht seine Vereine darauf aufmerksam, dass die Stadtwerke Witten hochtalentierte junge Sportler fördern. Doch man muss sich sputen: Die Antragsfrist endet bereits am 22. Dezember. Nach den Sport-Scout-Förderrichtlinien können Sportler, die

zwischen 14 und 23 Jahren alt sind und einem Bundes- oder Landeskader angehören, pro Jahr mit bis zu 1000 Euro individuell gefördert werden. Dabei spielt es keine Rolle, ob sie eine Individual- oder Mannschaftssportart ausüben. Allerdings muss es eine olympische Sportart sein oder

wenigstens eine Sportart von besonderem öffentlichem Interesse. Das heißt, es müssen offiziell anerkannte Weltmeisterschaften stattfinden.

Das Geld soll die jungen Sportler bei der Ausübung ihres Sportes unterstützen. Beantragen können den Zuschuss nur die Sport-

vereine. Um eine Förderung zu erhalten, muss die Startberechtigung für einen Wittener Verein vorliegen, der Mitglied des SSV ist. Vordrucke findet man unter www.ssvwitten.de (Downloads/Anträge/Sportsout/Individualförderung) auf der Homepage des Verbandes Witten.

Frohes Fest auch mit Diabetes

Alle Jahre wieder lockt die Weihnachtszeit mit kulinarischen Köstlichkeiten. Plätzchen, gebrannte Mandeln, Lebkuchen und vieles mehr verführen uns allorts zum Naschen. Hinzu kommen oft die üppigen Festmahlzeiten im Kreise der Familie. Leider haben die süßen Verlockungen oftmals einen eher bitteren Beigeschmack: Gerade bei Menschen mit Diabetes kann es durch den zusätzlichen Verzehr von süßen und fettigen Speisen zu erheblichen Entgleisungen der Blutzuckerwerte kommen. In seltenen Fällen droht dann sogar Lebensgefahr. Bei dauerhaft erhöhten Blutzuckerwerten von über 200 mg/dl ist ein übermäßiger Verlust von Blutsalzen und Flüssigkeit über den Urin möglich, der wiederum schwere Kreislaufstörungen zur Folge haben kann.

Daher sollten gerade Diabetiker besonders vorsichtig mit weihnachtlichen Köstlichkeiten sein. Prinzipiell gilt hier die Regel: „Nichts ist verboten, aber alles in Maßen“. So ist selbstverständlich die ein oder andere süße Köstlichkeit erlaubt. Man sollte aber darauf achten, sie nur in kleinen Mengen und möglichst nicht regelmäßig zu verzehren. Dies gilt übrigens auch für frisches Obst, das aufgrund seines Vitamingehaltes gemeinhin als sehr gesund angesehen wird. Leider enthalten aber gerade Früchte wie Nektarinen, Mandarinen oder Weintrauben sehr große Mengen an Zucker, der den Blutzucker bei Menschen mit Diabetes unmittelbar in die Höhe schießen lässt. Selbiges gilt für Fruchtsäfte (Apfelsaft, Orangensaft, etc.), die in der Regel ebenfalls viel Zucker enthalten. Daher sollten Menschen mit Diabetes jeweils nur kleine Mengen Obst verzehren. Trotzdem sollten Menschen mit Diabetes natürlich nicht auf alles Gute verzichten müssen: Gerade Nüsse gelten als gesund und können sich sogar günstig auf Gewicht und Blutzucker auswirken. Insbesondere Walnüsse und Haselnüsse enthalten viele ungesättigte Fettsäuren, die sich wiederum positiv aufs Herz-Kreislaufsystem auswirken. Dies gilt leider nicht für lasierte Nüsse oder etwa die weihnachtlichen gebrannten Mandeln. Auch dunkle Schokolade gilt in mäßigen Mengen als eher günstig. Übrigens ha-

ben verschiedene Studien auch dem Zimt eine blutzuckersenkende Wirkung zugeschrieben – leider reichen die zum Backen üblichen Mengen an Zimt nicht aus, um eine wesentliche Wirkung zu erzielen.

Für das Festmahl selbst empfiehlt sich insbesondere die mediterrane Küche: Geflügel und Fisch in Kombination mit frischem Gemüse, Salat und Olivenöl sind optimale Bestandteile einer gesunden Mahlzeit für Diabetiker. Vorsicht ist insbesondere bei den klassischen Sättigungsbeilagen (Nudeln, Reis, Knödel, etc.) geboten, welche größere Mengen an Kohlenhydraten enthalten. Regelmäßige Spaziergänge oder andere Aktivitäten unterstützen die Zuckerverwertung des Körpers und stärken zusätzlich den Kreislauf.

Übrigens ist auch gegen ein Glas Wein oder Bier zum Festmahl nichts einzuwenden. In moderaten Mengen kann sich der Alkohol sogar förderlich auf das Herz-Kreislaufsystem auswirken. Aber Vorsicht: In größeren Mengen drohen die bekannten Gefahren des Alkohols für Leber, Bauchspeicheldrüse und andere Organe. Auch sollten Diabetiker, die Insulin spritzen oder andere Medikamente einnehmen, die zu Unterzuckerungen führen können, besonders vorsichtig sein, da der Alkohol die typischen Anzeichen einer Unterzuckerung (Nervosität, Schwitzen, schneller Herzschlag, etc.) verschleiern kann. Falls sich dennoch typische Anzeichen einer Blutzuckerentgleisung einstellen (starkes Durstgefühl, häufiges Wasserlassen, Sehstörungen, Müdigkeit, etc.) oder gar mit dem eigenen Messgerät erhöhte Werte gemessen werden, sollte nach Möglichkeit nicht abgewartet werden, bis die Hausarztpraxis wieder öffnet, da eine Blutzuckerentgleisung rasch zu bedrohlichen Kreislaufstörungen führen kann. In diesen Fällen sollte umgehend die Notaufnahme einer Klinik, idealerweise mit diabetologischer Fachabteilung aufgesucht werden, um schnell eine passende Behandlung einzuleiten.

Trotzdem sollten Menschen mit Diabetes sich die Freude am Fest und an der Vorweihnachtszeit auf keinen Fall nehmen lassen. Berücksichtigt man ein paar einfache Empfehlungen und genießt die Köstlichkeiten in Maßen, steht dem Frohen Fest nichts mehr im Wege!



**Prof. Dr. med.
Juris J. Meier
Chefarzt**

Diabetes-Zentrum Bochum/Hattingen

Katholisches Klinikum Bochum,
Klinikum der Ruhr-Universität Bochum

- St. Josef-Hospital Bochum
Gudrunstrasse 56, 44791 Bochum

- Klinik Blankenstein

Im Vogelsang 5-11, 45527 Hattingen

Tel.: (02324) 396-500 o. (0234) 509-3271

Fax: (02324) 396-506 o. (0234) 509-2472

e-mail: juris.meier@rub.de

Apotheke am Markt



Montag bis Freitag 8.00 – 13.30 Uhr
und 14.30 – 18.30 Uhr
Samstag 8.30 – 13.00 Uhr

Ihre Apotheken in Herbede

See-Apotheke

am RATHAUS der MEDIZIN

Montag, Dienstag, Donnerstag,
halb 8 bis halb 8

Mi. 7.30 – 14.00 Uhr
Fr. 7.30 – 18.00 Uhr



Ihre Vorteile bei uns:



TOP PREISE

Basar im Haus Viadukt

3. Dezember,
14 bis 17 Uhr

Unser Adventsbasar mit kleinem Café öffnet am ersten Advent, Sonntag, dem 3.12., um 14 Uhr und endet gegen 17 Uhr. Das Café mit Kaffee und leckerem Kuchen finden die Gäste wie immer in unserem Haupthaus Viadukt e.V., Ruhrstraße 72, in der ersten Etage. Die Basarstände mit schönen Dekoartikeln, Weihnachtsbasteleien und kleinen Leckereien werden in diesem Jahr zum ersten Mal in unseren neuen Räumen der Kontaktstelle und der Ergotherapie im Neubau im Garten aufgebaut. Wir freuen uns auf viele Gäste und einen gemütlichen Nachmittag!

Barbara Diolosa-Paszek

Fußball bis 24 Uhr

8. Dezember
Mitternachtsport

Die mobile Jugendarbeit der Stadt Witten bietet von 20 bis 24 Uhr wieder späte Action an: Beim „Mitternachtsport“ können sich 14- bis 21- Jährige in der Fritz-Husemann-Halle (Ardeystraße 98) fußballerisch austoben.

Jugendliche spielen bis 24 Uhr Fußball in der Husemann-Halle

Treffpunkt ist ab 19.15 Uhr (Einlass) an der Halle. Mitzubringen sind natürlich Hallenschuhe, außerdem ein Ausweis für die Einlasskontrolle – und gute Laune! Das Angebot ist kostenfrei. Anmeldungen bitte unter [mitternachtsport-witten\(at\)web.de](mailto:mitternachtsport-witten(at)web.de). Anmeldeschluss ist um 19.45 Uhr! Bitte Ausweis und Hallenschuhe mitbringen.

Candle Lighting Gottesdienst

10. Dez., 18 Uhr
In der Kreuzkirche Witten neben dem Zentrum für Kinder- und Jugendtrauerarbeit

Das „Weltweite Kerzenleuchten“, international bekannt unter Worldwilde Candle Lighting wurde 1996 in den USA erstmalig durchgeführt. In Deutschland gibt es Candle Lighting Gottesdienste seit 1999. Immer am 2. Sonntag im Dezember gedenken verwaiste Eltern mit ihren Familien ihrer verstorbenen Kinder. Damit das Licht der verstorbenen Kinder für immer leuchte, stellen Betroffene an diesem Tag um 19.00 Uhr brennende Kerzen in die Fenster. Während die Kerzen in der einen Zeitzone erlöschen, werden sie in der nächsten entzündet, so dass eine Lichterwelle die ganze Welt umringt. Der Verein für Trauerarbeit Hattingen e.V. beteiligt sich in diesem Jahr wieder an dem weltweiten Kerzenleuchten zum Gedenken aller verstorbenen Kinder. So werden auch in diesem Gottesdienst Kerzen in Gedenken an die verstorbenen Kinder entzündet und es wird eine Sternenprozession geben.

Der Verein für Trauerarbeit Hattingen und die Kreuzkirchengemeinde Witten/SELK laden alle, die sich angesprochen fühlen, zu diesem Gottesdienst ein. Der Gottesdienst wird von Trauerbegleiterin und Seelsorgerin Birgit Schäfers, zusammen mit Trauerbegleiterin Sabine Wachik, beides selbst verwaiste Mütter, gestaltet.

Keine Termine Zoo beliebt

Das städtische Betriebsamt teilt mit, dass es in 2017 keine freien Sperrmülltermine mehr gibt. „Die Wittener räumen offenbar zum Jahresende noch einmal richtig auf und haben fleißig unser Angebot gebucht“, berichtet Thomas Bodang. Neue Termine für 2018 sind aber schon in Sichtweite: Noch vor Jahresende wird es möglich sein, sie – unter anderem online – zu buchen. „Darauf machen wir dann natürlich noch einmal aufmerksam“, sagt Bodang.

Der städtische Streichelzoo auf dem Hohenstein ist auch in der dunkleren und kälteren Jahreszeit noch sehr beliebt. Jetzt, zwischen Anfang November und Ende Februar, verkürzt sich die Öffnungszeiten auf 11 bis 16 Uhr. Vom 1. März an und bis zum 31. Oktober kann man Ziegen und Co. dann wieder täglich zwischen 11 und 18 Uhr besuchen. Das gibt das Streichelzoo-Team bekannt.



Sonja Wendland und Monika Nase präsentieren einige Beispiele der Weihnachtsbaum-Kollektion des „Lions Clubs“ Witten-Mark.

Kunstvoll aus massivem Holz Die Weihnachtsbäume der Lions-Kollektion

In Witten ist es gute Tradition, dass der „Lions Club“ Witten-Mark auf dem Weihnachtsmarkt einen ausgezeichneten Glühwein sowie seine leckeren selbstgebackenen Plätzchen verkauft. In diesem Jahr ist der Stand von Mittwoch, 29. November, bis Samstag, 2. Dezember, besetzt, allerdings an einer neuen Stelle: Besucher finden die Weihnachtsleckereien nun am Haupteingang der Stadt-galerie.

Aber nicht nur der Standort ist neu, denn in diesem Jahr gibt es eine ganz besondere Weihnachtsbaum-Aktion. Erstmals werden Mitglieder des Lions-Clubs große Weihnachtsbäume „basteln“ und verkaufen. Dabei handelt es sich um kunstvoll aus massivem Holz gestaltete Unikate, die in dieser Form kein zweites Mal auf der Welt zu erwerben sind. Die individuell angefertigten Einzelstücke sind etwa 160 Zentimeter hoch und bis zu 25 Kilogramm schwer, sie sind auch für den Außenbereich geeignet, allerdings leider nur in einer begrenzten Stückzahl erhältlich. Der Preis beträgt pro Stück 60 Euro. Darüber hinausgehende freiwillige Spenden werden nicht abgelehnt und auf Wunsch natürlich mit einer Spendenbescheinigung quittiert.

Erlös aus dem Verkauf

Das „Sanitätshaus Kaiser“ stellt diese schönen, eindrucksvollen Weihnachtsbäume in der Hans-Böckler-Straße 2 bis 6 in Witten aus. Dort können auch Vorbestellungen entgegengenommen werden. Den Erlös aus dem Verkauf von Glühwein, Plätzchen und Weihnachtsbäumen wird der Lions-Club für verschiedene soziale Projekte in Witten verwenden, bevorzugt in die Kinder- und Jugendarbeit. Wie immer stellt der Club seinen Weihnachtsstand auch anderen zur Verfügung, in diesem Jahr etwa dem Förderverein Blote-Vogel-Schule, „Traurig-Mutig-Stark“, dem „Verein der Freunde und Förderer der Kämperschule“, den Rotary-Clubs Witten und Witten-Hohenstein, den Soroptimisten. *Weritz*



Foto: ingimage

Ein Hoffnungsschimmer für die Kastanienbäume

Viele Wittener Kastanienbäume leiden ganz offensichtlich. Die Miniermotte und vor allem das Bakterium *Pseudomonas syringae* setzen ihnen böse zu. Schon vor drei Jahren hatte die Stadtverwaltung wenig Hoffnung, dass die Bäume die von ihnen ausgelöste Komplexkrankheit überleben. Wie Dr. Uwe Rath, SPD-Fraktionsvorsitzender und Vorsitzender des Ausschusses für Stadtentwicklung und Umweltschutz, sowie Ratsherr Claus Humbert jetzt auf eine aktuelle Anfrage hin erfahren, besteht jedoch zumindest Hoffnung, dass einige Bäume überleben. Und dass widerstandsfähige Sorten gefunden werden, die neu angepflanzt werden können. „Ich würde mich freuen, wenn die Kinder auch künftig im Herbst nach Kastanien suchen und mit ihnen basteln könnten“, bekräftigt Claus Humbert.

Braune Blätter schon im Sommer

Auf der Westfeldstraße beispielsweise hatte der Annener in diesem Jahr wahrgenommen, dass sich das Laub der Kastanien schon im Sommer braun verfärbte. Dort, so erfuhr er von der Stadtverwaltung, seien die Bäume offenbar bislang „nur“ von der Motte befallen. Sie sei im gesamten Stadtgebiet weit verbreitet. Eine schnelle Entsorgung des Laubes der befallenen Bäume von den Straßenflächen könnte zwar ein wenig zur Eindämmung der Motten beitragen, räumen die städtischen Experten ein. Doch ein durchschlagender Erfolg sei von solchen lokalen Maßnahmen nicht zu erwarten. Ganz abgesehen davon, dass ein solcher Aufwand flächendeckend für die Verwaltung nicht zu leisten sei. Das befallene Laub werde also nur im Rahmen der regulären Entsorgung aufgenommen. Für Gehwege seien zudem oft die Bürger zuständig.

Gestresste Bäume werden krank

„Nach unserem Kenntnisstand zeigen derzeit ca. 40 der insgesamt 284 Kastanienbäume auf städtischen Grundstücken Symptome, welche einen Befall mit *Pseudomonas syringae* vermuten lassen“, führt die Stadtverwaltung zu den Fragen der Sozialdemokraten weiter aus. Das Bakterium trete vereinzelt und über alle Stadtteile verteilt auf. Aus ihren Beobachtungen leiten die Zuständigen ab: „Es liegt die Vermutung nahe, dass insbesondere gestresste oder vorgeschädigte Bäume (Wurzelschäden, ungünstige Standortfaktoren, etc.) Symptome zeigen.“ Etwa solche mit Wurzelschäden und an ungünstigen Standorten. Gefällt würden die Bäume allerdings erst, wenn es aus Gründen der Verkehrssicherungspflicht erforderlich sei.

Es gibt noch immer sehr vitale Exemplare

Insgesamt habe sich die Ausbreitung des sogenannten Kastaniensterbens in 2017 verlangsamt, bzw. habe es sich weniger gezeigt. „Die Entwicklung ist jedoch witterungsabhängig, sodass insgesamt nicht auf einen Rückgang geschlossen werden kann“, gibt es leider keine Entwarnung aus dem Rathaus.

Doch die Stadtverwaltung bestätigt immerhin, dass es offenbar auch in Witten Kastanienbäume gibt, denen das Bakterium nichts anhaben kann: „Auch hier stehen noch besonders vitale Bäume.“ Insofern dürften Kastanienbäume auch weiterhin im städtischen Baumbestand zu finden sein. Allerdings sei dieser Bestand überaltert – und resistente Sorten für Nachpflanzungen im Moment noch nicht bekannt.

Ordnungsamt begründet Fütterungsverbot:

Taubenfutter schmeckt auch den Ratten!

Gerne würde die Stadt gar nicht mehr über das Verbot des Taubenfütterns informieren, aber vielleicht erreicht eine gute Erläuterung ja diejenigen, die zuletzt wieder reichlich Taubenfutter in der Innenstadt verteilt haben... Deshalb erklärt das Ordnungsamt noch einmal die unliebsamen Folgen des Fütterns:

Unangenehm ist nicht „nur“ die Strafe von 100 Euro, die jemand zahlen muss, der beim Füttern erwischt wird. Denn das Bußgeld hat einen Grund, der auch einem Tierfreund einleuchten sollte: „Das Zeug schmeckt nicht nur den Tauben, die sich bei guter Fütterung übrigens stärker vermehren – es schmeckt auch den Ratten“, erklärt Burkhard Overkamp vom städtischen Ordnungsamt. Folge: Die Stadtreinigung muss das Taubenfutter entfernen, und die Entwässerung Stadt Witten (ESW) in den Kanalschächten noch mehr Rattenköder auslegen. „Einfacher und wirksamer wäre es, wenn das Taubenfüttern einfach aufhören würde“, so Overkamp. Das Ordnungsamt werde deshalb weiterhin konsequent gegen das Taubenfüttern vorgehen, denn die Bemühungen anderer für ein sauberes Stadtbild würden durch das Tauben- und Rattenfutter wieder zunichtegemacht. Deshalb redet Overkamp Klartext: „Es ist allgemein bekannt, dass das Füttern von verwilderten Haustauben auf Beschluss des Rates seit vielen Jahren in Witten verboten ist. Wer dagegen verstößt, muss zahlen.“

Die Höhe der Geldbuße richtet sich nicht nur nach der verfütterten Menge: „Besonders teuer wird es im Wiederholungsfall, weil das auf Vorsatz und fehlende Einsicht schließen lässt“. Auskünfte zur Rechtslage erhält man unter Tel. 581-3222.



Foto: ingimage

Laubsammelbehälter findet man in allen Stadtteilen

Der Herbst ist gekommen und es fällt immer mehr buntes Laub von den Bäumen. Das Betriebsamt hat deshalb wieder rund 50 Sammelbehälter aufgestellt. Grundstückseigentümer sind verpflichtet dafür zu sorgen, dass das Laub auf ihren Grundstücken ordnungsgemäß entsorgt wird: auf dem Komposthaufen im eigenen Garten, in der Biotonne oder in einem der Sammelbehälter, die es in allen Stadtteilen gibt. Herbstlaub gehört nicht in die Straßenrinne!

Aus gutem Grund ist es verboten, das Laub in die Straßenrinnen zu kehren: „Wenn Blätter die Kanalisation verstopfen, stehen bei starkem Regen die Keller unter Wasser“, erklärt Heinz Lelgemann von der städtischen Grünflächenabteilung. Wichtig: Die Laubsammelbehälter wurden nicht für andere Grünabfälle aus dem eigenen Garten aufgestellt. Dafür gibt es die Biotonnen. Noch wichtiger: Verunreinigungen durch Plastiktüten oder anderen Müll sind zu vermeiden, da die Blätter kompostiert werden und in den Naturkreislauf zurückfließen sollen.



Sie freuen sich auf viele Besucher beim ersten Weihnachtstreff am Lutherhaus am 2. Dezember, von links: Michael Moscheik (Sozialer Dienst), Heike Fellensiek (Leitung Lutherhaus), Helga Nordhoff (Ehrenamtliche und stellvertretende Vorsitzende des Heimbeirats), Julia Latzke (Leitung Sozialer Dienst) sowie Marion Kortmann und Maik Keller aus dem Küchenteam.

Lutherhaus Bommern geht neue Wege Treff auf Dauer etablieren

Das Lutherhaus Bommern geht neue Wege und möchte nicht nur seinen Bewohnern, sondern allen Wittener Bürgern einen gemütlichen Start in die Adventszeit möglich machen.

Vor diesem Hintergrund lädt das Team des Lutherhauses, das zur Diakonie Mark-Ruhr gehört, am Samstag, 2. Dezember, zu einem großen Weihnachtstreff ein. „Wir probieren mal etwas Neues und möchten diesen Weihnachtstreff auf Dauer in Bommern etablieren“, sagt Hausleiterin Heike Fellensiek.

Gemeinsam mit Mitarbeitenden des Hauses, Ehrenamtlichen und Mitgliedern der Evangelischen Kirchengemeinde Bommern hat sie dafür ein buntes Programm zusammengestellt. So wartet auf die Besucher von 12 bis 20 Uhr ein stimmungsvolles Weihnachtsdorf auf dem Außengelände des Lutherhauses an der Ulmenstraße 54 in Witten-Bommern.

„Aus unserer ersten Idee ist jetzt ein echter Weihnachtsmarkt geworden, bei dem es an nichts fehlen wird“, freuen sich die Organisatoren. So ist das Angebot von Glühwein, Punsch oder gebrannten Mandeln ebenso eine Selbstverständlichkeit wie Verkaufsstände, die von Honig über Schmuck bis Blumen allerlei bieten. Unter anderem beteiligen sich auch der „Holzofenbäcker“ und „Blumen Lage-mann“ aus Bommern, die „Imkerei Müller“ aus Wetter-Wengern, der Rigeikenhof und natürlich das Küchenteam des Hauses um Maik Keller. Von frischem Reibekuchen mit Lachs, Leckerem vom Grill bis hin zur Sektbar reicht hier das Angebot. Auch einen Blick gen Sternenhimmel können die Besucher am frühen Abend wagen, dafür ist das Teleskop der Sternwarte Bochum aufgebaut.

Kurzum: am 2. Dezember gibt es auf dem Außengelände des Lutherhauses viele Angebote, die nicht nur zum gemeinschaftlichen Verweilen einladen, sondern darüber hinaus eine richtig tolle Einstimmung auf die Advents- und Weihnachtszeit sind.

TuS-Bommern-Sportzentrum

Weihnachtsüberraschung für Kinder auf Adventsmarkt

Am Samstag, 2. Dezember, wird es am TuS-Bommern-Sportzentrum weihnachtlich. Ab 14 Uhr gibt es auf dem Schulhof vor der Sporthalle am Bommerfelder Ring Kunsthandwerk, Blumengestecke und

**Samstag, 2. Dezember, ab 14 Uhr
Schulhof vor der Sporthalle am Bommerfelder Ring**

viele andere weihnachtliche Gaben. Weiterhin gibt es das erste Mal ein Kinderkarussell, und für den frühen Abend ist eine weihnachtliche Kinderüberraschung geplant.

Es gibt unter anderem handgemachte Seifen, hausgemachte Marmeladen und Apfelmus. Kleine Stände laden zum Stöbern und Kaufen ein. Da gibt es

Selbstgemachtes aus Wolle, zum Beispiel Socken und Tücher. Außerdem präsentieren verschiedene Anbieter Ringe, Ketten und anderen Schmuck. „Pot's and blooms“ präsentiert eine Auswahl an Blumengestecken,



und auch das Bommeraner Geschäft „Elektro Hoffmann“ ist vor Ort. Natürlich wird es auch Glühwein, Würstchen, Crêpes, Waffeln und frischen Kuchen geben.

Für weihnachtliche Atmosphäre sorgt die Weihnachtsbeleuchtung rund um das TuS-Bommern-Sportzentrum. Der Veranstaltungsplatz wird mit Tannenbäumen und Strohballen ein vorweihnachtliches Ambiente bieten. Für die Besucher, die selbst auch schon einen Weihnachtsbaum haben wollen, gibt es wie in jedem Jahr auch wieder einen Weihnachtsbaumverkauf an diesem Tag.

Bungee-Trampolin und Kinder-Turn-Show

Eine weihnachtliche Überraschung für Kinder ist am frühen Abend geplant. Außerdem stellt das Bommeraner Schausteller-Unternehmen „Nowag & Sohn“ ein Bungee-Trampolin auf. „Das wird für Kinder sicher ein großer Spaß“, freut sich der Vereinsmanager des TuS Bommern, Björn Pinno. In der Halle des Sportzentrums findet die Kinder-Turn-Show „Youngsters in motion – Merry Xmas“ statt. Die Kinder der Turnabteilung zeigen bei dieser Show ihr Können. Karten für die Veranstaltung gibt es im Vorverkauf, in der Geschäftsstelle des TuS Bommern und in der Sparkasse am Bodenborn.



Kirchengemeinde Herz-Jesu, Kapellenstraße 9

Dienstag, 12. Dezember, 14 Uhr

„Adventsfeier mit Punsch und Plätzchen“



Ein konstruktiver Parteitag

Kreisverband der Piraten im „Ankerplatz“



Marius Schreiber

Einen konstruktiven Parteitag hat der Kreisverband der Piratenpartei im Ennepe-Ruhr-Kreis in Witten abgehalten. Im frischgetauften Parteibüro „Ankerplatz“ im Wiesenviertel blickte man auf zahlreiche Anträge und Anfragen der Piratenpartei in den Räten der Städte Witten, Hattingen, Sprockhövel und Ennepetal und im Kreistag zurück. Als Reaktion auf den Rechtsruck wurde eine Präambel in die Satzung aufgenommen, in der sich die Piraten für eine offene und globale Gesellschaft aussprechen. Auch das Wahljahr 2017 mit den für die Piratenpartei insgesamt ernüchternden Ergebnissen, in dem man aber immerhin im Wahlkreis Witten/Herdecke bei der Landtagswahl das beste Zweitstimmenergebnis der Partei erzielte, wurde offen diskutiert. Marius Schreiber, 41, Kulturmanager aus Witten, wurde zum neuen Pressesprecher des Kreisverbandes gewählt.

2,5-Prozent-Hürde gekippt

Kleine Parteien hatten erfolgreich geklagt

Der Landesverfassungsgerichtshof hat die von Grünen, SPD und CDU eingeführte 2,5-Prozent-Hürde bei Kommunalwahlen gekippt. Gemeinsam mit anderen kleineren Parteien hat die Piratenpartei NRW erfolgreich geklagt.

„Heute ist ein guter Tag für die Demokratie in NRW. Auch in Zukunft werden alle Stimmen bei den Kommunalwahlen zählen. Das Urteil legt auch die wahren Motive der großen Parteien offen: Sie wollen ungestört ihre Politik machen und andere ausschließen. Die Vielfalt in den kommunalen Vertretungen ist aber Ausdruck des Wählerwillens und der demokratischen Kultur“, sagt Stefan Borggraeve, Vorsitzender der Piratenpartei Ennepe-Ruhr.

Piraten wollen die politische Teilhabe aller Menschen stärken und fördern. Sperrklauseln bewirken das genaue Gegenteil. Sie dienen lediglich den derzeit großen Parteien, ihre Macht zu zementieren und für sie unbequeme Parteien auf Abstand zu halten. Die Politik sollte immer versuchen, alle Menschen mitzunehmen und Beteiligung zu ermöglichen. Nur so wirkt sie wachsender Politikverdrossenheit und der Erstarkung extremer Parteien vor.

Marius Schreiber, Pressesprecher der Piratenpartei im Ennepe-Ruhr-Kreis dazu: „Die Behauptung der Sperrklauseln-Befürworter, eine größere Anzahl an Parteien in den Räten mache diese handlungsunfähig, lässt sich nicht aufrechterhalten. Vielmehr können kleinere Parteien positive und kreative Akzente setzen. Anhand der fünf Piratenfraktionen im Kreis sieht man, wie konstruktiv und gut auch kleinere Parteien in den kommunalen Vertretungen arbeiten können. Die Qualität von Politik lässt sich nicht an der Menge der Wählerstimmen definieren. Auch Wählerinnen und Wähler kleiner Parteien müssen gehört und ernst genommen werden.“

20000 Euro für Operationen

„Nangina“ hilft Krankenhaus in Äthiopien

Der Verein „Nangina“ hat 20000 Euro für Operationen im Krankenhaus Attat/Äthiopien überwiesen. Darüber hinaus hilft der Verein mit 10000 Euro beim Aufbau des Daches eines großen Gebäudes in dem Krankenhaus.

Die Nangina-Radtour in die Gemeinde von Pastor Rösner nach Wanne-Eickel war ein großartiger Erfolg. Pastor Rösner hat für den kommenden Sommer wieder zu einer Radtour eingeladen. Die Tour findet vor den großen Ferien statt. Nangina freut sich über neue Mitglieder. Anmeldungen unter info@nangina.de oder Ruf 023 02/94 11 37.

Noch intensiver in Einklang

Ungewöhnliche Flugstunde in „Trainierbar“

Eine ungewöhnliche Flugstunde absolvierte Susanne Fuchs von der DJK Blau-Weiß Annen mit sechs Frauen aus dem Ehrenamt. Eine neue Sportart ausprobieren und gleichzeitig Dank für tolles Engagement aussprechen, war das Ziel des Ausflugs der Annenerinnen nach Heven.

In Hevens „Trainierbar“ der Neugründerin Andrea Lau befinden sich seit Neuestem diese unscheinbaren „Fluggeräte“ namens „Flying Pilates“. In elastischen Tüchern, die von der Decke hängen, werden bekannte Übungen aus der Sportart Pilates ausgeführt. „Durch die Bewegung der Tücher muss der Körper ständig ausbalancieren und kommt noch intensiver in Einklang“, sagt die bekannte Wittener Fitnesstrainerin des modernen Funktionsstudios.

Für die DJK-Engagierten war es eine neue und absolut berauschende Erfahrung. „Die Sportart ist wunderbar kurzweilig. Das Schaukeln und Über-Kopf-Hängen macht einfach gute Laune und ist trotzdem sehr anstrengend und auspowernd“, sagt die erfahrene Sporttrainerin Susanne Fuchs. Ich habe das Angebot genutzt, um unseren Ehrenamtlichen zu danken, erzählt sie und freut sich über das neue engagierte Projekt „Stützpunktarbeit für Flüchtlinge“, die genauso von neuen Ideen profitieren wie ihre DJK-Mitgliedschaft. Was liegt da näher, als mal eine andere Sportart auszuprobieren, um ihre Arbeit mit neuem Elan anzugehen. Die Überraschung ist ihr gelungen. Alle Teilnehmerinnen waren positiv überrascht und beeindruckt von der neuartigen Sportart. Wer Interesse an „Flying Pilates“ hat, meldet sich in der Trainierbar, 01 70/4 66 71 34, und bei Interesse an der DJK-Arbeit bei Susanne Fuchs, 01 73/9 96 41 41, vorstand@djkannen.de



Mit sechs Frauen aus dem Ehrenamt absolvierte Susanne Fuchs (2.v.l.) eine ungewöhnliche Flugstunde. In elastischen Tüchern, die von der Decke hängen, werden bekannte Übungen aus der Sportart Pilates ausgeführt.



In Hevens „Trainierbar“ der Neugründerin Andrea Lau befinden sich seit Neuestem diese unscheinbaren „Fluggeräte“ namens „Flying Pilates“.



Sparkassendirektor Ulrich Heinemann (rechts) und Kundenberater Benny Oltersdorf gratulieren: Silke Kreuger hat in der Sparlotterie der Sparkassen einen schönen Stadtfliitzer gewonnen, der ihr älteres Fahrzeug jetzt ablösen wird.

Flotten Flitzer gewonnen

Oktober-Auslosung

Schon in der Oktober-Auslosung der Sparlotterie der Sparkassen in Westfalen-Lippe gab es zu den Geldpreisen und den monatlich ausgelobten VW „Beetle“ als Sonderpreise zusätzlich noch 30 VW „Up“ zu gewinnen. Und eine Wittenerin hatte Glück. Jetzt wurde der flotte Flitzer an die Sparkasse Witten ausgeliefert und konnte der glücklichen Besitzerin übergeben werden.

Sparkassendirektor Ulrich Heinemann gratulierte der Wittenerin Silke Kreuger mit einem Blumenstrauß zu ihrem bestausgestatteten Fahrzeug. Benny Oltersdorf, ihr Berater an der Geschäftsstelle Siegfriedstraße, hatte für seine Kundin sogar noch ein Navigationsgerät zur Komplettierung parat. Silke Kreuger freut sich sehr über den neuen Stadtfliitzer – ihr alter Pkw sei schon 13 Jahre alt.

AHE: Positiv aufgenommen

Ratsfrau will keine Müllberge mehr sehen

Müllberge auf der Annenstraße – so könne das nicht weitergehen, findet SPD-Ratsmitglied Susanne Fuchs. Dort wie auch an anderen Stellen in der Stadt stapelten sich lange die Gelben Säcke, weil das Entsorgungsunternehmen AHE vor den Feiertagen in der Monatswende Oktober/November eine vorzeitige Abfuhr eingeplant hatte. Das war zwar so angekündigt, doch viele Bürger bekamen es nicht mit.

„An solche Unregelmäßigkeiten bei der Abfuhr sollte man aktuell zusätzlich über die sozialen Medien erinnern“, hat Susanne Fuchs daher angeregt. AHE-Geschäftsführer Johannes Einig sieht dafür gute Chancen, denn zur Jahreswende stellt das Unternehmen jemanden ein, der sich um die Darstellung von AHE in den Medien kümmern soll. Da gehe es natürlich auch um Facebook und Co. „Diese Anregung passt gut zu unseren Plänen“, bekräftigt der Geschäftsführer.

Für Susanne Fuchs ist das eine gute Nachricht. In jedem Fall ein Schritt in die richtige Richtung, damit der Anblick von Gebirgen aus Gelben Säcken die Straßen künftig nicht mehr verschandelt. Allerdings vermutet sie: „Den Stein der Weisen haben wir damit auch noch nicht gefunden. Wir müssen gemeinsam weiter darüber nachdenken, wie wir die Bürger besser mitnehmen.“



Unschön: Berge von Gelben Säcken auf der Annenstraße. Foto: Fuchs

Der Bedarf steigt weiterhin

Qualifizierungskurs für Schulbegleiter

Einige Plätze sind noch in einem Qualifizierungskurs für Schulbegleiter frei, den die AWO EN vom Januar bis zum 28. März anbietet. Der Bedarf an qualifizierten Schulbegleitern, die Kinder und Jugendliche mit unterschiedlichsten Beeinträchtigungen im Schulalltag unterstützen, steigt weiterhin. Teilnehmer aus Qualifizierungskursen der AWO wurden fast alle in eine Beschäftigung vermittelt. Das Angebot ist interessant für Menschen, die Freude an der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen haben und eine neue berufliche Herausforderung suchen. Weil die Anforderungen an die Schulbegleiter vielfältig und anspruchsvoll sind, hat die AWO EN dieses spezielle Qualifizierungsprogramm entwickelt. Vermittelt werden unter anderem Basisinhalte zu pädagogischer Förderung und Elternarbeit, Grundwissen über Behinderungsformen und Krankheitsbilder sowie Kenntnisse zu Kommunikation und Konfliktmanagement. Die Schulung umfasst 360 Stunden, die Teilnahme wird mit einem Zertifikat bescheinigt. Mit Interessenten führen AWO-Mitarbeiter ausführliche Beratungsgespräche. Vor Kursbeginn muss ein Vorpraktikum in einer Schule absolviert werden. Die Qualifizierung findet im Kälberweg 2 in Witten-Annen statt. Nähere Informationen gibt es unter Ruf 023 02/9 84 08 20. Bewerbungen können per Mail an Qualifizierung@awo-en.de geschickt werden.

Waldlaufmeisterschaften

Die Kreiswaldlaufmeisterschaften fanden dieses Jahr im Weitmarer Holz in Bochum statt. Insgesamt sechs Athleten der DJK BW Annen machten sich auf die profilierte Runde. Leny Uhde kam nach 1600 Metern in 7:34 Minuten als Dritte der W10 ins Ziel. Ihr Vereinskamerad Linus Raback (M10) wurde mit 8:51 Fünfter. Die Erwachsenen liefen 4800 Meter, also drei Runden. Jörg Kranz war allein in seiner Altersklasse M45 und kam nach 22:59 Minuten im Ziel. Anna Enninger sicherte sich mit 23:12 Minuten die Bronzemedaille.

„Literarisches Rendezvous“

Zum „Literarischen Rendezvous“ lädt die Katholische Öffentliche Bücherei (KÖB) St. Joseph am Montag, 4. Dezember, um 9.30 Uhr in ihre Räume an der Stockumer Straße ein.

Halle glich an dem Tag einem echten Stofftier-Lazarett

Das Teddybär-Krankenhaus hat Kindern die Angst vor Arzt und Rettungsdienst genommen

Die Universität Witten/Herdecke (UW/H) hat wieder für einen Tag ein Teddybär-Krankenhaus eingerichtet. 45 Wittener Kindergärten wurden eingeladen, sodass mehr als 200 Kinder ihre Kuscheltiere und Puppenkinder ambulant ärztlich versorgen lassen konnten.

Studierende der Humanmedizin der UW/H standen bereit, um gebrochene Arme oder verstimmte Mägen der Patienten zu kurieren. „Wir möchten den Kindern so die Angst vor einer Behandlung nehmen. Spielerisch lernen sie kennen, was ihnen ja nach einem Unfall jederzeit passieren kann, dass sie nämlich Menschen mit weißen Kitteln und Mundschutz begegnen, die einem ganz schön Angst einjagen können“, erklärten die Organisatorinnen Felicitas Saal und Katharina Weber den Sinn des Teddybär-Krankenhauses. Eine Patienten-Anmeldung, Behandlungsräume, ein eigener Teddy-OP-Saal samt Röntgengerät sowie eine Apotheke zur „Medikamentenausgabe“ waren Teile der umfangreichen Klinik-Ausstattung, sodass die Halle der UW/H an dem Tag einem echten Stofftier-Lazarett glich. Zur Vorbereitung des Besuches hatten die Erzieher die Themen erarbeitet und jedes Kind hat seinem Stofftier im Vorfeld eine Krankheit zugewiesen, die dann im „Teddybär-Krankenhaus“ behan-



Eine Patienten-Anmeldung, Behandlungsräume, ein eigener Teddy-OP-Saal sowie eine Apotheke zur „Medikamentenausgabe“ waren Teile der umfangreichen Klinik-Ausstattung.

delte wurde. Dazu kamen die Puppenmütter und Teddyväter mit ihren Lieblingskuscheltieren ins Teddy-Krankenhaus und schilderten einem „Facharzt für Stofftierheilkunde“ (Medizinstudierende) die erdachten Leiden. Anhand des ärztlichen Parcours, welcher mit den Plüschpatienten absolviert wurde, sollten die kleinen Beobachter einen realistischen Einblick in die ärztliche Arbeitswelt erhalten und so auf spielerische Weise ihre Ängste verlieren. Als die Behandlung abgeschlossen war, gab es, je nach Erkrankung, einen Verband oder ein Rezept für ein Medikament. Neben den Kindern profitierten jedoch auch die Studierenden von dem Projekt. Durch den Kontakt mit den kleinen Patienten schulten sie ihre kommunikativen und psychologischen Fähigkeiten und sammelten zudem Er-



Puppenmütter und Teddyväter kamen mit ihren Lieblingskuscheltieren ins Teddy-Krankenhaus und schilderten einem „Facharzt für Stofftierheilkunde“ (Medizinstudierende) die erdachten Leiden. Fotos: Universität Witten/Herdecke

fahrungen in der Kinderheilkunde. „Das Teddy-Krankenhaus ist in vielerlei Hinsicht eine gute Vorbereitung auf den Beruf“, sagten die Studenten. „Kinder nach einer Krankheit zu befragen, ist viel schwerer, als es das bei Erwachsenen ist. Die Gesprächsführung muss einfach und klar sein – so wie Erwachsene sich das von ihrem Arzt auch manchmal wünschen.“

Seit diesem Jahr unterstützt auch Professor Dr. Jan Ehlers, Vizepräsident der Universität Witten/Herdecke, das Teddybär-Krankenhaus als zweiter Schirmherr neben Professor Dr. Michael Paulussen aus der Dattelter Kinderklinik. Dr. Jan Ehlers hat nicht nur biographisch einen Bezug zur Teddyklinik, sondern das Projekt ist ihm eine besondere Herzensangelegenheit.

Exzellente Qualität, Design und Preis.

Gleitsicht-Aktion



Alles inklusive:

- ✓ Einstiegs-Gleitsichtgläser
- ✓ Messung und Fachberatung
- ✓ Individuelle Anfertigung und Anpassung
- ✓ Service auch nach dem Kauf

* **Komplettangebot:** Fassung aus unserem Aktions-Sortiment, Kunststoffgläser Index 1.5, Stärkenbereich ± 4 dpt., cyl. +2 dpt., Add. 3,0.

Einstiegs-
Gleitsichtbrille
96,-
Relax24 mtl. 4,-
4,- x 24 = 96,-



Abbildung beispielhaft

Optic Bongers
Inh. Doris Drevermann
Annenstraße 131
58453 Witten
Telefon 02302-60534

optic bongers
kontaktlinsen u. brillenmoden

Gerne sind wir für Sie da:
Mo - Fr 9:00 - 13:00 Uhr
14:30 - 18:00 Uhr
Sa 9:00 - 13:00 Uhr

Angebote gültig bis
Ende Januar 2018



Historischer Bildkalender

Ein Stück Stockumer Heimatgeschichte

Die Heimatfreunde Stockum/Düren freuen sich darüber, auch für das Jahr 2018 wieder einen historischen Bildkalender präsentieren zu können. Für jeden Monat des neuen Jahres gibt es ein Stückchen Stockumer Heimatgeschichte, druckfrisch in edlem Sepia-Farbtönen. Alle Bilder sind ein Zeugnis der Vergangenheit und erzählen eine stille Geschichte über das frühere Leben im Dorf.

Ausgesucht hat Archivarin Karoline Robbert historische Aufnahmen mit Stockumer Motiven, die den ländlichen Charakter des Ortsteiles widerspiegeln, und vor allem mit Menschen, die diesen Stadtteil mitgestaltet und hier gelebt haben. So ergab es sich, dass das bäuerliche Leben diesmal im Mittelpunkt des Kalenders steht. „Mir war es wichtig“, sagt Karoline Robbert weiter, „darauf hinzuweisen, dass Stockum früher ein Bauerndorf war. Die meisten Gehöfte verschwanden nach und nach. Das Dorf veränderte im Laufe der Jahre sein Gesicht. Seinen dörflichen Charakter habe Stockum jedoch trotzdem nicht verloren. Aber auch an die Bergbau-Vergangenheit und das frühere geschäftliche Leben im Ort soll mit diesem Kalender erinnert werden.“

Das Druckwerk ist erschienen im „Verlag Manufaktur Verden“ und erhältlich in der Buchhandlung Gronau, Hörder Straße 340. Der Kalender kostet 18 Euro.



Für jeden Monat des neuen Jahres gibt es ein Stückchen Stockumer Heimatgeschichte, druckfrisch in edlem Sepia-Farbtönen.

„Figur Lemur“ schafft Neues

Band bietet innovativen und vielseitigen Pop

Langweiliger nichtssagender Radiopop – Fehlanzeige. Innovativen, vielseitigen Pop bietet die 2017 neu gegründete Band „Figur Lemur“ ihren Hörern auf ihrer Debüt-EP „Lemurensöhne“, welche seit dem Oktober bei jedem Online-Händler zu erwerben ist.

Ob Pop-, Indie- oder Rap-Einflüsse, die sechs Tracks auf der neuen EP bieten dem Hörer einen besonderen Klang. Klare Statements und eine große Themenvielfalt lassen die Band gepaart mit ihrem packenden Sound an Musikgrößen wie „Kraftklub“ oder „Prinz Pi“ erinnern. Der Sound besteht hierbei aus einer bunten Mischung aus Gitarre, Schlagzeug, Percussion, Sampler und Synthesizer, die den deutschen Sprechgesang begleiten.

Mit einem guten Auge fürs Detail versucht „Figur Lemur“ sich von der Masse abzuheben und aus den Schwierigkeiten der Popmusik neue Denkanstöße für ihre Musik zu gewinnen. Der Anspruch hierbei: aktuelle Geschehnisse, Stimmungen und Eindrücke musikalisch so zu verpacken,

dass es beim Hörer hängenbleibt. Gegründet aus den ehemaligen Mitgliedern der international erfolgreichen Band „Barulheiros“, treten Figur Lemur nun mit elektronischen Sounds und deutschen Raptexen ins Musikgeschehen ein und stellen sich den neuen musikalischen Herausforderungen.



Gegründet aus den ehemaligen Mitgliedern der international erfolgreichen Band „Barulheiros“, treten Figur Lemur nun mit elektronischen Sounds und deutschen Raptexen ins Musikgeschehen ein.

Kita Helfkamp ausgezeichnet

„Schmetterlingsfreundlicher Kindergarten“

Der Naturschutzbund Deutschland (Nabu) hat der Kita Helfkamp jetzt eine Urkunde und die Plakette „Schmetterlingsfreundlicher Kindergarten“ verliehen. Das Amt für Gebäudemanagement hat das etwa 20 mal 20 Zentimeter große Schild, auf das die Kinder mächtig stolz sind, bereits an der Außenfassade angebracht.

„Es ist uns sehr wichtig, unsere Kinder für die Schönheit einer intakten Natur zu sensibilisieren“, erklärt Kita-Leiterin Alexandra Drees-Denz. „Deshalb beschäftigen wir uns mindestens einmal im Jahr mit einem großen Projekt zu diesem Thema.“

Diesmal haben die Kinder Schmetterlinge gezüchtet. Über mehrere Wochen haben sie kleine Raupen umsorgt und beobachtet, bis sie sich dann eines Tages zu wunderschönen Schmetterlingen entpuppt haben. Dafür gab es jetzt die Auszeichnung. „Auch im nächsten Jahr werden wir uns wieder mit vielen neuen Ideen für unsere Umwelt einsetzen“, verspricht die Kita-Leiterin.



Binnenschiffe docken in Stockum an: Schiffsmodelle zum Thema „Binnenschifffahrt“ haben das Schaufenster der Heimattreue Stockum/Düren an der Hörder Straße 367 geziert. Bei den Leihgaben des Wittener Schiffsmodellbau-Clubs handelte es sich um die „Atlantis“, ein Gütermotorschiff, das auf allen Binnenkanälen eingesetzt wird. Das Modell „Tintenfisch“ ist ein Binnen-Kabinen-Kreuzer. Der Seitenraddampfer „Jupiter“ war im oberen Ohio und in Kentucky unterwegs. Dieses Modell wird mit einer Dampfmaschine angetrieben. Alle drei Modelle sind seetüchtig und docken auch hin und wieder am Heimathafen Hammerteich an. Die Heimattreue bedanken sich bei Cara, Anna, Martin und Norbert (v.l.) vom Wittener Schiffsmodellbauclub für die kleine Ausstellung.

Hair Flair X

bietet in der Adventzeit von Freitag, 1. Dezember, bis Donnerstag, 14. Dezember, ein besonderes Angebot im Damensalon an:

Auf jeden Komplettservice wie Waschen-Schneiden-Föhnen und Farbe, auch Strähnchen, erhält jede Kundin einen Preisnachlass von 10 Prozent. Reservieren Sie rechtzeitig Ihren Wunschtermin vor Weihnachten. Das Team von Hair Flair X freut sich auf Ihren Besuch.



HAIR FLAIR X

Hörder Straße 346 · 58454 Witten
☎ 023 02 / 983 69 05

Martenerstraße 263
44379 Dortmund
☎ 023 1 / 53 25 66 66

KUKLOch

EINEN AUGENBLICK KUNST

Herrmann Kruse bestreitet die letzte Veranstaltung im KUKloch am Mittwoch, 13. Dezember, um 20 Uhr mit dem Thema „Alles nur geklaut? – Plagiate in der klassischen Musik“. Plagiate in der Musik gab es schon lange vor Buschido. Der Diebstahl von Melodien hatte schon in der gemafreien Zeit eine lange Tradition und lässt sich bis in die Barockzeit zurückverfolgen. Herrmann Kruse unternimmt einen kurzweiligen Streifzug durch die Welt der musikalischen Übereinstimmungen in der klassischen Musik. Er musiziert, er plaudert und beleuchtet anhand zahlreicher Klangbeispiele die Epochen der Barockzeit, der Klassik, der Romantik, der Moderne und den Bereich der Filmmusik. Ob Bach, Händel, Mozart, Beethoven, Wagner oder Verdi – viele namhafte Komponisten haben ungeniert und raffiniert geklaut. Nicht ohne Augenzwinkern präsentiert Kruse jede Menge „Verwandtschaften“. Seine Liste der Ähnlichkeiten in den klassischen Werken ist ebenso lang wie verblüffend und verspricht einen intelligenten Hörgenuss. Original und selber hergestellt sind die Snacks, die das KUKloch Team anbietet zusammen mit gutem Wein und weiteren Getränken.

Frische Nordmantannen

direkt vom Erzeuger

Verkauf ab 9. Dezember
Pferdebachstraße 247
EDEKA Hasler

Forstbetrieb Steffen Röhrig
Weihnachtsbaumkulturen
Im Oberdorf 6 57413 Finnentrop
<http://www.forstbetrieb-roehrig.de/>

Der Nikolaus kommt!

6. Dezember, zwischen 15 und 17 Uhr

Nicht vergessen: Stiefel putzen, mit Namen versehen und bis zum 4.12. im Markt abgeben!

Bitte den 2. Stiefel beim Abholen mitbringen!

EDEKA **Brigitta Hasler e.K.**

Pferdebachstraße 247
58454 Witten-Stockum
☎ 023 02 / 41 00 91

Öffnungszeiten:
Mo. bis Sa. 7 – 21 Uhr

Wir haben Heiligabend für Sie geöffnet

Der 24.12. fällt dieses Jahr auf einen Sonntag. Trotzdem müssen die Stockumer nicht auf ihren Heiligabend einkaufen verzichten, denn Brigitta Hasler öffnet für einige Stunden (von 10 bis 14 Uhr) ihren Edeka-Markt an der Pferdebachstraße. Die Bedienungstheken bleiben an dem Tag geschlossen, Vorbestellungen nehmen wir gerne entgegen. Brigitta Hasler: „Mein Team und ich möchten unseren Kunden entspanntere Weihnachtsfeiertage bieten. So können sie vielleicht dem Einkaufssendspurt der Tage zuvor entgehen. Der Einsatz der Mitarbeiter erfolgt natürlich **ausschließlich auf freiwilliger Basis** und es gibt eben auch Mitarbeiter, die gar nicht Weihnachten feiern und die sich über die Feiertagszuschläge freuen. Mein Sohn und ich werden an diesem Tag ebenfalls für unsere Kunden da sein.“

Die meisten Wittener Lebensmittler bleiben geschlossen, doch eine Sonderregelung im NRW-Ladenschlussgesetz ermöglicht es von 10 bis 14 Uhr zu verkaufen. Zuletzt fiel der Heiligabend im Jahr 2006 auf einen Sonntag. Das nächste Mal wird es im Jahr 2023 wieder soweit sein.

Adventsmarkt an Piusstraße

Chor und Talente

Die katholische Kirchengemeinde St. Pius in Rüdinghausen lädt wieder ein, und zwar zum siebten Adventsmarkt am Samstag, 2. Dezember. Von 16 bis 19 Uhr wird es an der Piusstraße 1, Ecke Kreisstraße, Vorweihnachtliches geben.

Bei – hoffentlich – winterlichen Temperaturen können sich die kleinen und großen Besucher mit Kakao und Glühwein aufwärmen – weitere kulinarische Leckereien runden das Angebot ab.

Das Pius-Team hat sich aber weit mehr einfallen lassen: Wer sich noch nicht für eine adventliche Dekoration entschieden hat, darf sich freuen.

Selbstgenähtes und Körbe aus Ungarn werden ergänzt durch weihnachtliches Kunsthandwerk oder auch Holzarbeiten. Nicht nur die kreativen Stände sorgen für Kurzweil. Mitmach-Stationen laden die kleinen Besucherinnen und Besucher ein. Außerdem werden der Kinderchor und weitere Nachwuchs-Talente singen.



Das Pius-Team hat sich viel einfallen lassen: Wer sich noch nicht für eine adventliche Dekoration entschieden hat, darf sich freuen. Foto: tas

Trendsport aus USA – Die Regeln sind fast wie beim Golf

Fundamente gegossen: Jusos, TuRa Rüdinghausen und viele andere arbeiten Hand in Hand

Nach über drei Jahren ist das neue Freizeitangebot fast fertig. Noch in diesem Jahr wird die Anlage eröffnet. Jusos, TuRa Rüdinghausen und viele andere arbeiteten Hand in Hand.

Es ist geschafft: Das Fundament für die Körbe der Wittener Disc-Golf-Anlage sind gegossen, die Halterungen bereits montiert. Zwar dauert es noch einige Tage, bis die Anlage spielbereit ist – aber ein wichtiger Schritt ist getan. „Endlich was Greifbares. Das war auf den letzten Metern noch mal einiges an Arbeit“, freut sich Anke Schulte, Geschäftsführerin von TuRa Rüdinghausen. Über drei Jahre dauerte der Weg zum Wittener Disc-Golf-Glück. Zum Schluss ging es dann ganz schnell. „Letzte Woche haben wir endlich grünes Licht von der

Stadt bekommen. In wenigen Tagen stehen schon die Körbe. Wahnsinn“, sagt Philip Raillon, der vor drei Jahren die Idee für das Freizeitangebot in Witten hatte. „Es haben viele verschiedene Akteure dabei geholfen, dass wir nun so ein besonderes Angebot in Witten haben“, sagt Robert Beckmann, TuRa-Vorstandsmitglied.

Disc-Golf ist ein Trendsport aus den USA. Dabei wird mit Frisbee-scheiben auf Kettenkörbe, die fest installiert in der Landschaft stehen, geworfen. Die Regeln sind fast wie beim Golf: Die Scheibe wird zunächst vom Abwurfpunkt geworfen. Wo die Scheibe landet, ist der Ausgangspunkt für den nächsten Wurf. So nähern sich die Spieler Versuch für Versuch dem Korb. Von diesen Körben gibt es nun neun im Pferdebachtal. „Trotzdem steht das Tal immer noch allen Wittenerinnen und Wittenern zu Verfügung. Ohnehin nehmen Disc-Golfer immer Rücksicht aufeinander und andere Nutzer der Grünfläche“, stellt Anke Schulte klar. Denn das Besondere: Die Anlage gehört zum Pferdebachtal, sie ist öffentlich, und das Spielen kostet nichts. Außer einer Frisbee-Scheibe, am Anfang ein wenig Geduld und Spaß an Bewegung und Natur, brauchen die Spielenden nichts.

Über drei Jahre arbeiteten Jusos und TuRa Rüdinghausen mit vielen verschiedenen Akteuren zusammen. Das Planungsamt der Stadt Witten, der NRW-Disc-Golf-Verband und auch das Kinder- und Jugendparlament wurden miteinbezogen. Finanziert wurde die Anlage über Spenden und Fördermittel. „Wir haben sehr schnell verschiedene Wittener Handwerks- und Immobilienunternehmen beisammen gehabt“, erklärt Philip Raillon. Dank der Hilfe von Jörg Dobrunz, Inhaber des Malerbetriebs Ferber, war schnell das nötige Geld da. Den Rest steuerten Stadtverband und Kreissportbund mit Fördermitteln bei.



Die Anlage wird bald ganz fertiggestellt. Noch fehlen einige Körbe, die Abwurfflächen und Informationstafeln. Erst dann kann sie genutzt werden – egal, ob von Jung oder Alt. Foto: Raillon



Die soziale Gerechtigkeit

Ortsvereine diskutieren über SPD-Zukunft

Die SPD-Ortsvereine Ardey-Borbach und Rüdinghausen/Schnee haben bei einer Mitgliederkonferenz über die „Zukunft der SPD“ diskutiert. Die politische Umsetzung der Grundwerte der SPD in den vergangenen Legislaturperioden stand dabei im Mittelpunkt der Diskussion.

„Wir haben den Genossinnen und Genossen vor Ort die Möglichkeit eröffnet, über die Entwicklung der SPD zu sprechen“, sagt Tim Koch, Vorsitzender von Ardey-Borbach. „Es gibt bundesweit überregionale Konferenzen über die notwendige Erneuerung und Rückbesinnung auf die Grundwerte. Unser Ziel ist es, unseren Mitgliedern die Möglichkeit zu geben, sich in diesem Prozess einzubringen.“

Politik beschäftigt sich mit komplexen Problemen. „Die Schwierigkeit hierauf verständliche Antworten und Lösungsansätze liefern zu können, schreckt viele Menschen ab. Die gesellschaftlichen Fragen unserer Zeit sind zu lange unberücksichtigt geblieben“, sagt Robert Beckmann, Ortsvereinsvorsitzender von Rüdinghausen/Schnee.

„Freiheit, Gleichheit, Solidarität“

Die Werte der SPD „Freiheit, Gleichheit, Solidarität“ werden von den Mitgliedern als richtiger Weg für die Zukunft gesehen, um die Politik der sozialen Gerechtigkeit zurück in den Vordergrund zu rücken. Insbesondere die soziale Gerechtigkeit bei Bildung und Steuern muss zukünftig wieder der bestimmende rote Faden werden.

Die Mitglieder sehen deutlichen Nachholbedarf in der praktischen Umsetzung der Grundwerte. Konkrete Themen wie der Kampf für gute Löhne und sozialen Zusammenhalt sind zu lange nur nebensächlich verfolgt worden. Daher fordern die beiden Ortsvereine eine Schwerpunktsetzung auf die Bedürfnisse der Menschen vor Ort. „Wir müssen die Ergebnisse auf die Fragen unserer Zeit in verständlichen Worten mitteilen und dabei deutliche Grundbotschaften formulieren“, fasst Tim Koch die Ortsvereinskonferenz zusammen.

Endlich wieder Weihnachtszeit

Der „Junge Chor Kinereth“ singt in Piuskirche

„Endlich wieder Weihnachtszeit.“ Der „Junge Chor Kinereth“ singt am 3. Advent, Sonntag, 17. Dezember, unter diesem Motto um 17 Uhr in der Piuskirche in Rüdinghausen bei einem Weihnachtskonzert. In diesem Jahr wird der Nachmittag zusammen mit dem Kinder- und Jugendchor der Gemeinde gestaltet. Neben gemeinsamen Liedern singt jeder Chor eigene Stücke, und auch die Gemeinde wird zum Singen eingeladen. Der Eintritt ist frei.

Spenden für Wittener Hospiz

Durch die Spenden in der Gemeinde St. Pius und die Buchausstellung der „Katholischen Öffentlichen Bücherei“ (KÖB) St. Joseph wurden für das Hospiz in Witten insgesamt 426 Euro gesammelt.





Wohlbefinden zum Fest verschenken

Warum nicht Gutscheine für Wellness-Angebote? Reine Freude verschenken, ohne eine Schachtel oder eine Tüte im meist hektischen Weihnachtseinkauf in den Händen zu halten

Kann man reine Freude verschenken, ohne eine Schachtel oder eine Tüte im meist hektischen Weihnachtseinkauf in den Händen zu halten? Oder gar Wohlbefinden? Man kann. Gutscheine erfüllen den Zweck – oder noch besser: Gutscheine für die sogenannte Wellness oder für Angebote, die einfach Freude bereiten.

Weihnachten ist ein frohes Fest. Einen Teil steuern die vielen Geschenke bei. Dazu gehören können Massage-Anwendungen, Tanzkurse, wohltuende Dinge wie Tees oder Duftstoffe oder einfach ein Gutschein für ein romantisches Abendessen zu zweit. Auf dieser Seite finden Sie, liebe Leser, etliche Anregungen für Geschenk, die nicht unmittelbar unterm Weihnachtsbaum liegen, sondern künftig eingelöst werden können. Doch was ist eigentlich „Wellness“. Was verbirgt sich hinter diesem Modewort?

Erstmals 1654 in einer Monografie

Das (fast) allwissende Online-Lexikon Wikipedia schreibt unter anderem dies dazu: Der Begriff Wellness (englisch „Wellness“ gleich „Wohlbefinden“ oder „Wohlfühlen“), wurde erstmals 1654 in einer Monografie von Sir Johnson als „Wealnesse“ erwähnt. Das „Oxford English Dictionary“ übersetzt das mit „Gute Gesundheit“. Nach modernem Verständnis steht das für ein ganzheitliches Konzept. Es ist seit den 1950er Jahren in den USA der Oberbegriff einer seinerzeit neuartigen Gesundheitsbewegung.

1946 hat die Weltgesundheitsorganisation die Gesundheit als „physisches, psychisches und soziales Wohlbefinden“ definiert. In der Folge hat es immer mehr Anstrengungen gegeben, sich nicht mehr nur auf die Beseitigung von Krankheiten zu konzentrieren, sondern das Wohlbefinden zu steigern.

Nach der Definition des amerikanischen Arztes Kenneth Cooper („The Father of Aerobics“) oder des Sozialmediziners Halbert Dunn basiert der Begriff „Wellness“ auf den englischen Begriffen „Well-being“, „Fitness“ und „Happiness“. Das Lebensstilkonzept „Wellness“ zielt auf Wohlbefin-

den, Spaß und eine gute körperliche Verfassung. Heute versteht man unter Wellness vor allem Methoden und Anwendungen, die das körperliche, geistige oder seelische Wohlbefinden steigern. Fremdenverkehrseinrichtungen, Hotels, Schwimmbäder und Kureinrichtungen bieten unter der Bezeichnung „Wellness“ Massagen und Bäder an.

Lassi, Socken, Tees und Müsli

Der Begriff ist allerdings rechtlich nicht geschützt. Unterschiedlichsten Produkten, wie Mineralwasser, indischer Lassi, Socken, Tees, Müsli, Konfitüren und Nahrungsergänzungsmitteln wird eine „wellnesssteigernde“, also eine gesundheitsfördernde Wirkung zugeschrieben. 1959 hatte der amerikanische Sozialmediziner Halbert Dunn das Wort Wellness neu aufgegriffen. In den 1970er Jahren – als die Kosten im US-amerikanischen Gesundheitswesen explodierten – entwickelten die Wellness-Pioniere Donald Ardell und John Travis neue ganzheitliche Gesundheitsmodelle, die auf Gesundheitsförderung und Eigenverantwortung des Einzelnen für seine Gesundheit aufbauten. Wellness lässt sich demnach als Harmonie von Körper, Geist und Seele begreifen.



Düfte, Aromen, Salze: Die Palette der Mittel ist groß, die zur allgemeinen Wellness beitragen können. Fotos: IngImage

Rheuma natürlich bekämpfen

Richtige Ernährung hilft, Arznei einzusparen

Die richtige Ernährung lindert bei Rheuma die Beschwerden, hilft Arzneien einzusparen und damit gefährliche Nebenwirkungen zu vermeiden. Zwei Millionen Menschen in Deutschland leiden an entzündlichem Rheuma, informiert Sven-David Müller vom Deutschen Kompetenzzentrum Gesundheitsförderung und Diätetik.

Im Mittelpunkt der Ernährungsumstellung bei Rheuma stehen Arachidonsäure, Omega-3-Fettsäuren und entzündungshemmende Substanzen wie Zink. Rheumatiker, die ihren Speiseplan umstellen, können schon nach sechs bis acht Wochen eine deutliche Verminderung der Schmerzen und der Gelenksteifigkeit feststellen. Das Leben wird leicht, angenehmer und beweglicher, wenn Rheumatiker die richtigen Lebensmittel essen, informiert der aus dem Fernsehen bekannte Ernährungsexperte und Wissenschaftler Sven-David Müller. An der Universitätsklinik Aachen entwickelte er ein Ernährungskonzept für Rheumatiker.

Omega-3-Fettsäuren helfen: Wildlachs, Makrele oder Hering sind optimal für Rheumatiker. Die enthaltenen Omega-3-Fettsäuren reduzieren die Entzündung und auch den Schmerz.

Rheumatiker müssen sich vor der Fettsäure Arachidonsäure hüten. Sie kommt reichlich in fetten tierischen Produkten vor. Nur in den genannten Fischen stecken so viele Omega-3-Fettsäuren, dass diese Fettsäure unschädlich gemacht wird. Um ausreichend Zink aufzunehmen, sei es wichtig, einmal pro Woche fettarmes Rindfleisch zu essen. akz-o



Fisch, Fisch, Fisch lautet die Devise gegen Rheuma.

Foto: svendavidmueller/akz-o

Auf Augenhöhe mit Kindern

Familienessen kommt im Alltag oft zu kurz

Das Familienessen kommt im Alltag oft zu kurz: jeder dritte Haushalt mit Kindern hat außerhalb des Frühstücks keine regelmäßige gemeinsame Mahlzeit. Rund 70 Prozent kochen nicht regelmäßig mit der Familie – aber ebenso viele Befragte wünschen sich mehr Zeit zum gemeinsamen Kochen und Essen. Um sicherzustellen, dass der Nachwuchs die Essensvorbereitung auf Augenhöhe mitverfolgen und erste Handgriffe in der Küche selber ausprobieren kann, gibt es einen „Mitkochhocker“, der den ersten Schritt zum Kochenlernen erleichtern soll.

Kleine Weinkunde

Das Festessen in geselliger Runde ist geplant. Jetzt steht nur der Einkauf des passenden Weins an. Welcher passt zu welchem Essen?

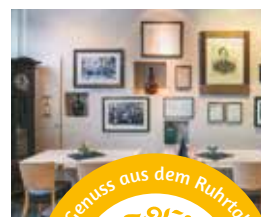
Vorspeisen – Nudeln, Ravioli, Pasteten, geräucherter Fisch: Arneis, Roter Veltiner, Viognier; **Helles Fleisch** – Waldhuhn, Kalbfleisch: Chardonnay, Blaufränkisch; **Dunkles Fleisch** – Rinderbraten, geschmorte Lammschulter: reifer Bordeaux, Brunello, Barolo; **Wild** – Ente, Gans, Fasan, Reh, Hirsch: Pinot Noir, Saint Laurent, Tempranillo, Amarone; **Büfett** – angemachte Salate, geräucherter Fisch, Pastete, Gemüseterrinen: Riesling, Weißburgunder; **Käse** – Ziegenkäse: Sauvignon Blanc; **Edelschimmelkäse**: Sauternes. akz-o

Wir lieben den Genuss

Shoppern & Genießen

jeden Donnerstag bis 21 Uhr

Spirituosen
Feinkost
Weinhandel
Craftbier
Präsente
Restaurant
Events



Küche durchgehend
geöffnet
(Montag Ruhetag)

SONNEN



SCHEIN

Sonnenschein GmbH · Alter Fahrweg 8 · 58456 Witten/Ruhr

Telefon: 0 23 02 - 5 60 06 · www.sonnenscheiner.de

Steakhaus
La Mandolino



Alle Speisen auch
zum Mitnehmen.

- Steaks vom Lavasteingrill
- 50 Sitzplätze
- Internationale Speisen
- Gemütlicher Biergarten
- Wechselnde Angebote



Öffnungszeiten:

Di. bis Sa. 17.00 bis 23.00 Uhr; So. und Feiertage 12.00 bis 22.30 Uhr
Montag Ruhetag!

Auf dem Wellerskamp 24 · 58454 Witten · Tel. 02302 - 39 44 370

Tabuthema Depression: Wenn die Seele Pflaster braucht

Die Krankheit wächst oft über Jahre, bis etwas sie auslöst und der Betroffene Hilfe sucht

Schlecht drauf ist jeder mal. Eine gedrückte Stimmung kennt auch jeder. Das wird schon wieder... Echt? Bei manchen Menschen eben nicht, zumindest nicht ohne Hilfe. Freudlosigkeit, Antriebsmangel, verminderte Selbstwertgefühle, man fühlt sich durch nichts und niemanden angesprochen, hat vielleicht suizidale Gedanken („Die anderen sind ohne mich besser dran.“) – rund 10.000 Menschen sterben in Deutschland nach Angaben der WHO durch Selbsttötung – mehr als durch Verkehrsunfälle oder illegale Drogen.

Um gleich mit einem Vorurteil aufzuräumen: Es sind nicht die Wintermonate, die den Suizidgipfel ausmachen. Nach Prof. Dr. med. Volker Faust sind die internationalen Ergebnisse eindeutig: Die höchste Selbstmordrate gibt es bei einer Schönwetterlage im Mai. „Ein seelisch, körperlich und psychosozial ‚auf den Nullpunkt gebremster‘ Depressiver mag in der Tat langsam verzweifeln, wenn alles um ihn herum genießt, was ihm nicht nur verwehrt ist, sondern auch noch eine schwer erklärbare Pein verursacht“, sagt er. Rund zwei Drittel aller Menschen, die Hand an sich legen, leiden unter depressiven Zuständen, also Depressionen (lat. deprimere - niederdrücken) als schwer-müti ge Stimmungslage und Krankheitsbild zugleich.

Depression - die unterschätzte Krankheit

Für Deutschland schätzt die WHO die Zahl der Menschen mit Depressionen auf 4,1 Millionen, das sind 5,2 Prozent der Bevölkerung. 4,6 Millionen Menschen leben mit Angststörungen. Oft gehen sie und die Depression eine unheilvolle Verbindung ein. Die Stiftung Deutsche Depressionshilfe spricht von einer Volkskrankheit. Depressionen gehören zu den häufigsten und mit Blick auf die Schwere am meisten unterschätzten Erkrankungen.

„Die sogenannte unipolare (einpulige) Depression ist die häufigste Form der depressiven Erkrankung. Im Gegensatz zur bipolaren (manisch-depressiven) Störung bestehen keine gegensätzlichen Empfindungen (himmelhoch jauchzend - zu Tode betrübt), sondern nur depressive Phasen mit den typischen Symptomen wie Morgentief, Niedergeschlagenheit und Antriebslosigkeit. Menschen mit einer Depression ziehen sich immer mehr in sich zurück. Irgendwann nehmen sie sich selbst nicht mehr wahr. Depressive Menschen sind nicht traurig, sie fühlen sich leer und ausgebrannt“, erklärt Dr. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie.

Gespräche als Kern jeder Therapie

Eine Depression kann man in jedem Alter bekommen. Bei jungen Frauen zwischen 15 und 19 Jahren liegt die Suizidversuchsrate am höchsten, das höchste Suizidrisiko haben allerdings Männer über 75 Jahre. Im Alter ist eine Depression die häufigste psychische Störung. Häufig stellt der Hausarzt die „Verdachtsdiagnose“ Depression. Er ist es, der den Patienten zur Psychotherapie schickt oder auch in ein psychiatrisches Krankenhaus einweisen kann. So wie bei Uwe Hauck, der über seine Erfahrungen 2016 ein Buch geschrieben hat. Bei ihm diagnostizierte der Hausarzt eine „F 33.2 G“. „Die medizinischen Diagnosen werden in Arztbriefen oder anderen Dokumenten üblicherweise mit einer Abkürzung entsprechend der Internationalen Klassifikation der Krankheiten benannt. Eine F 33.2 G meint eine rezidivierende (wiederkehrende) depressive Störung. Die letzte Ziffer gibt den Hinweis auf den Schweregrad, hier eine schwere Episode“, erklärt Martmöller. Das „G“ steht für „gesichert“, meint die gesicherte Diagnose.

Uwe Hauck beschreibt sein Leben privat als glücklich, beruflich hingegen fühlt er sich zunehmend unter Druck gesetzt. Der Trigger (Auslöser) für seinen Suizidversuch ist ein Gespräch mit dem Chef vor dem Hintergrund der Kritik an seiner Arbeit. Nach dem Versuch landet Hauck in einem psychiatrischen Krankenhaus. Dort wird er mit Therapien konfrontiert, die für ihn nicht alle verstehbar sind. „Eine De-



Dr. Willi Martmöller, Facharzt für Allgemeinmedizin, Psychotherapie (Tiefenpsychologie) Foto: Pielorz

pression kann mit Medikamenten behandelt werden. Oder es gibt eine psychotherapeutische Behandlung, manchmal eine Kombinationstherapie. Das Ziel ist immer, die Symptome zu vermindern, das seelische Gleichgewicht wieder zu erreichen und die berufliche und psychosoziale Leistungsfähigkeit wiederherzustellen“, so Martmöller. Kern jeder Therapie sind Gespräche – solche zwischen Therapeut und Patient, in Kliniken und Selbsthilfegruppen auch zwi-

schen den Patienten in der Gruppe. „Wichtig ist es, dass der Betroffene erkennt, er ist nicht allein.“ In der stationären Therapie kommen den Alltag strukturierende Maßnahmen wie Mal- oder Tanztherapie, Entspannungskurse und vieles mehr dazu. „Hier geht es vor allem um den Aufbau einer Tagesstruktur. Den Alltag des Betroffenen zu strukturieren und den Patienten wieder am Leben teilhaben zu lassen ist aber auch wichtiges Ziel einer ambulanten Therapie.“

Um diese Ziele erreichen zu können, ist eine tragfähige therapeutische Beziehung unerlässlich. Deshalb hält Martmöller wenig von den neuen Online-Angeboten eines „Depressions-Coaches“, der sich an Menschen mit leichteren Depressionen richtet und von Krankenkassen als neues Angebot auf dem Markt ist – möglicherweise auch deshalb, weil fast jeder Betroffene längere Wartezeiten in Kauf nehmen muss, bis er Termine bei einem Therapeuten bekommt. Ein echter Therapeut gibt hier über ein geschütztes Online-Portal Rückmeldungen an den Patienten, aber: „Therapeut und Patient kennen sich nicht persönlich. Ich halte das für wichtig. Jeder Patient sollte sich fragen, was er von der Therapie will. Wer einen biografischen Zugang zu seinem Problem sucht, sollte sich an einen psychodynamisch oder tiefenpsychologisch arbeitenden Therapeuten wenden. Wer einen Zugang möchte, der es erlaubt, die Symptome zu kontrollieren, ohne die Vergangenheit aufzuarbeiten, ist bei einem Verhaltenstherapeuten gut aufgehoben. Ein Therapeut hat die Aufgabe, in kurzer Zeit herauszufinden, was das Leben des Betroffenen oft über Jahre zur Hölle gemacht hat. Ob das mit einem Online-Programm funktioniert, wage ich zu bezweifeln.“

Für Betroffene und Angehörige ist aber eines besonders wichtig zu wissen: Eine Depression ist gut behandelbar. *anja*

Hier gibt es Hilfe für Betroffene

Überregionale Krisentelefone rund um die Uhr:

Tel.: 0800/1110111 oder 0800/1110222

Kinder- und Jugendtelefon: Tel. 0800/1110333, Mo-Sa 14 bis 20 Uhr

Selbsthilfe Hattingen/Sprockhövel (KISS), Kirchplatz 19, Hattingen, Telefon: 02324/954979; E-Mail: kiss.hattingen@kirche-hawi.de; Sprechzeiten: Di 9-13, Do 14-18 Uhr

Selbsthilfe Witten, Dortmund Str. 13, Witten, Telefon: 02302/1559

E-Mail selbsthilfe-witten@paritaet-nrw.org; Sprechzeiten: Mo 10-12 Uhr, Di, Do 10-14 Uhr, Mi 15-18 Uhr

www.deutsche-depressionshilfe.de; www.telefonseelsorge.de; www.diakonie-mark-ruhr.de; www.selbsthilfe-witten.de

Apotheker Klaus Kogelheide e.K.
Annenstr. 133 - 58453 Witten-Annen
Telefon 02302 973 87-0
Telefax 02302 973 87-10
www.apotheken-im-real.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag
8.00 Uhr - 20.00 Uhr



Vichy Nutrilogie 2
Intensiv-Aufbaupflege für sehr trockene, lipidarme Haut mit Spannungsgefühl, 50 ml
UVP** € 18,-90

13,99 € 4,91 gespart!



Entspricht € 27,98 pro 100 ml

La Roche-Posay Lipikar Stick AP+
Rollen statt kratzen: Sofort-Hilfe bei Juckreiz, Intensivpflege bei Neurodermitis, für Babys, Kinder und Erwachsene, 15 ml
UVP** € 12,-00

9,99 € 2,01 gespart!



Entspricht € 66,60 pro 100 ml

Bepanthol Körperlotion
Wohlthuende und regenerierende Feuchtigkeitspflege, für empfindliche, gereizte Haut, mit Pro-Vitamin Dexpanthenol, erfrischt die Haut und gibt ihr ihre Geschmeidigkeit zurück, 200 ml

8,99 Aktionspreis!



Entspricht € 4,50 pro 100 ml

Avène Cold Cream Intensiv-Handcreme
Macht trockene und angegriffene Hände wieder geschmeidig, zieht schnell ein und schützt sie vor äußeren Umwelteinflüssen, ohne Parabene, frei von Phenoxyethanol, 50 ml
UVP** € 6,-50

4,99 € 1,51 gespart!



Entspricht € 9,98 pro 100 ml

Eucerin Anti-Age Hyaluron-Filler Tag LSF 15 oder Nacht
Pflege für trockene Haut, mit Auffüll-Effekt zur sichtbaren Milderung selbst ausgeprägter Falten, mit Hyaluronsäure und Saponin, je 50 ml
UVP** € 28,-95 bzw. € 30,-45

22,99 € 5,96 gespart!



Entspricht € 45,98 bzw. € 47,98 pro 100 ml

Eucerin Anti-Age Hyaluron-Filler
Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium, wirkt schnell und füllt die körpereigenen Magnesium-Depots wieder auf, 100 % des Tagesbedarfs in einem Stick, 20 Sticks
UVP** € 8,-95

5,99 € 2,96 gespart!



* Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Medipharma cosmetics Olivenöl Intensivcreme
Reichhaltige Aufbaupflege für trockene und sehr trockene Haut, angereichert mit Retinol und Vitamin E, 50 ml
UVP** € 14,-70

10,49 € 4,21 gespart!



Entspricht € 20,98 pro 100 ml

Frei Öl Anti Age Hyaluron Lift Tagespflege
4-fache Anti-Falten-Wirkung, die vitalisierende Tagespflege zieht schnell ein, ideal für normale bis trockene Haut, ohne Alkohol, Farbstoffe, Parabene und Silikone, 50 ml
UVP** € 27,-00

22,49 € 4,51 gespart!



Entspricht € 44,98 pro 100 ml

Magnetrans 375 mg Direktgranulat*
Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium, wirkt schnell und füllt die körpereigenen Magnesium-Depots wieder auf, 100 % des Tagesbedarfs in einem Stick, 20 Sticks
UVP** € 8,-95

5,99 € 2,96 gespart!



* Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

Gegen Abgabe dieser Gutscheine bis zum 30.12.2017 erhalten Sie

XyloDuo-ratiopharm Nasenspray*
Zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen, unterstützt die Heilung von Haut- und Schleimhautschäden, 10 ml
AAP** € 5,-75

3,49 € 2,26 gespart!



Imodium akut lingual*
Die schnelle Hilfe bei akutem Durchfall, löst sich sekundenschnell auf, Einnahme ohne Wasser, ohne Schlucken, praktisch für unterwegs und auf Reisen, milder Pfefferminz-Geschmack, ohne Laktose, 12 Tabletten
AAP** € 11,-27

7,77 € 3,50 gespart!



Wirkstoff: Loperamidhydrochlorid. **Anwendungsgebiet:** Symptomatische Behandlung von akuten Durchfällen für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren, sofern keine ursächliche Therapie zur Verfügung steht. Eine über 2 Tage hinausgehende Behandlung nur unter ärztlicher Verordnung u. Verlaufskontrolle. **Warnhinweis:** Enthält Aspirin! **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

WICK MediNait Erkältungssirup*
Wirkt gegen Erkältungsbeschwerden wie Fieber, Schmerzen, Reizhusten und Schnupfen, 90 ml
AAP** € 12,-48

8,49 € 3,99 gespart!



Voltaren Schmerzgel*
Zur äußerlichen Behandlung von Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen bei rheumatischen Erkrankungen der Weichteile, 120 g
AAP** € 15,-80

11,11 € 4,69 gespart!



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

Ihr Team der Apotheke im real,-



Wirkstoffe: Difenhydramin, Diethylaminosalicylat. **Anwendungsgebiete:** Erwachsene: Zur symptomatischen Behandlung von Schmerzen bei akuten Infektionen des oberen und unteren Respirationstraktes, bei Trauma, z.B. Sport- u. Unfallverletzungen; der gelenkigen Weichteile (z.B. Schleimbeutel, Sehnen, Sehnenansätze, Bänder, Muskulatur, Gelenkkapseln) bei Arthrose der Knie- u. Fingergelenke; bei Epicondylitis (Entzündung der Sehnenansätze im Bereich des Ellenbogens, auch Tennisellenbogen bzw. Golfellenbogen genannt); bei akuten Muskelschmerzen z.B. im Nackenbereich. Jugendliche ab 12 Jahren: Zur symptomatischen Behandlung von Schmerzen bei akuten Infektionen des oberen und unteren Respirationstraktes, bei Trauma, z.B. Sport- u. Unfallverletzungen, Zerrungen, Verstauchungen infolge eines stumpfen Traumas. **Warnhinweis:** Enthält Propylenglykol. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

1) UVP = Unverbindliche Preisempfehlung der Hersteller (Stand 07.11.2017). ** Der AAP (Applikatorenabgabe) ist keine verbindliche Preisempfehlung der Hersteller. Der AAP ist der einheitliche Produkt-Abgabepreis im Sinne des § 78 Abs. 3 S. 1, 2 Hs. AMG, der für den Fall der Abgabe zulasten der gesetzlichen Krankenkassen (KK) vom pharmazeutischen Unternehmer zum Zwecke der Abrechnung der Apotheken mit den Krankenkassen gegenüber der Informationsstelle für Arzneimittelallgemein (IFA) angegeben wird. Dieser wird von der KK in Ausnahmefällen der Erstattung abzüglich 5 % Rabatt an die Apotheke ausbezahlt. * Angebot gültig vom 01.12. bis 30.12.2017 - Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen, solange Vorrat reicht! - Aktions-Coupons gelten nicht in Verbindung mit anderen Bonusssystemen.

Ambulante Pflege



- ✓ Alten- und Krankenpflege
- ✓ Alle Leistungen aus der Pflegeversicherung
- ✓ Beratung zu Pflege und Betreuung

Tagespflege



- ✓ Teilstationäre Pflege
- ✓ Mo bis Fr 8:00 – 16:00 Uhr
- ✓ Seniorengerechte Bewegung und Beschäftigung
- ✓ Frisch zubereitete Mahlzeiten

Essen auf Rädern



- ✓ Vielfältige Menüauswahl
- ✓ Täglich frisch zubereitet
- ✓ Verzehrwarm ausgeliefert
- ✓ Flexible Bestellmöglichkeit auch online

Seit 40 Jahren in Witten

Familien- und Krankenpflege e. V. Witten



Station Stockum

☎ 940 40-0

Station Herbede

☎ 7 13 18

Tagespflege

☎ 707 68 30



Mit Fingerspitzengefühl wieder alles im Griff

„Medizin konkret“-Vortrag am Ev. Krankenhaus Witten informierte über moderne operative und anästhetische Verfahren in der Handchirurgie

Gelenke, Muskeln, Sehnen, Bänder und Nerven machen die menschliche Hand zu einem perfekten Werkzeug. Ist das Zusammenspiel jedoch gestört, zum Beispiel durch Fehlstellungen, Gelenkerkrankungen oder Engpässe der Nerven, können unter anderem starke Schmerzen, Taubheitsgefühle, Kraftverlust oder Probleme mit der Feinmotorik auftreten.

Auch wenn es zunächst einmal das Ziel sei, eine Operation nach Möglichkeit zu vermeiden, führe häufig kein Weg an einer chirurgischen Behandlung vorbei, erklärte Oliver Roßbach, Abteilungsarzt Plastische Chirurgie und Handchirurgie, bei einem gut besuchten Vortrag der Reihe „Medizin konkret“ im Ev. Krankenhaus Witten. Dabei werden abhängig vom jeweiligen Krankheitsbild und den vorliegenden Symptomen Korrekturen an Sehnen, Bändern, Gelenken oder Knochen vorgenommen. Ausführlich stellt Oliver Roßbach verschiedene Krankheitsbilder und die jeweiligen Behandlungsmöglichkeiten vor. Operationen an den Händen erfordern filigrane Feinarbeit mit Fingerspitzengefühl, um Sehnen und Nerven nicht zu verletzen. Mit mikroskopisch kleinen Nähten ließen sich sogar durchtrennte Nerven und Blutgefäße reparieren, erklärt der Handchirurg. Dies ist beispielsweise nach Unfällen von großer Bedeutung, denn Verletzungen an den Händen wie Knochenbrüche, Sehnen- Nerven- und Weichteilverletzungen oder Verbrennungen gehören zu den häufigsten chirurgischen Notfällen in der Notfallambulanz. Bei einer Arthrose, die insbesondere im Handgelenk oder an der



Oliver Roßbach (l.), Abteilungsarzt Plastische Chirurgie und Handchirurgie, und Dr. Thomas Meister, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, führen nach dem Vortrag Gespräche mit den Besuchern.
Foto: Jens-Martin Gorny

Handwurzel häufig auftreten könne, sei dagegen eine konservative Behandlung erste Wahl, zum Beispiel durch Ruhigstellen, Bandagen oder Schmerzmedikamente, erläutert Oliver Roßbach. Lässt sich so keine Besserung erzielen, können einzelne Nerven entfernt werden. Auf diese Weise lässt sich eine Schmerzstillung ohne Funktionseinschränkungen erreichen. Eine früher übliche Versteifung des Handgelenks wird heute nur noch in Ausnahmefällen vorgenommen. Auch künstliche Gelenke, die bei Knie, Hüfte und Schulter längst zum Standard gehörten, würden zunehmend eingesetzt, erklärt Oliver Roßbach. „Bis vor kurzem war die Haltbarkeit ein Problem. Aber die Materialien werden besser.“ Wie die verschiedenen Opera-

tionen schmerzfrei durchgeführt werden können, erläutert Dr. Thomas Meister, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin. Für Eingriffe an den Extremitäten ist die Regionalanästhesie besonders gut geeignet. Dabei blockiert der Arzt durch spezielle Wirkstoffe die Schmerzweiterleitung zum zentralen Nervensystem. „Der Patient bleibt wach und muss nicht künstlich beatmet werden“, erklärt Dr. Meister. Durch die geringere Belastung erholt sich der Körper schneller. Weil das Risiko einer postoperativen Verwirrtheit nicht besteht, sind regionale Anästhesien auch für ältere Patienten sehr gut geeignet. Allerdings gibt es auch Fälle, die für eine Vollnarkose sprechen. Dazu gehört neben Blutgerinnungs-

störungen, Allergien gegen örtliche Betäubungsmittel und Vorschäden des Nervensystems auch der Wunsch des Patienten. Die Angst vor einer Lokalanästhesie ist aber unbegründet, betont Dr. Meister. „Das Risiko ist geringer als bei einer Vollnarkose.“ Nach dem Vortrag beantworteten die Ärzte ausführlich zahlreiche Fragen aus dem Publikum und standen für Einzelgespräche zur Verfügung. Außerdem wiesen sie auf die Sprechstunde hin, Terminvereinbarung: Tel. 02302/175-2434. Unter dem Motto „Medizin konkret“ informiert das Ev. Krankenhaus Witten an jedem dritten Mittwoch im Monat um 17 Uhr über ein aktuelles Thema aus den Bereichen Medizin, Pflege, Therapie.

Regelmäßig zum Augenarzt Ein Sehtest pro Jahr

Schule, Hausaufgaben, TV, Spielekonsole und Smartphone – Kinder fordern ihre Augen jeden Tag. Veränderungen von Sehstärke und Schädigungen der Augen kommen oft schleichend und sind für die Kinder selbst nur schwer feststellbar.

Das „Kuratoriums Gutes Sehen“ (KGS) rät zu regelmäßigen Sehtests. Gut ein Drittel der Kinder kommt nicht in den Genuss dieser Früherkennung. Deshalb sollte auch bei Kindern das Sehvermögen regelmäßig getestet und bei Defiziten rechtzeitig gegensteuert werden.

Eine repräsentative Umfrage von „Kantar Emnid“ im Auftrag des KGS zeigt: 16 Prozent der Kinder unter 14 Jahren haben noch nie einen Sehtest absolviert. Bei 22 Prozent liegt der jüngste Sehtest zwei Jahre oder länger zurück.

Der Medizinphysiker und Augenexperte Dr. Wolfgang Wesemann vom KGS: „Eltern, die selbst Brillenträger sind, sollten mit ihren Kindern regelmäßig zum Augenarzt gehen. Bei Schulkindern empfehle ich einen Sehtest pro Jahr.“ Lediglich knapp die Hälfte der 504 befragten Eltern lassen die Kinderaugen jährlich testen.

Besonders aufmerksam

Im Schnitt haben 82 Prozent der Kinder unter 14 Jahren zumindest einen Sehtest absolviert. Besonders aufmerksam sind Eltern im Alter von 35 bis 44 Jahren: 87 Prozent von ihnen geben an, ihren Nachwuchs bereits zu einem Sehtest geschickt zu haben. 34 Prozent sagen sogar, der Sehtest liege weniger als ein halbes Jahr zurück.

Anders sieht es bei jüngeren Eltern bis 34 Jahre aus: Von ihnen haben nur 71 Prozent ihr Kind bereits einen Sehtest absolvieren lassen. Das bedeutet im Umkehrschluss: Fast jedes dritte dieser Kinder war noch nie bei einem Sehtest – alarmierend.

Immerhin handelt die große Mehrheit der Eltern verantwortungsbewusst und schickt ihren Nachwuchs zum Sehtest.

63 Prozent von ihnen bevorzugen dabei eine spezielle Kontrolle für Kinder beim Augenarzt oder dem Augenoptiker, 36 Prozent beim Kinderarzt.



**MUT INSTITUT
Witten**

Bettina Voigt
Heilpraktikerin Psychotherapie
Multimodale Stresstrainerin

Psychologische Beratung
Psychotherapie
Stressbewältigung/Burnout Prävention
Heilhypnose

Fachberatung
in Krisen- und
Konfliktsituationen

**Erst-
gespräch
kostenfrei!**

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

Stress Präventionskurs

„Gelassen und mutig im Stress“

In diesen kleinen, maximal 8 TeilnehmerInnen umfassenden Kurs wird Raum für individuelle Anliegen geboten, ergänzt durch kleine Vortragseinheiten, praktische Übungen, Entspannungseinheiten und den Erfahrungsaustausch der TeilnehmerInnen untereinander.

Kostenübernahme und Bonuspunkte von den Krankenkassen

Der Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert. Dies bedeutet, dass der überwiegende Teil der Kosten von den Krankenkassen übernommen wird. Zudem verteilen viele Kassen für den Besuch einer Präventionsmaßnahme Bonus-Punkte, für die man spezielle Prämien erhält.

Worum geht es?

Die TeilnehmerInnen setzen sich mit der Entstehung von Stress, seinen Wirkungen auf die Psyche und den Körper auseinander. So geht es zum Beispiel darum, Alarmsignale zu erkennen, berufliche und private Stressauslöser zu identifizieren und Veränderungen zu erarbeiten. Ergänzend dazu werden verschiedene Entspannungstechniken vorgestellt.

Motivation und Stärkung durch die Gruppe

Nicht wenige TeilnehmerInnen der letzten Kurse waren vor allem durch den regelmäßigen Austausch und den Ansporn innerhalb der Gruppe so begeistert, dass sie den Kurs gerne fortgesetzt hätten.

Anmeldung ab sofort telefonisch oder per Mail!

Mut-Institut-Witten

Bettina Voigt, Ruhrstraße 91, 58452 Witten

Tel. 02302 - 43 899 800, E-Mail: kontakt@mut-institut-witten.de

Intensivkurs:

Jeweils dienstags, vom 16. Januar bis zum 6. März 2018, 19.00-20.30 Uhr
Start Angebot 2018: 89,00 €



HÖRGERÄTE

STENE BERG GMBH

Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik
in Witten und Herbede

Ihre persönlichen Hörberater in Witten



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

Schwarzarbeit in der Seniorenbetreuung –

- Anzeige -

Unwissenheit schützt nicht vor Geldbußen – PROMEDICA PLUS zeigt auf, welche Konsequenzen unseriösen Anbietern und ihren Auftraggebern drohen

Deutschland wird immer älter. Geht es nach den Statistikern, wird 2060 jede achte Person 80 Jahre oder älter sein. Folglich steigt der Bedarf an Betreuungsangeboten – insbesondere in der häuslichen Pflege. Vor diesem Hintergrund wittern unseriöse Anbieter ihre Chance und locken mit scheinbar attraktiven Angeboten. Den Anteil der Schwarzarbeit im Betreuungs- und Pflegemarkt schätzt PROMEDICA PLUS auf 85 Prozent. „Wir vermitteln seit über zehn Jahren geschulte Pflege- und Betreuungskräfte aus Osteuropa in deutsche Haushalte und wissen, welche Konsequenzen unseriösen Anbietern und ihren Auftraggebern drohen.“

Risiko Unfall

Erleidet eine Betreuungskraft während der Ausübung ihrer Tätigkeit einen Unfall, haftet der Auftraggeber. Versicherungen verweigern bei Schwarzarbeit regelmäßig den Versicherungsschutz. Auf den Kunden können so Schadensersatzforderungen in unbestimmter Höhe zukommen. Darüber hinaus drohen Sanktionen durch das Finanzamt, die Bundesagentur für Arbeit und

den Rentenversicherungsträger. Angehörige Betreuungsbedürftiger sollten sich daher die Vertragsunterlagen stets aushändigen lassen und diese in Ruhe prüfen. Oft hört man im Umfeld der illegalen Schwarzarbeit auch von Diebstählen oder Betrug, die den zu betreuenden Personen und deren Angehörigen widerfahren sind. Aufgrund der illegalen Beschäftigung ist die Verfolgung dieser Straftaten im Nachhinein sehr schwierig und führt bei den Ermittlungen meist ins Leere.

Transparente Leistungen

PROMEDICA PLUS verbürgt sich offiziell für die Ehrlichkeit, Bezahlbarkeit und Zuverlässigkeit ihrer osteuropäischen Betreuungs- und Pflegekräfte. Die von dem Unternehmen vermittelten Betreuungs- und Pflegekräfte sind Beschäftigte eines Unternehmens der polnischen, nach DIN ISO 9001 zertifizierten, Promedica24 Gruppe, dem europaweiten Marktführer für Betreuungsleistungen von Senioren in Privathaushalten. Sie zahlen Steuern, leisten Sozialabgaben, sind versichert und werden unter Berücksichtigung des

Mindestlohns bezahlt. Ihr Einsatz in Deutschland erfolgt im Rahmen der europäischen Dienstleistungsfreiheit. Er ist gesetzlich klar geregelt und gewährt allen Beteiligten absolute Rechtssicherheit. PROMEDICA PLUS setzt sich für eine rechtmäßige, fürsorgliche Rund-um-Betreuung und Pflege von Senioren in Privathaushalten ein und geht in der Branche mit verantwortungsvollem Beispiel voran. Sprechen Sie uns an, wir sind gerne für Sie da!

24 Stunden Betreuung & Pflege PROMEDICA PLUS Daheim statt Heim



Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Daniela Thiel

PROMEDICA PLUS Ennepe-Ruhr-Nord

Postfach 3104 | 58422 Witten-Herbede

Tel. +49 2302 17 90 259

ennepe-ruhr-nord@promedicaplus.de

www.promedicaplus.de/ennepe-ruhr-nord



Immer an Ihrer Seite:
Herzlich. Kompetent.
Engagiert.



Lebenswichtige Informationen aus dem Kühlschrank

Krankenhaus verteilt Notfalldosen, die Helfer der Rettungsdienst benötigen könnten

Immer mehr Menschen haben zu Hause einen Notfall- oder Impfpass, einen Medikamentenplan oder auch eine Patientenverfügung.

Doch im Ernstfall ist es für Retter meist unmöglich, diese wichtigen Informationen zu finden. Das Evangelische Krankenhaus verteilt deshalb jetzt kostenlos Not-

falldosen an Patienten, die Hilfe durch den Rettungsdienst benötigen könnten. „Nicht jedem gelingt es, in einer Notfallsituation Angaben zu seinem Gesundheitszustand zu machen“, erklärt Dr. Mario Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und Ärztlicher Direktor am Krankenhaus Witten. In einer solchen Ausnahmesituation können wichtige Details leicht vergessen werden – oder der Patient ist bewusstlos und nicht ansprechbar.

Deshalb hat Dr. Iasevoli die Einführung der Notfalldose ange-regt. Die auffällig grün-weiße Kunststoffdose wird in der Kühlschranktür aufbewahrt. Sie enthält ein Notfall-Infoblatt, in dem neben den persönlichen Daten wichtige Diagnosen und Vorerkrankungen, regelmäßig einzunehmende Medikamente aber auch wichtige Ansprechpartner oder zu versorgende Haustiere angegeben werden können. Leben mehrere Personen im Haushalt, kann auch ein Passbild zur

Identifikation beigelegt werden. „Wir helfen von ärztlicher und pflegerischer Seite beim Ausfüllen“, sagt Dr. Iasevoli. Weitere Formulare wie Entlassungsbriefe der Klinik oder Patientenverfügungen können hinzugelegt werden.

Zum Set gehören auch zwei Aufkleber. Einer soll an der Innenseite der Eingangstür angebracht werden, der andere außen am Kühlschrank. So kann der Rettungsdienst erkennen, dass hier ein

entsprechender Patient lebt. Die Notfalldose wird im Krankenhaus von allen Abteilungen genutzt. Hauptsächlich wird sie aber an Patienten der Kliniken für Innere Medizin und für Geriatrie ausgegeben. Zielgruppe sind vor allem Patienten, bei denen mit Hilflosigkeit oder Kommunikationsproblemen zu rechnen ist, zum Beispiel ältere Menschen und Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen.



Dr. Mario Iasevoli, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin und ärztlicher Direktor, präsentiert die Notfalldose, die das Evangelische Krankenhaus jetzt kostenlos an entsprechende Patienten verteilt. Foto: Jens-Martin Gorny

Glück gehabt

Da hat Abdoulié Kante viel Glück gehabt, und auch Dr. Helfried Waleczek (Foto), Chefarzt der Chirurgischen Klinik am Evangelischen Krankenhaus Hattingen (EvK) freut sich sehr. Für den Patienten hätte diese Diagnose eine Operation bedeutet und eine extrem schlechte Prognose. „Dank unserer viel besseren Diagnostik-Möglichkeiten“, stellt Waleczek erleichtert fest, „konnten wir die richtige Diagnose stellen.“



Der elfjährige Junge aus Gambia hat zum Glück nur eine ganze Reihe von Brüchen im Bereich um das Sprunggelenk.



Der Bedarf an Pflegekräften ist groß, besonders dringend werden sie in der Altenpflege benötigt. Mit dem „Zweiten Pflegestärkungsgesetz“ werden die Bedingungen für Pflegebedürftige, deren Angehörige und Pflegekräfte verbessert. Foto: Fotolia

Raus aus dem Pflegestress

Oft Depressionen – Ambulante Dienste helfen

Wer Angehörige oder Freunde pflegt, kennt das nur zu gut: Irgendwann brennen einem förmlich die Nerven durch, man ist am Ende, fühlt sich hoffnungslos überfordert und alleingelassen. Es scheint keinen Ausweg zu geben. Dann hilft eins: Raus aus dem Pflegestress, eine Vertretung muss her. Und diese Hilfe bieten ambulante Pflegedienste.

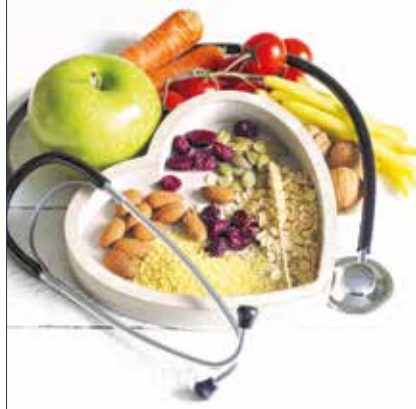
Die Statistik ist alarmierend. Konkret für England hat das Gill Livingston am „University College London“ untersucht. Demnach erkrankten 40 Prozent der pflegenden Angehörigen, die mit Demenzkranken zu tun haben, etwa an Depressionen und Angstzuständen.

Da die Menschen immer älter werden, wird der Bedarf an qualifizierten Pflegekräften auch in den kommenden Jahrzehnten weiter stark ansteigen. Allein zwischen 1999 und 2013 hat sich zum Beispiel die Zahl der Altenpflegefachkräfte in ambulanten Pflegediensten und -heimen um beeindruckende 108 Prozent erhöht.

Stark wachsende Branche

„Die Altenpflege gehört zu den besonders stark wachsenden Branchen und bietet daher eine sichere Beschäftigungsperspektive“, weiß Frank Eggert, Manager der Spezialisierung Medical vom Personaldienstleister Randstad. „Der Arbeitsmarkt begrüßt daher die Änderungen, die seit dem 1. Januar 2016 mit dem neuen Gesetz zur Stärkung der Pflege in Kraft getreten sind.“

Mit dem „Zweiten Pflegestärkungsgesetz“ (PSG II) sollen unter anderem Pflegebedürftige und deren Angehörige besser abgesichert werden. Seit diesem Jahr gibt es zudem ein neues Begutachtungsverfahren, das den Pflegegrad der Betroffenen genauer bestimmt. Geistige, psychische und körperliche Einschränkungen werden dann deutlich besser erfasst und berücksichtigt. txn



So erreichen Sie uns:

Klinik Blankenstein (Hattingen)
Telefon 02324/396-500

St. Josef-Hospital (Bochum)
Telefon 0234/509-3271

www.klinikum-bochum.de

Diabeteszentrum Bochum / Hattingen

Chefarzt: Prof. Dr. med. Juris Meier

- Behandlung sämtlicher Diabetestypen
- Spezialisierte Therapie bei Insulinresistenz
- Diabetesberatung
- Insulintherapie inkl. Insulinpumpen
- Kontinuierliche Blutzuckermessung
- Psychosomatische Mitbetreuung
- Schwangerschaftsdiabetes
- Diabetes bei Bauchspeicheldrüsenerkrankungen

Spezielles Angebot beim Diabetischen Fußsyndrom

- Fachübergreifende Fußsprechstunde
- Zweitmeinung vor drohender Amputation
- Versorgung chronischer Unterschenkelwunden



Wir stellen ein:

**Krankenpflegekräfte
Altenpflegekräfte
Arzthelferinnen**

**Scheuen Sie keinen
frühzeitigen
Wechsel!**

**Weihnachtsgeld
übernehmen
wir!**

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

Diakonie Mark-Ruhr

Wir sind da.
Wo die Menschen uns brauchen.

Wohnen im Alter | Kurzzeitpflege | Betreuungsdienste
Hausnotruf | Alten- & Krankenpflege | Dauerpflege
Tagespflege | Qualitätssicherungspflege | Mittagstisch
Betreutes Wohnen | 24-Stunden-Pflege | Palliativ-Pflege
Senioren-Cafés | Demenz-Gruppe

Diakoniestation Witten

Rigeikenstraße 2 | 58452 Witten | Tel. 02302-28265-0

Lutherhaus Bommern

Ulmenstraße 54 | 58452 Witten | Tel. 02302 956203-0

Betreutes Wohnen Rigeikenhof

Elberfelder Str. 16-18 | 58452 Witten | Tel. 02302 9383-0

Das Wohnkonzept für Menschen, die Individualität und Privatsphäre schätzen, nicht auf Gemeinschaft und soziale Kontakte verzichten möchten und dabei die Sicherheit erwarten, die Betreutes Wohnen bietet.

Vermieterin des Rigeikenhofes ist die Kirchliche Zusatzversorgungskasse Rheinland-Westfalen (KZVK).



Mit einem
**guten
Gefühl**
zu Hause.
In Witten.



Der Hof der Familie Nüfer in der Elfringhauser Schweiz, in der Porbecke 10. An den Adventswochenenden kann man hier von 10 bis 16 Uhr Glühwein trinken oder Kleinigkeiten einkaufen. Erstmals werden auch Heu und Stroh angeboten. Ein großer roter Nikolaus weist den Besuchern den richtigen Weg. Foto: Pielorz

Gewinnen Sie mit IMAGE Ihren Weihnachtsbaum 2017

Wir verlosen zusammen mit Hof Nüfer zehn Weihnachtsbäume - auch zum Selbstschlagen

Seit 1867 ist der Hof im Besitz der Familie Nüfer. Lag zunächst der Schwerpunkt in der Rinderhaltung, ist die Landwirtschaft heute neben Planwagenfahrten, Kaminholz und Reitstall nur noch ein kleines Standbein des gesamten Familienbetriebes. Immer wichtiger wurden der Anbau und Verkauf von Weihnachtsbäumen.

„Schon in den fünfziger Jahren hat unsere Familie auf dem Rathausplatz in Hattingen Weihnachtsbäume verkauft. Heute haben wir Schonungen mit insgesamt 90.000 Bäumen“, berichtet Lennart Nüfer. Dabei dauert es Jahre, bis aus dem Setzling ein Weihnachtsbaum wird. „Die Fichte beispielsweise braucht rund sieben Jahre, je nach Sorte.“

In den Schonungen des Landwirtes findet man neben dem beliebtesten Weihnachtsbaum, der Nordmanntanne, auch die Nobilistanne, die Kiefer, die Fichte und die Blaufichte. Dabei kann man auf dem Hof selbst sowohl geschlagene Bäume kaufen als auch selbst in den Schonungen Hand anlegen. „Wer eine eigene Bügelsäge hat, kann diese auch gern mitbringen. Wir haben aber auch natürlich Sägen vor Ort. Dann geht das Selbstschlagen schnell“, so Lennart Nüfer. Auch Handschuhe und eine Knieun-

terlage (Pappe oder Zeitung reichen aus) sollte man dabei haben, wenn man selbst Hand an den Baum legen möchte.

Die meisten Kunden entscheiden sich für die klassische Baumgröße zwischen 1,80 und 2,40 Metern. „Früher wurden die Tannenbäume am Stiel angespitzt. Das macht man heute nicht mehr, denn die modernen Tannenbaumständer sind mit einem Feststelldraht ausgestattet. Man kann den Baum einfach hineinstellen. Wichtig ist, dass die Rinde unten am Baum bleibt, denn sonst kann die Tanne kein Wasser ziehen. Auch bei der Lagerung sollte man beachten, den Baum niemals in den Keller oder die Garage zu stellen. Betonwände ziehen Feuchtigkeit an und der Baum wird trocken. Am besten ist es, die Tanne eingenetzt draußen zu lagern und sie erst kurz vor dem Schmücken in die



Lennart Nüfer in einer der Weihnachtsbaumschonungen. Pro Jahr werden rund 3000 Weihnachtsbäume verkauft. Insgesamt, mit Setzlingen, gibt es in den Schonungen von Nüfer rund 90.000 Bäume.

Foto: Pielorz

Gewinnen Sie Ihren Weihnachtsbaum 2017

Zusammen mit Lennart Nüfer verlost IMAGE zehn Weihnachtsbäume bis 2,50 Meter! Schicken Sie uns eine E-Mail unter sb@kamk.de, Kennwort „Weihnachtsbaum“, mit Ihrem Namen und Ihrer vollständigen Postadresse bis zum 6. Dezember oder schicken Sie uns eine Postkarte unter Kathagen media+kommunikation, Thiestraße 7, 58456 Witten. Die Gewinner werden ausgelost (Rechtsweg ausgeschlossen) und erhalten per Post einen Gutschein, den sie zwischen dem 10. und 23. Dezember bei Nüfer Weihnachtsbäume einlösen können.

Wohnung zu bringen. Dann hält ein Tannenbaum zwei Wochen.“

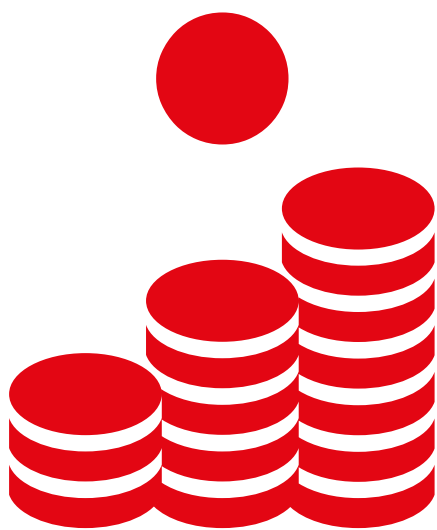
Um die Bäume in der Schonung frisch zu halten, muss Lennart Nüfer regelmäßig nach dem Rechten sehen. Mähen, Baumkorrekturschneiden, Düngen – so ganz von alleine werden aus Setzlingen eben keine schönen Weihnachtsbäume. Hinzu kommen die häufigen Änderungen des Gesetzgebers, welche Materialien, zum Beispiel beim Düngen, verwandt werden dürfen.

Nüfer hat viel Ahnung von Bäumen. „Der Wald ist ein riesiger Arbeitgeber. Viele tausend Arbeitsplätze in Forstwirtschaft und Handwerk sind von seinem Zustand abhängig. Mittelfristig werden wir keine Buche mehr finden, denn die zunehmende Trockenheit und die Wärme durch den Klimawandel verträgt der Baum nicht. Das kann man schon heute erkennen. Für die Wälder gilt wie für die Schonung: ein schlecht versorgter Baum sieht auch schlecht aus.“

An den Adventswochenenden wird auf dem Nüfer-Hof wieder die Hölle los sein. Alle packen mit an – auch Adventskränze und Dekoratives für die weihnachtliche Stube, alles handgemacht, sind im Angebot. Und einen Glühwein kann man selbstverständlich auch trinken. Das Fest kann also kommen. *anja*



Morgen ist einfach.



Wenn man sich mit der richtigen Anlagestrategie auch bei niedrigen Zinsen Wünsche erfüllen kann.

Sprechen Sie mit uns.

www.sparkasse-witten.de



Wenn's um Geld geht

**Sparkasse
Witten**

Der Esstisch ist der zentrale Treffpunkt im Haus. Hier wird am Morgen gefrühstückt und Zeitung gelesen, am Mittag mit der ganzen Familie gegessen, nachmittags werden Hausaufgaben gemacht und am Abend auch mal Karten gespielt oder ein romantisches Dinner aufgetischt. Diese vielen Nutzungen erfordern jeweils eine unterschiedliche Beleuchtung, die der jeweiligen Sehaufgabe gerecht wird. Planungstipps helfen, ein flexibles und stimmiges Lichtkonzept über den Esstisch zu zaubern.

Tipp 1: Freier Blick

Pendelleuchten sind über der Tafel besonders beliebt. Entscheidend ist die richtige Höhe: Ein Abstand von 60 Zentimetern zwischen Tisch und Unterkante der Leuchte sorgt dafür, dass offene Schirme nicht blenden und der Blick zum Tischnachbarn auf der anderen Seite frei ist. Für Schul- oder Büroarbeiten ist dieser Abstand aber oft zu hoch. Die Lösung sind stufenlos verstellbare Leuchten.

Tipp 2: Form, Abstand und Anzahl der Leuchten

Bei der Auswahl der Leuchte sollte sich das Design an der Form des Tisches orientieren: Ein runder Tisch kommt mit ebenfalls runden Leuchten bestens zur Geltung. Zu einem rechteckigen Tisch passen längliche Formen oder mehrere linear positionierte Pendelleuchten. Dabei wird eine ungerade Anzahl von den meisten Menschen als besonders harmonisch wahrgenommen. Der Abstand zwischen den Pendeln richtet sich nach der Länge des Tisches. Ein Beispiel: Werden drei Pendelleuchten eingesetzt, am besten den Tisch in gleichlange Viertel teilen und jeweils am Ende eines Viertels die Leuchte platzieren.

Das Auge isst mit Fünf Tipps für eine gelungene Esstischbeleuchtung



Ziel der Tischbeleuchtung ist es, die Tischplatte hell auszuleuchten und die Personen in gedämpftem Streulicht zurücktreten zu lassen. Foto: licht.de

Tipp 3: Flexible Beleuchtung für ausziehbare Tische

An der Decke montierte Stromschienen oder Seil- und Stangensysteme sind eine clevere Lösung für ausziehbare Esstische. Leuchten und Strahler können ganz einfach ab- und wieder aufgehängt werden oder lassen sich verschieben. Dafür wird auch nur ein Stromauslass benötigt. Der Clou: Diese Systeme können auch über Eck angebracht werden.

Tipp 4: Farbtemperatur & Farbwiedergabe

Beim Kauf einer Lichtquelle stehen warmweiße (bis 3.000 Kelvin), neutralweiße (bis 5.000 Kelvin) und tageslichtweiße (über 5.000 Kelvin) Leuchtmittel zur Verfügung. Während warmweißes Licht gemütlich wirkt und zum Entspannen einlädt, eignet

sich Tageslichtweiß besonders gut zum Arbeiten. Einige Modelle liefern von Haus aus zwei oder drei Lichtfarben. Sie werden meist smart per App bedient oder bei einigen Ausführungen auch durch das mehrfache Betätigen des Schalters.

Wichtig ist eine gute bis sehr gute Farbwiedergabe der Lichtquellen. Der Ra-Wert gibt an, wie natürlich Farben im Licht einer Lampe wiedergegeben werden. Mit einem erhöhten Farbwiedergabeindex von mindestens Ra 85 kommen die natürlichen Farbnancen der aufgetischten Köstlichkeiten optimal heraus. So wird eine leckere Speise auch optisch zum Hochgenuss.

Tipp 5: Dimmen und Lichtmanagement

Für Multifunktionsische ist

dimmbares Licht fast schon ein Muss. Moderne LED-Pendelleuchten mit integriertem LED-Modul können häufig ganz bequem per Berührung gedimmt werden. Aber nicht alle LED-Lampen sind dimmbar. Käufer sollten auf den Verpackungshinweis „dimmable“ achten. Es muss zudem geprüft werden, ob der Dimmer kompatibel ist. Qualitätshersteller bieten im Internet Kompatibilitätslisten zum Nachschlagen an.

Mit einer zentralen Lichtsteuerung wird das Abendessen in geselliger Runde zum Lichtelebnis: Beim Tafeln sorgt fokussiertes Licht auf dem Esstisch für beste Sicht. Das Dessert kann dann bei einem gedimmten, warmen und indirekten Licht stimmungsvoll eingenommen werden. licht.de

ImageMagazine für Witten, Sprockhövel und Hattingen

www.kamk.de

Ihre Image-Mediaberater:



Monika Kathagen

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



Barbara Bohner-Danz

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



Johanna Suckrau

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

Was können wir
für Sie tun?

Wir freuen uns
auf Ihren Anruf!

Günstiger umziehen mit den Spartipps vom Profi

Die Profis von umzugsauktion.de zeigen, wie sich Umzugskosten reduzieren lassen:

- Umzugsunternehmen vergleichen und bares Geld sparen
- Früh ausmisten, rechtzeitig kündigen und den Umzugstermin geschickt timen
- Umzug aus privaten oder beruflichen Gründen: Das lässt sich steuerlich absetzen

Umzüge gehen ins Geld: Vom gemieteten Umzugswagen über neue Kartons bis zur Verpflegung der Helfer kommt einiges zusammen. Mit ein paar Tipps lässt sich jedoch viel Geld sparen. Die Profis von umzugsauktion.de verraten, wie es geht.

Wichtige Entscheidung: Umzugsunternehmen oder Do-it-yourself?

Vor jedem Umzug stellt sich zunächst die Frage: Profis beauftragen oder alles selber machen? Wer mit einem professionellen Unternehmen umziehen will, sollte vorher auf jeden Fall die Kosten mehrerer Anbieter vergleichen. Auf dem Onlineportal umzugsauktion.de ist das schnell und einfach möglich. Gibt es nur wenig Umzugsgut zu transportieren, kommt möglicherweise eine Beiladung in Betracht. Speditionen nutzen hierbei kleinere, freie Restflächen von bereits gebuchten Transporten und berechnen dementsprechend weniger. Soll alles in Eigenregie über die Bühne gehen, ist einer der größten Kostenpunkte meist der Transporter. Falls möglich, sollte der Umzug unter der Woche stattfinden – am Wochenende wird für Mietwagen häufig mehr verlangt. Auch hier lohnt sich der Anbietervergleich. Je früher gebucht wird und je flexibler die Terminwahl, desto größer das Sparpotenzial.

Gründlich aussortieren und rechtzeitig kündigen

Beim Einpacken gilt: frühzeitig ausmisten! Denn wer bei seinem Hausrat vor dem Umzug konsequent alles Unnötige entsorgt, spart sich nicht nur Arbeit beim Kistenschleppen. Es reicht dann oft auch ein kleinerer Transporter, der weniger Miet- und Spritkosten verursacht. Auch der Mietvertrag sollte unbedingt rechtzeitig gekündigt werden, um doppelte Zahlungen zu vermeiden. Der Vermieter ist nicht dazu verpflichtet, die Kündigungsfristen zu verkürzen, wenn der Mieter neue Nachmieter vorschlägt.

Steuervorteile nutzen

Der Umzug ist gut über die Bühne gegangen und der neue Lebensabschnitt kann beginnen. Aber selbst im Nachhinein lässt sich noch bares Geld sparen. Besonders Umzüge aus beruflichen Gründen sind steuerlich gut absetzbar. Wer etwa doppelte Mietkosten, Reise- und Maklerkosten zur Wohnungssuche oder Transportkosten für das Umzugsgut hatte, kann diese als Werbungskosten steuerlich geltend machen.

Wer aus privaten Gründen umzieht, kann weniger absetzen. 20 Prozent von bis zu 20.000 Euro jährlichen Kosten – im Ergebnis also 4.000 Euro Ersparnis – sind hier als sogenannte haushaltsnahe Dienstleistungen aber möglich. Absetzbar sind dabei etwa Anfahrts- und Arbeitskosten von Umzugsunternehmen. Fallen Handwerkerkosten an, können zusätzlich 20 Prozent von bis zu 6.000 Euro Kosten abgesetzt werden. Das kann nochmals bis zu 1.200 Euro sparen. In beiden Fällen ist zu beachten: Materialkosten können nicht steuerlich geltend gemacht werden und der Betrag muss per Rechnung bezahlt werden.



Sanitär | Heizung

Barthel & Schirrmacher GbR

Heizungswartung – schon Termin vereinbart?

Knappensiedlung 4 · 58456 Witten · Tel. 0 23 02 - 1 78 02 15 · Mobil 01 63 - 2 81 72 31



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

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

KüchenTreff

*Wir vermitteln
schönes Wohnen!*

STALTER IMMOBILIEN
SEIT 1995

**„Wir wissen
Ihre Immobilie
zu schätzen!“**

Kostenfrei & unverbindlich!

Kontaktieren Sie uns jetzt!

Mitglied im Bundesverband Deutscher Grundstückssachverständiger BDGS

info@stalter-immobilien.de 0 23 24 / 5 52 52

immovest.de **PLATIN** PARTNER www.stalter-immobilien.de Find us on Facebook

WB Begiebing

Heizungs- und Sanitärtechnik

Ihr Meisterbetrieb für:

- Badeeinrichtungen und Renovierungen
- Sanitäranlagen – auch barrierefrei
- Sicherheitsprüfung an Gasleitungen
- Rohrreinigung mit TV
- Regenwasser-Nutzungsanlagen
- Kernbohrungen in Stein und Beton
- Brennwerttechnik
- Regeltechnik
- Bauklempnerei
- Lüftungsanlagen
- Öl- und Gasanlagen
- Photovoltaikanlagen
- Erdwärmeanlagen
- Solaranlagen
- Blockheizkraftwerke
- Glasheizkörper

über 20 Jahre

Sparen mit Sonnenenergie und Erdwärme!

**sanitär
heizung
klima**

Salinger Feld 61
58453 Witten
Telefon: 02302-31316
Telefax: 02302-33265
E-Mail: info@begiebing.de
Internet: www.begiebing.de



Foto: ingimage

Schimmel: Die 10 besten Tipps

Heizen, lüften, Möbel rücken

So einfach wie wirkungsvoll: Mit dem richtigen Heizen und Lüften lassen sich Heizkosten sparen und Schimmel vermeiden. Denn wer falsch heizt und lüftet, hat nicht nur erhöhte Heizkosten, sondern auch schlechtes Raumklima, fördert die Schimmelbildung, riskiert Schäden an Möbeln sowie am Haus und kann schlimmstenfalls seine Gesundheit gefährden. Nun aber Schluss mit Risiken und Nebenwirkungen! Hier sind die 10 besten Tipps gegen Schimmel.

1. Gleichmäßige Raumtemperatur zwischen 18 und 22 Grad

Eine gleichmäßige Temperatur ist in der Regel günstiger, als die Räume erst kalt werden zu lassen und dann wieder aufzuheizen. Warme Luft speichert mehr Wasserdampf als kältere, sodass die Feuchtigkeit sich nicht an Wänden, Decken oder Möbeln niederschlägt. So sinkt das Risiko für Schimmel. Thermostatventile an den Heizkörpern machen es leicht: Sie messen und regeln die Temperatur selbst. Also nicht immer auf- und zudrehen!

2. Richtig lüften

Tagsüber ist so oft wie möglich und passend zur Jahreszeit Frischluft angesagt! Nicht nur Wasserdampf, auch Zigarettenrauch, Gerüche, Möbelausdünstungen und andere Schadstoffe können durch Stoßlüften abziehen. Dauerkipplüftung kühlt die angrenzenden Fensterbereiche dagegen extrem ab, sodass dort die Schimmelpilzbildung wegen Kondensatfeuchte gefördert wird.

3. Temperatur und Luftfeuchtigkeit kontrollieren

Mit einem Thermometer messen Hausbesitzer die Temperatur, mit dem Hygrometer die relative Luftfeuchtigkeit. Beide Dauermessgeräte gibt es im Handel. In gut gelüfteten Räumen sollte die Luftfeuchte bei 35 bis 55% liegen.

4. Alle Räume gleichmäßig beheizen

Alle Zimmer gleichmäßig beheizen und alle Zimmer gleichzeitig lüften. Wird ein Zimmer nur gelegentlich oder durch die Nachbarräume "mit"-geheizt, stellen sich Feuchteflecken und Schimmelpilze fast zwangsläufig ein. Alternativ: Türen zu ungenutzten und wenig beheizten Räumen schließen und lüften nicht vergessen!

5. Bei neuen Fenstern öfter lüften

Neue Fenster sind dichter als alte, also unbedingt an einen regelmäßigen Luftwechsel denken!

6. Luftfilter in den Badventilatoren regelmäßig kontrollieren und reinigen

7. Möbel richtig stellen

Große Möbel haben vor kalten Außen- und Treppenhausewänden nichts zu suchen. Lässt sich das nicht vermeiden, auf ausreichend Abstand für die Luftzirkulation achten! Besonders gern macht sich Schimmelpilz in Ecken breit, in denen zwei Außenwände aufeinander treffen. Sorgen Sie dafür, dass auch diese Zonen gut durchlüftet werden. Dichte Gardinen und Vorhänge können zum Beispiel eine unüberwindbare Barriere für Frischluft sein.

8. Bei nasskaltem Wetter häufiger lüften.

9. Heizkörper nicht verstellen oder verdecken.

10. Wasserdampf vermeiden oder direkt lüften:

- Gut lüften beim Kochen und Wischen
- Nach dem Duschen die Duschkabine, Kacheln und Fliesen mit dem Gummiabzieher abtrocknen und lüften
- Wäsche möglichst nicht in der Wohnung trocknen
- Aquarien abdecken
- Auf Luftbefeuchter verzichten
- Blumen nur mäßig gießen

Ein ausführliches Merkblatt mit Tipps gegen den Schimmel finden Hausbesitzer beim Bundesverband öffentlich bestellter und vereidigter sowie qualifizierter Sachverständiger e. V. (BVS) zum Download.

Zu spät – Schimmel in der Wohnung entdeckt?

Befallenen Bereich befeuchten und Tapeten, Korkplatten, Holz und andere Materialien entfernen. Stellen mit 70-prozentigem Alkohol, Brennspiritus oder Wasserstoffperoxyd reinigen. Gummihandschuhe benutzen und Lüften während der Reinigung. Auf chemische Mittel verzichten und Fachmann zu Rate ziehen.

Quelle: BVS Bundesverband öffentlich bestellter und vereidigter sowie qualifizierter Sachverständiger e. V.

Mit Lichtdecken ganz andere Gestaltungsmöglichkeiten erkunden

Neuartige Formgebungen reichen von ästhetisch-klar bis hin zu exklusiv-elegant

Mit einer sogenannten Lichtdecke können Kunden ganz andere Gestaltungsmöglichkeiten für ihre Räume erkunden. Sie finden damit eine Vielzahl an Ideen und Inspirationen fürs Zuhause. Mit einem Spanndeckensystem erschafft man eine neue Perspektive für die Deckengestaltung (siehe rechte Seite). Interessierte nut-

zen die neuartigen Formgebungen, die von ästhetisch-klar bis hin zu exklusiv-elegant reichen und für jeden Geschmack etwas bereithalten. Mit einem Spanndeckensystem setzt man beispielsweise einem Verkaufsraum angemessen in Szene, schafft sich ein Gefühl von Gemütlichkeit in eigenen Zuhause oder sorgt im Büro

für eine angenehme Arbeitsatmosphäre. Beim Renovieren von Wohn- und Geschäftsräumen wird der Zimmerdecke oft wenig Beachtung geschenkt. Dabei bietet ihre Gestaltung traumhafte Möglichkeiten, den Räumen einen ganz neuen Charakter zu verleihen: Helle, glatte Decken lassen sie größer und eleganter wirken

und erlauben vielseitige Lichtkonzepte. Ob Lackspanndecken oder Spanndecken in matter Ausführung: Der Händler bietet passende Lösungen. Die Beleuchtung wird dabei gleichzeitig mitgeliefert, egal ob Hängeleuchte, Einbaustrahler, Flächenbeleuchtung, indirekte Beleuchtung, mit Halogen- oder LED-Technik.

Was sind eigentlich Spanndecken?

Eine Spanndecke besteht aus einer extra entwickelten, reißfesten und wasserdichten Polymerfolie. Zur Auswahl stehen zahllose Farbvariationen und etwa ein Dutzend unterschiedliche Oberflächenstrukturen. So kann eine solche Spanndecke beispielsweise in seidenmatt erscheinen, ferner in Hochglanz, einer Mattoptik oder in marmoriertem Design.

Damit erschöpft sich nicht die Beschaffenheit von Spanndecken. Varianten sind möglich, die hintergrundbeleuchtet sind oder lichtdurchlässig. Kreative Innenausstatter – ob Laien oder Profis – verschönern damit Wohnzimmer, Schlafzimmer, Bad, Kinderzimmer, Eingangsbereich, Büro und vieles mehr. Die Installation kann in allen erdenklichen Räumen erfolgen. Auch bei der Beleuchtung sind keine Grenzen gesetzt. Raumgrößen bis zu 50 Quadratmeter sind ohne Trennung der Spanndecken problemlos machbar.

Risse und Flecke an der Wand verschwinden lassen

Wer eine alte dunkle Holzdecke kaschieren möchte oder unschöne Risse und Flecke an der Wand verschwinden lassen möchte, die nur mit großer Mühe zu beseitigen sind, dem bieten sich Spanndecken an. Ein anderes Anwendungsgebiet: Lichtatmosphäre schaffen für gehobenen Wohnkomfort. Auch hierbei rücken Spanndecken in den Blick. Die Vorteile liegen auf der Hand:

- ✓ meist 10 Jahre Herstellergarantie
- ✓ dekorative Beleuchtungskonzepte
- ✓ schneller und vor allem sauberer Einbau
- ✓ für Allergiker geeignet
- ✓ das Deckenstreichen entfällt
- ✓ Spanndecken sind fugen- und staubfrei



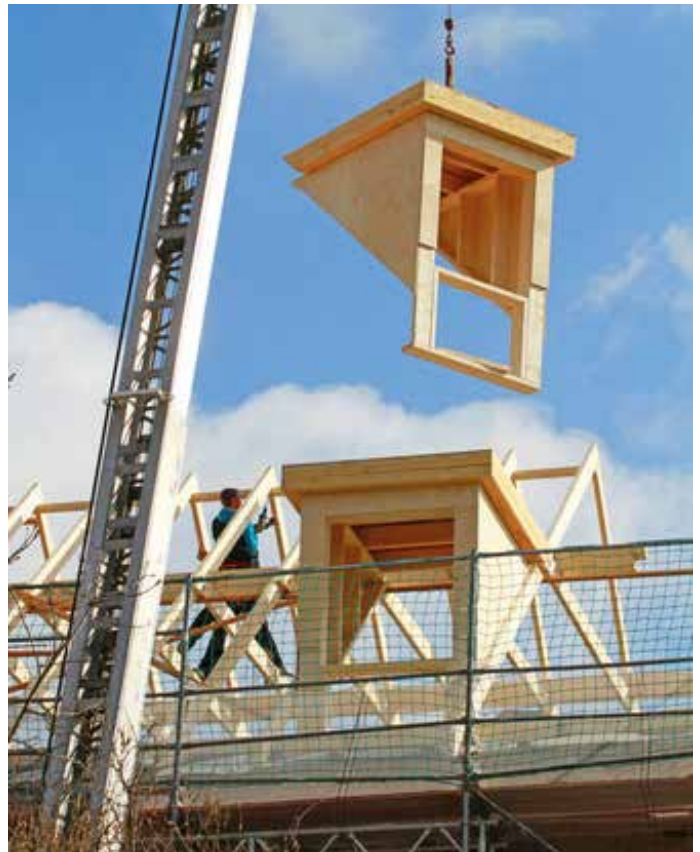
In Himmelblau verwandeln

Wenn die Decke alt und grau ist, kann man sie kurzerhand etwa in Himmelblau verwandeln, und das, ohne großartig umzuräumen. In den Fällen bietet sich der Einsatz der Spanndecken an.

- ✓ pflegeleicht und alltagstauglich
- ✓ reißfest, wasserdicht und staubabweisend
- ✓ Beleuchtungsmöglichkeiten nach Wunsch
- ✓ Produktion in höchster Qualitätsstufe
- ✓ modernes oder klassisches Design
- ✓ matte oder glänzende Ausführung
- ✓ dezente oder kräftige Farbtöne

Auswahl an digitalen Motiven

Fachfirmen ermöglichen ihren Kunden eine besondere Oberflächengestaltung durch eine große Auswahl an digitalen Motiven, und zwar für Decken und Wände der unterschiedlichsten Machart, angefangen von ganz klassisch bis hin zu modern. Auch ausgefallene Wünsche sind kein Problem für den Fachmann. Das Foto oben zeigt eine Motiv-Gewebespanndecke. Gewebedecken können mit einem Motiv nach Kundenwunsch bedruckt werden.



Dachaufstockung schafft günstigen Wohnraum

Wer kennt es nicht, im Laufe des Lebens ändern sich die Bedürfnisse eines Eigenheimbesitzers. Es wird mehr Platz benötigt, ob als Stauraum für angesammelte Erinnerungen oder für Familienzuwachs. Es gibt viele Gründe sich im Laufe der Zeit mehr Fläche in den eigenen vier Wänden zu wünschen, doch Landkauf ist nicht die einzige Alternative. Die Dachaufstockung ist eine schnelle, bequeme und kostengünstige Strategie, um neuen qualitativ hochwertigen Wohnraum zu schaffen. Ist die behördliche Genehmigung für das Vorhaben erstmal erteilt, kann die Umsetzung unter fachlicher Beaufsichtigung Gestalt annehmen. Zuerst muss das Vorhaben den individuellen Bedürfnissen des Kunden, sowie den baulichen Voraussetzungen des Hauses und der Umgebung angepasst werden. Es gibt zwei Varianten der Aufstockung: Entweder die Aufstockung durch die Erhöhung des Kniestockes, wobei das vorhandene Steildach angehoben wird und die gegebenen Wände erhöht werden, oder die Etagenaufstockung, welche bei Häusern mit Flachdach oder Bungalows angewendet wird. Dabei entsteht eine komplette neue Etage und das Flachdach weicht einem Steildach. Die Variante der Etagenaufstockung bietet den größeren Raumgewinn und umfangreiche Möglichkeiten der Gestaltung. Da bei der Dachaufstockung zusätzlich die Vorgaben der Energieeinsparverordnung berücksichtigt werden müssen, bietet es sich an, den Umbau mit einer energetischen Sanierung zu kombinieren, um so trotz Flächengewinn Heizkosten sparen zu können. *Jessica Meckler*

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 21.12.2017
Anzeigenschluss: Freitag, 8.12.2017



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Einführungstages im Altenzentrum Rosenberg in Bochum.
Foto: Felix Ehler/Diakonie Ruhr

Neue Mitarbeiter tauschen sich aus

Diakonie Ruhr stellt beim Einführungstag ihre Arbeitsbereiche vor

42 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die in den vergangenen Monaten eine neue Arbeitsstelle in Einrichtungen der Diakonie Ruhr in Bochum und Witten angetreten haben, trafen sich zum Einführungstag im Altenzentrum Rosenberg in Bochum. Dabei lernten sie das Werk mit seinen verschiedenen Bereichen und Arbeitsfeldern kennen. Außerdem tauschten sie sich über ihre Erfahrungen der ersten Wochen und Monate bei der Diakonie Ruhr aus.

Die Einführungstage für neue Mitarbeitende der Diakonie Ruhr finden zweimal im Jahr statt, jeweils im Frühjahr und im Herbst. Die Teilnehmer schätzen vor allem die Möglichkeit, einen Blick über den „Teller- rand“ der eigenen Einrichtung und des eigenen Fachbereichs zu werfen sowie ihre Erfahrungen mit den Erlebnissen von Mitarbeitenden aus anderen Bereichen vergleichen zu können.

Die Diakonie Ruhr ist mit 62 Diensten und Einrichtungen sowie 3000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in Bochum, Witten, Dortmund und Lünen präsent. Zur Diakonie Ruhr gehören die Bereiche Altenhilfe, Behindertenhilfe, Suchtkrankenhilfe, Wohnungslosenhilfe, Flüchtlingshilfe, Kinder- und Jugendhilfe. Neben vielfältigen Beratungsangeboten, den Schulen für sozialpflegerische Berufe finden sich zehn Altenpflegeheime und ein ambulanter Pflegedienst. Für Menschen mit Behinderung unterhält die Diakonie Ruhr mehrere Wohnheime und Werkstätten sowie eine integrative Kindertagesstätte.

Seit 1. Juli 2011 gehört die Diakonie Ruhr zusammen mit der Ev. Krankenhausgemeinschaft Herne | Castrop-Rauxel zur Holding Ev. Verbund Ruhr mit insgesamt über 5000 Mitarbeitern.

Examenskurs spendet für Palliativstation

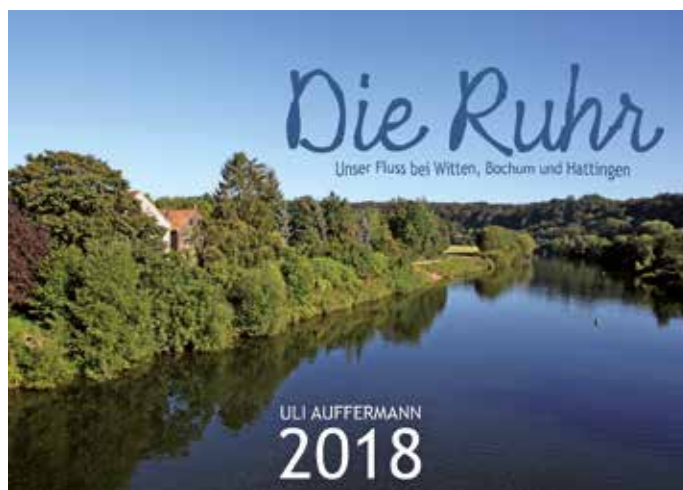
Absolventen der Gesundheits- und Krankenpflegeschule übergeben Überschuss aus der Klassenkasse – 500 Euro gesammelt

Der diesjährige Examenskurs der Gesundheits- und Krankenpflegeschule hat den Restbetrag aus der Klassenkasse an die Palliativstation im Ev. Krankenhaus Witten gespendet. Jacqueline Herweg und Max Blasius übergaben stellvertretend für ihre Mitschüler, die Ende September 2017 die Ausbildung abgeschlossen haben, einen Scheck über 500 Euro an Pfarrerin Birgit Steinhauer, Vorsitzende des Fördervereins „Palliativ-Station im Ev. Krankenhaus Witten“ und das Team der Station.

Der Kurs hatte im Vorfeld Geld für die Examensfeier gesammelt – und dabei Überschuss erzielt. Die frisch gebackenen Pflegefachkräfte mussten nicht lange überlegen, wofür sie die Summe verwenden. Sie hatten die wichtige Arbeit der Palliativstation während der Ausbildung am EvK Witten kennengelernt – und wollten diese gerne unterstützen. Die Palliativstation im Ev. Krankenhaus Witten nimmt Patienten auf, die aufgrund einer schweren unheilbaren Erkrankung einer stationären palliativmedizinischen Versorgung bedürfen. Die individuelle und fachliche Betreuung der Patienten sowie die besondere wohnliche Atmosphäre der Station sind nur durch zusätzliche Spenden möglich. Deshalb haben engagierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter den Förderverein „Palliativ-Station im Ev. Krankenhaus Witten e.V.“ gegründet.



Jacqueline Herweg (4.v.l.) und Max Blasius (6.v.l.) übergeben für den Examenskurs 2017 die Spende an Stationsleitung Desiree Görke (2.v.l.), Pfarrerin Birgit Steinhauer (3.v.r.), Vorsitzende des Fördervereins, und das Team der Palliativstation. Fotos: Jens-Martin Gorny



Kalender über die Elfringhauser Schweiz und die Ruhr

Auch für 2018 ist es dem bekannten Autor und Fotografen Uli Auffermann gelungen, die Anmut und Schönheit der Elfringhauser Schweiz und der Ruhr bei Witten, Bochum und Hattingen in zwei stimmungsvollen Kalendern festzuhalten.

Fakten: 14-seitige DIN A3 Jahreskalender 2018 mit Farbfotos, Preis: jeweils 14,90 €. Die Kalender sind erhältlich in Witten, Hattingen, Sprockhövel, Velbert-Langenberg, Wuppertal, Bochum oder bestellbar unter: Semann Verlag Tel./Fax: 0234/75877, E-Mail: semann-verlag@web.de.



2



10



7



1

Hochofen schwarz-weiß: Mit der Leica auf Fotopirsch

Ausstellung mit Bildern von Berthold Socha im LWL-Industriemuseum Henrichshütte

Am 18. Dezember 1987 wurden in Hattingen die Hochöfen ausgeblasen. Dreißig Jahre später ist die Henrichshütte mit jährlich 100.000 Besuchern einer der beliebtesten Standorte des LWL-Industriemuseums. Den Weg vom stillgelegten Hüttenwerk zum Museum hat Berthold Socha mit seiner Leica-Kamera begleitet. Eine Auswahl von 100 Schwarz-Weiß-Fotografien präsentiert der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) in Hattingen. Die Ausstellung ist bis zum 2. April zu sehen.

Berthold Socha (77) lebt in Münster. Von 1977 bis 2004 war er in der Kulturabteilung des LWL tätig. Einen Auftrag für die Fotos hatte er nie. „Ich bin durch meine Eltern früh mit der Fotografie in Berührung gekommen. Mit ihnen bin ich schon als Zehnjähriger in die Dunkelkammer zur Entwicklung von Fotos gegangen. Das hat mich geprägt und ich habe selbst angefangen zu fotografieren und zu entwickeln“, erzählt Socha.

Immer schwarz-weiß, immer mit einer Leica, immer analog und immer das Wesentliche im Blick. Und nie als Auftragsarbeit. „Mir war die Struktur wichtig. Ich habe Licht und Schatten gesehen, Geometrie. Ich habe fotografiert, was ich mochte, und das habe ich gesammelt.“

Jetzt, Jahrzehnte später, sind viele seiner Aufnahmen ein Stück Zeitgeschichte und oft Gegenstand von Ausstellungen. Wie diese in Hattingen. Dreißig Jahre Hochofen, dreißig Jahre das Werden eines Museums im Blick. Immer wieder mit der Leica auf der Jagd und immer wieder eine neue Perspektive – das hat sich bis heute nicht geändert. Obwohl er mittlerweile auch eine Digitalkamera besitzt und mit den En-



Berthold Socha in seiner Ausstellung im LWL-Industriemuseum Henrichshütte. Die Ausstellung zu dreißig Jahren Hochofen ist bis zum 2. April 2018 zu sehen. Foto: Pielorz

zum Nachmachen an. Und zum Nachdenken. Schließlich muss man die „Nicht-Erlebnisgeneration“ für das begeistern, was sie nicht mehr persönlich erleben konnte. Und wenn Socha den Blick über Wachsen, Werden und Vergehen schweifen lässt, dann, so sagt er, denke er oft: Ach, hättest Du doch damals noch mehr Bilder gemacht...

Zur Ausstellung ist ein Katalog „Motiv Hochofen 1987-2017. Fotografien von Berthold Socha“ erschienen, der im Museumsshop und im Buchhandel erhältlich ist.

Ganz besondere
Augen-Blicke

keln unterwegs auch mal ein Foto mit dem Mobiltelefon macht. Seine Art, im Bild festzuhalten, was er sieht, regt hoffentlich

E-Bikes sind auch für strenge Temperaturen gemacht

Allerdings sollte man einige Besonderheiten beachten – Akku hat nicht mehr volle Leistung

Durchfahren oder Einlagern? Wer mit seinem Fahrrad gern im Winter fährt, kann dies selbstverständlich auch mit dem E-Bike tun. Aus technischer Sicht sind sie auch für den Einsatz bei strengen Temperaturen gemacht. Allerdings sollte man einige Besonderheiten beachten.

Aufgrund der niedrigeren Temperaturen kann der Akku im Winter unter Umständen nicht mehr seine volle Leistung abrufen. Da der Stromspender erst einmal auf Temperatur gebracht werden muss, verbraucht er schon ab dem Start mehr Energie als bei warmen Bedingungen.

Dadurch verringert sich die Reichweite gegenüber einer Fahrt im Sommer. Der „Presse-dienst Fahrrad“ warnt daher zu entsprechender Vorsicht bei Langstreckenfahrten zu dieser Jahreszeit. Marijke von Dijk, Marketingmanagerin beim niederländischen Radspezialisten „Koga“, rät, Akkus immer bei Raumtemperatur zu laden und sie erst bei Fahrtantritt an das Rad zu stecken. Während der Fahrt kann zudem eine spezielle Neopren-Hülle über den Akku gezogen werden, die ihn auf Temperatur hält und auch vor Nässe oder Streusalz schützt.

Bei längeren Pausen in Innenräumen hilft es, den Akku vom Rad mitzunehmen, damit er nicht auskühlt. Die elektrischen Kontakte sollte man dann vor Feuchtigkeit zu schützen. Die Kappe wird als Abdeckung über die Anschlusskontakte gesteckt. Sind die elektronischen Teile geschützt, kann man sich Ket-



Für Alltagsradler und E-Biker mit hoher Kilometerleistung bietet sich deshalb eine Getriebebeschaltung an. Für den richtigen Grip auf Schnee und Eis können E-Bikes genau wie Fahrräder mit Winter- und Spike-Reifen ausgestattet werden.

te und Schaltung widmen. „Ein E-Bike unterscheidet sich bei der Durchführung der Pflege von Antriebskomponenten kaum von einem herkömmlichen Fahrrad. Aufgrund der höheren technischen Belastung auf die Antriebskomponenten sollte allerdings ein höheres Augenmerk auf die Pflege gelegt werden.“

Gute Pflegemittel gewährleisten eine Schutzwirkung über mehrere Monate. Streusalz kann den Komponenten aber trotz guter Schmierung zusetzen. Deshalb darf man im Winter auch gerne einmal nacharbeiten.

Mehr und mehr E-Bike-Hersteller setzen auf einen wartungsarmen Carbonriemenantrieb. Der Carbonriemen braucht kein Öl und ist nicht so anfällig gegenüber Schmutz. Zudem hält er laut Marktführer „Gates“ zwei- bis dreimal so lang wie eine Kette. Speziell bei E-Bikes mit Mittelmotoren sind die Ketten hohen Belastungen ausgesetzt. Der Riemenantrieb läuft hier reibungsloser und verschleißt auch bei kälteren Temperaturen nicht so schnell. Für den Winterfahrer zusätzlich denkbar ist eine Zentralgetriebebeschaltung in Kombination mit einem Hinterradnabenmotor.

Im Dunkeln schlechtes Gefühl

Jeder dritte Autofahrer fühlt sich geblendet

Jeder zweite Autofahrer empfindet Fahrten im Dunkeln als anstrengend und jeder dritte ärgert sich über schlecht eingestellte Scheinwerfer, jeder vierte reagiert mit der Lichthupe darauf. Das geht aus einer Umfrage von Ford hervor.

Drei von vier Befragten sind mit der Ausleuchtung der Straße durch ihr Auto zufrieden. Doch die grellen, die Straße ausleuchtenden Scheinwerfer führen auch zu einer starken Blendwirkung. Rund 63 Prozent fühlen sich vom entgegenfahrenden Verkehr oder via Seiten- und Rückspiegel geblendet, 44 Prozent sagen aus, dass das Fahren bei Nacht aufgrund der Lichtverhältnisse anstrengend sei.

Ab einer Sicht von unter 50 Metern darf die Nebelschlussleuchte aktiviert werden. 76 Prozent der Befragten wissen auf Anhieb, wo der entsprechende Schalter ist, 17 Prozent hingegen sind sich nicht sicher; und sieben Prozent der Befragten wissen gar nicht, wo die Nebelschlussleuchte eingeschaltet wird.

Im Dunkeln fühlen sich die meisten durch schlecht eingestellte Scheinwerfer gestört, dabei wird jeder vierte auch mal nervös und signalisiert mit der Lichthupe den Missstand. Trotzdem erträgt mit 43 Prozent fast die Hälfte der Autofahrer stillschweigend die Blendung durch den entgegenkommenden Verkehr, indem sie auf die rechte Straßenseite blicken. Nur 10 Prozent regen sich über die falsche Leuchtwerte und die damit verbundene Rücksichtslosigkeit auf. Dabei können korrekt eingestellte Scheinwerfer nicht nur die Nerven anderer Verkehrsteilnehmer schonen, sondern auch Leben retten: Laut Ge-



Ford-Scheinwerfer haben blendfreies Fernlicht. Die Umwelt freut's

Foto: Ford

samtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) sterben in den Wintermonaten mehr als doppelt so viele Fußgänger bei Verkehrsunfällen in der Dunkelheit als in den Sommermonaten. Mehr als 35 Prozent der Befragten haben sich noch nie damit beschäftigt, ob die eigenen Scheinwerfer jemanden blenden könnten; das entspricht dem Anteil derer, die sofort mit der Lichthupe antworten oder sich still ärgern. Immerhin wissen 36 Prozent, dass bei starker Beladung die Höhe der Strahler angepasst werden müsste. ampnet/jri

Marktpremiere Kia Stinger



Das neue Kia-Topmodell, ist das erste Modell der Marke mit Heckantrieb – der Allradantrieb der AWD-Versionen arbeitet ebenfalls heckbetont. Für den Stinger stehen neben dem 3,3-Liter-V6-Benziner zwei weitere Motoren zur Wahl: ein 2,0-Liter-Turbobenziner (188 kW / 255 PS) und ein besonders ökonomischer 2,2-Liter-Turbodiesel (200 PS / 147 kW; Verbrauch: ab 5,6 Liter pro 100 km).

Mit 4,83 Metern Länge und 1,87 Meter Breite ist der Stinger länger und breiter als viele andere Sportlimousinen. Die Ausführung GT Line, in der der 2.0 T-GDI und 2.2 CRDi angeboten werden, umfasst serienmäßig Lederausstattung, elektrische Vordersitze mit Sitzheizung, Acht-Zoll-Kartennavigation, Head-up-Display, Fernlichtassistent, Rückfahrkamera, Smart-Key und 18-Zoll-Leichtmetallfelgen.

Zur Sicherheitsausstattung gehören standardmäßig sieben Airbags, aktive Motorhaube, Frontkollisionswarner inklusive autonomem Notbremsassistenten mit Fußgängererkennung, adaptive Geschwindigkeitsregelanlage mit Stop-and-go-Funktion, Spurhalteassistent mit korrigierendem Lenkeingriff, Müdigkeitswarner und Verkehrszeichenerkennung.

ampnet/nic



Skoda lockt mit bis zu 7000 € Bonus für Umstieg auf Erdgas

Skoda stockt den „Bye-bye-Bonus“ für die Verschrottung eines älteren Dieselfahrzeugs bei Kauf eines Neuwagens auf. Wer sich für ein erdgasbetriebenes G-Tec-Modell der Marke entscheidet, der bekommt zusätzlich noch bis zu 2000 Euro Rabatt. Damit ergibt sich eine Ersparnis von 3750 Euro für den Citigo G-Tec und von 7000 Euro für den Octavia G-Tec. Um das Angebot zu nutzen, müssen Käufer ein gebrauchtes Automobil einer beliebigen Marke mit einem Dieselmotor der Normen Euro 1 bis 4 eintauschen. Das Angebot gilt bis einschließlich 31. Dezember 2017.

ampnet/jri



The Power to Surprise

Autohaus Bentrop GmbH

Service – bei uns gut und günstig!

Kostenloser Ersatzwagen bei Inspektion!

Oberscheidstr. 12
44807 Bochum

☎ 02 34 / 953 60 36
Fax 02 34 / 54 11 06

info@kia-bentrop.de
www.kia-bentrop.de



Kia Rio mit mehr Technik

Kia rüstet den Rio zum Modelljahr 2018 technologisch weiter auf. Der Kleinwagen, dessen vierte Generation seit Februar im Handel ist, kann ab sofort mit Müdigkeitserkennung, Fernlichtassistent und einem 7-Zoll-Touchscreen bestellt werden, der jetzt auch unabhängig vom Navigationssystem erhältlich ist. Er verfügt über Android Auto und Apple Carplay für die Smartphone-Integration.



Erweitert wurde zudem das Sonderausstattungsangebot. Es beinhaltet nun eine Anhängerkupplung und Parksensoren vorne (beides für alle Ausführungen verfügbar) sowie eine Sportabgasanlage für die Topmotorisierung 1.0 T-GDI.

ampnet/jri



Auto-Fritz

WITTEN

Meisterbetrieb

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

Hans-Böckler-Straße 1 - Ecke Herbeder Straße
Telefon & Fax 023 02/5 15 65 + 27 50 86

Möglichst in allen Stadtteilen

E-Autos: sechs neue Ladestationen geplant

An sechs Stellen im Stadtgebiet sollen nach dem Wunsch der Stadt und der Stadtwerke künftig neue Stationen für das Aufladen von E-Autos entstehen. Das erfuhr jetzt die SPD-Ratsfrau Susanne Bergstein durch eine Anfrage.

Sie hatte sich erkundigt, ob das Bundesprogramm „Ladeinfrastruktur“ des Bundesministeriums für Verkehr und digitale Infrastruktur genutzt werden könne, um das Wittener Angebot auszubauen. Bislang gibt es nur zwei Ladestationen in der Stadt.

„Offenbar arbeiten die Stadtwerke mit Hochdruck daran, Fördermittel aus der zweiten Runde einzuwerben“, zeigt sich Susanne Bergstein erfreut von der Antwort, die sie erhalten hat. Demnach ist in Abstimmung mit der Stadt geplant, die neuen Standorte an vier Stellen in der Innenstadt – Humboldtplatz, Platz der Gedächtniskirche, Schwanenmarkt/Bachstraße 5a, Saalbau – sowie in der Meesmannstraße 54 und an der Universität, Alfred-Herrhausen-Straße 50, anzusiedeln.

Der Förderantrag wird ausgearbeitet

Alle Stadtteile sollen eingebunden werden. Der Förderantrag werde ausgearbeitet und es werde schriftlich fixiert, dass die benötigten Parkplätze als offizielle Ladepunkte für E-Mobilität ausgewiesen werden sollen. Das Förderprogramm des Bundes stellt nur Geld für die Einrichtung von Normal- und Schnell-Ladestationen zur Verfügung, wenn sie öffentlich zugänglich sind und aus erneuerbaren Energien gespeist werden.

Wie der Stadtwerke-Geschäftsführer Andreas Schumski versichert, sollen künftig möglichst in allen Stadtteilen Ladestationen eingerichtet werden. Leider könnten im aktuellen Förderantrag noch nicht alle Berücksichtigung finden. „Da jedoch weitere Förderaufrufe folgen werden, sehen wir dies als mittelfristiges Ziel an.“ Nach und nach würden also in weiteren Stadtteilen geeignete Standorte gesucht. Ob es den Stadtwerken gelingt, den ersten Ausbauschritt über das Förderprogramm zu finanzieren, wird sich im Frühjahr oder Sommer des nächsten Jahres zeigen. „Dann wird mit den Bewilligungen gerechnet. Anschließend müssen die neuen Stationen innerhalb eines Jahres aufgebaut werden“, erläutert Susanne Bergstein.

Im günstigsten Fall würde der Bund jede der Normalladestationen mit einer Förderung von maximal 40 Prozent (höchstens 2 500 Euro) unterstützen. Den Aufbau solcher Ladestationen im öffentlichen Raum sehen die Stadtwerke allerdings nur als einen Baustein von mehreren.

E-Fuhrpark wird ausgebaut

Stadtwerke: Zeichen für schonenden Umgang

Mit dem Ausbau ihres E-Fuhrparks setzen die Stadtwerke ein weiteres Zeichen für einen schonenden Umgang mit der Natur. Der Fuhrpark umfasst neben zwei E-Bikes und zwei E-Rollern nun auch einen Smart vom Modell „fortwo electric drive“ und einen Renault „Kangoo Maxi Z.E“. Die Fahrzeuge werden für Dienstfahrten genutzt und an der Ladesäule vor dem Verwaltungsgebäude aufgetankt.

Beim Einsatz der E-Bikes (Pedelec) kooperieren die Stadtwerke seit 2011 mit der Wabe. Die Wabe organisiert den Verleih an deren Radstationen entlang der Ruhr, im Hauptbahnhof und am Kemnader Stausee und stellt durch qualifizierte, regelmäßige Instandsetzung und Reparatur der Räder den technisch einwandfreien Betrieb sicher. Zurzeit befinden sich 10 Stadtwerke-Energieräder im Verleih.

Zwei Elektroräder sind ständig an die Stadt Witten verliehen. Auch diese Räder werden von der Wabe instand gehalten. Sie überprüft und repariert auch die zwei Elektroräder der Siedlungsgesellschaft Witten (SGW). Am Sitz der Siedlungsgesellschaft in der Lutherstraße haben die Stadtwerke eine Fahrradgarage (bikeport) errichtet. Die Pedelec stehen zurzeit nur Mitarbeitern, aber zukünftig auch Mietern der SGW zur Verfügung.



Ist der Sitz sicher und bequem, freut sich das Kind – und die Eltern. Stiftung Warentest und ADAC haben 16 Autokindersitze unter die Lupe genommen. Mangelhaft waren zwei. IngImage

Die meisten schützen gut

Warentest und ADAC testen Autokindersitze

Die meisten der 16 Babyschalen und Kindersitze schützen Kinder von Geburt bis etwa zwölf Jahre gut. Zwei versagten aber im internationalen Gemeinschaftstest von Stiftung Warentest und ADAC.

Der „Recaro Optia“ löste sich beim Frontaufprall von seiner „Smart-Click-Basis“ und flog in hohem Bogen durchs Prüflabor; beim Sitz „Grand“ von „Jané“ lösten sich die Haken der „Isofix“-Halterung. Beide Sitze bekamen mangelhaft als Note.

Schon voriges Jahr versagte der „Optia Basis Recaro Fix“. So wie damals wurde auch dieses Mal der Anbieter über die Testergebnisse informiert. „Recaro“ hat das Modell inzwischen vom Markt genommen. Kunden, die einen „Optia“-Sitz gekauft haben, können ihn kostenlos austauschen. „Jané“ verkauft den Sitz „Grand“ weiter, bietet aber eine kostenlose Reparatur an.

In maßgeblicher Prüfung versagte keiner

12 der 16 neu geprüften Sitze in verschiedenen Größen schneiden gut ab, 2 befriedigend. In der maßgeblichen Prüfung „Unfallsicherheit“ versagte keiner von ihnen. Die mangelhaften Modelle sind mit 280 und 330 Euro relativ teuer. Gute Sitze gibt's laut Test schon ab etwa 140 Euro. Neben den neuen Modellen sind noch viele gute Sitze aus früheren Tests auf dem Markt. Die besten davon sind ebenfalls im Test-Heft aufgelistet. Abrufen kann man Tests unter anderem auf der Warentest-Internetseite unter www.test.de/kindersitze.



Der „Recaro Optia“ fliegt im hohen Bogen durch das Prüflabor.

Foto: www.test.de

- Anzeige -

Ihren Unfall können wir nicht ungeschehen machen ...

... aber wir können alle Schäden spurlos verschwinden lassen. Nicht mit Zauberei, sondern mit Wissen und Technik.

Ob Parkdelle, 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.



Unfall-Instandsetzung

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.ekfahrzeugtechnik.de

Öffnungszeiten:
Montag-Freitag
8.00-18.00 Uhr

Von 65 auf 27 521: Kennzeichen seit 5 Jahren zu haben

Nach intensiven Diskussionen machte der EN-Kreistag den Weg für WIT wieder frei

Den 14. November vor fünf Jahren hatte sich so mancher Wittener ganz dick im Kalender angestrichen. Kein Wunder. Erstmals nach der letzten Gebietsreform in Nordrhein-Westfalen und der damit verbundenen Aufnahme der bis dahin kreisfreien Stadt Witten in den Ennepe-Ruhr-Kreis konnten 2012 wieder Kennzeichen mit dem Buchstabenkürzel WIT an die Fahrzeuge geschraubt werden.

Professor Ralf Bochert von der Hochschule Heilbronn hatte das Thema bundesweit ins Rollen gebracht. Mit wissenschaftlichen Untersuchungsergebnissen untermauerte er die von vielen Bürgern seit Jahrzehnten formulierte Forderung, sogenannte Altkennzeichen wieder einzuführen. WIT für Witten, WAT für Wattenscheid oder auch CAS für Castrop-Rauxel sollten wieder möglich werden.

Antrag auf Wiedereinführung

Nach intensiven Diskussionen machte der Kreistag des Ennepe-Ruhr-Kreises im März 2012 den Weg für WIT wieder frei. Die Kreisverwaltung wurde mehrheitlich beauftragt, beim Land einen Antrag auf Wiedereinführung zu stellen. Mitte November war es dann soweit. Das Bundesministerium für Verkehr, Bau und Stadtentwicklung stimmte dem Antrag Nordrhein-Westfalens auf



Peter Klein entschied sich im November 2012 mit der Buchstabenkombination „WIT Z“ für eine Variante, die bereits von vielen WIT-Freunden reserviert worden war.

Archivfoto: UvK/Ennepe-Ruhr-Kreis

Wiedereinführung von insgesamt elf Altkennzeichen zu. Am Montag, 12. November 2012, konnten erstmals nach 1975 wieder WIT-Kennzeichen reserviert werden, am Mittwoch, 14. November, startete die Ausgabe.

„Die Chance auf eine Reservierung nutzen seinerzeit innerhalb der ersten 48 Stunden gut 1500 Bürger. Am ersten Ausgabetag gingen 120 WIT-Schilder durch die Prägemaschinen, 102 davon ersetzten ein EN-Kennzeichen“, erinnert sich Sabine Völker, Leiterin des Straßenverkehrsamtes. Wie die Premierenwechsler waren auch alle weitere

ren bereit, rund 90 Euro für den Tausch von EN zu WIT und die damit verbundenen Gebühren und Materialkosten zu zahlen. Heute ist WIT neben EN längst wieder Kennzeichen-Ausgabe-Alltag in den Zulassungsstellen des Ennepe-Ruhr-Kreises in Schwelm und Witten.

Aus den 2012 noch zu findenden 65 Fahrzeugen mit dem WIT-Kürzel sind Schild für Schild 27 521 geworden. Zum Vergleich: 214 645 Fahrzeuge tragen ein EN. „Schwerpunkt für WIT ist mit 26 044 Kennzeichen erwartungsgemäß Witten. Dort sind inzwischen 4 von 10 Fahrzeugen mit

diesem Kürzel unterwegs. Im Kreis fahren dagegen 9 von 10 mit EN“, sagt Sabine Völker.

Auch die Hattinger sollten ihr Kennzeichen bekommen. Der Haken: Es gab vorher noch nie das Stadtkürzel HAT. In der Sitzung des Kreistages wurde der Punkt wegen fehlender Erfolgsaussichten von der Tagesordnung genommen. Argument: Der Bundesrat hatte wenige Tage zuvor entschieden, nur Altkennzeichen wie WIT freizumachen.

MITMACHEN: Image verlost 15 Gutscheinebücher!

Image Magazin-Leser
erhalten jetzt exklusiv
25 Prozent Rabatt
auf die UVP von 22,95 €
mit Code17!



Gültig ab sofort bis zum 28. Februar 2019, ist das Buch erhältlich im Handel und im Internet unter www.gutscheinbuch.de.

Ein Fest für Genießer im Ennepe-Ruhr-Kreis

Genussmomente zu Weihnachten verschenken mit dem blauen Gutscheinebuch

Weihnachten rückt näher und damit auch die Suche nach den passenden Geschenken. Am besten sollte es etwas Besonderes sein, an dem die Lieben lange ihre Freude haben. Genussmomente mit Langzeitwirkung bietet die „Schlemmerreise mit Gutscheinbuch.de Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung“. Der Gastro- und Freizeitführer enthält 2 für 1- und Wert-Gutscheine für Restaurants, Freizeit, Wellness, Shopping und vieles mehr. Beschenkte dürfen damit über ein Jahr lang auf Entdeckungsreise durch ihre Region gehen – ein Geschenk, das auch noch lange nach Heiligabend Genießer-Wünsche wahr werden lässt.

239x genießen in der Region

Ein leckeres Abendessen, ein spannender Tag in der Therme oder ein ausgiebiger Shopping-Trip: Die „Schlemmerreise mit Gutscheinbuch.de Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung“ lädt dazu ein, regionale Highlights und Geheimtipps ausgiebig zu erkunden. Unter dem Motto „2x genießen, 1x zahlen und viele Rabatte“ bietet das blaue Gutscheinebuch eine große Auswahl an Gutscheinen aus Bereichen wie Gastronomie, Wellness, Freizeit, Kultur oder Shopping. Restaurants spendieren oftmals das zweite Hauptgericht, beim Wellness muss der Partner für die Anwendung nichts bezahlen, im Theater ist die zweite Eintrittskarte gratis oder beim

Shoppen winken Rabatte.

Entdecken, genießen und sparen im Ennepe-Ruhr-Kreis

Mit dabei in der Ausgabe 2017/2018 sind unter anderem:

→ Steak House Black Angus, Gelvesberg → Restaurant Einhorn, Hattingen → Hattinger Speisezimmer, Hattingen → Landgasthof Im Holland, Sprockhövel-Haßlinghausen → Fahrgastschiff Freiherr v. Stein, Herdecke → Freibad am Hakortsee, Wetter → u.v.m.

Mehrere Hundert Euro gespart

Mit den 127 Gastronomie- und 112 Freizeitgutscheinen der „Schlemmerreise mit Gutscheinbuch.de Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung“ lassen sich mehrere Hundert Euro pro Buch sparen. Und für alle, die sich selbst beschenken wollen: Bereits mit dem zweiten eingelösten Gutschein hat sich die Anschaffung meist schon gelohnt.

Titel: Schlemmerreise mit Gutscheinbuch.de Ennepe-Ruhr-Kreis & Umgebung 2017/18

Preis pro Buch: 22,95 Euro UVP (Image Magazin-Leser erhalten exklusiv 25 % Rabatt mit Code Image17)

Erhältlich: im Handel, unter www.gutscheinbuch.de oder unter der gebührenfreien Bestell-Hotline 0800/22 66 56 00

Das „Image“-Magazin verlost 15 Stück davon. Wer eins gewinnen möchte, schreibt eine Postkarte mit dem Stichwort „Gutschein“ oder schreibt einfach eine E-Mail mit demselben Stichwort. Der Einsendeschluss ist der 10.12.2017. Die Gewinner-Namen werden veröffentlicht, gleichzeitig bekommen die Gewinner das Gutscheinebuch per Post nach Hause geschickt. Deswegen an die E-Mail-Fraktion: Bitte schreiben Sie auch Ihre Anschrift in den E-Mail-Text!

Und nun die Adressen, Post und E-Post: „Kathagen media+ kommunikation, Thiestraße 7, 58456 Witten“ oder sb@kamk.de.



Fr. 1.12. 20 Uhr – Eintritt frei „Klaahtx“

Deutscher Rock aus Witten. Acht Leute, die mit viel Spaß und Leidenschaft ihre eigenen Lieder präsentieren. Seit über vier Jahren ist die erstaunlich große Band zusammen. Acht Musiker, darunter gleich zwei (!) Sängerinnen, unter einen Hut zu bekommen, ist keine leichte Übung. Dafür aber wird eine Band dadurch extrem vielseitig. Neben den Standardinstrumenten des Rock gibt es bei „Klaahtx“ auch ein Saxophon und eine Bluesharp. Das alles ermöglicht der Band ein sehr breites Spektrum von „zart bis hart“.

Mo. 4.12. 20 Uhr – Eintritt frei Witterer Blues-Session
Treffpunkt für Blues-Musiker und -Musikerinnen.

Mi. 6.12. 20 Uhr – Eintritt frei Mitmach-Spaß-Orchester

Hier treffen sich Anfänger und Fortgeschrittene zum gemeinsamen Musizieren im „Spaß-Orchester“. Es werden keine musikalischen Kenntnisse oder Fähigkeiten vorausgesetzt. Aber wer seine Gitarre, Mandoline oder Mundharmonika etc. einsetzen will, darf sie mitbringen. Bitte keine großen oder elektrischen Instrumente anschleppen. Alltagsinstrumente, wie Plastiktüten, Schuhgetrappel, Händeklatschen ergänzen das vorhandene Instrumentarium.

Do. 7.12. 20 Uhr – Eintritt frei „Nordgarden“

Seine Liebe zu Roots, Folk, Blues und Rock spiegelt sich in klassischem Songwriting mit viel Sinn für gute Melodien und Texte wieder. Auf seinen Platten spielt er oft in Bandbesetzung, auf Tour geht er meist alleine und präsentiert akustische und ver-



änderte Versionen seiner Songs. Aktuell ist er mit seinem neuen Album „Changes“ auf Tour.

Fr. 8.12. 20 Uhr – Eintritt frei Andrew Murphy

Blues trifft auf Reggae – so lässt sich das Programm der Andrew Murphy Band in wenige Worte fassen. Doch dabei erfasst man nicht wirklich die Essenz. Er stammt gebürtig aus Jamaika und kam Ende der 1970er Jahre nach Deutschland. Er lebte zunächst im Münsterland und kam dort mit dem Blues, insbesondere dem Ausnahmegießaristen Tom Vieth in Kontakt. Noch heute spielen sie gelegentlich zusammen. Zudem ist Murphy seit fast 30 Jahren Moderator des Kölner Reggae-Festivals „Summerjam“. All diese Erfahrung fließt ein in das Programm seiner aktuellen „Andrew Murphy Band“.



Sa. 9.12. 20 Uhr – Eintritt frei Tom Vieth & Friends



Es gibt nur wenige deutsche Bluesgitaristen, die auch im Ausland bzw. in der Heimat des Blues wirkliche

Anerkennung finden. Zu diesen Ausnahmen gehört der Münsterländer Tom Vieth. Er nennt Chicago inzwischen seine zweite Heimat und arbeitet dort mit vielen großen Bluesmusikern. Was Tom Vieth auszeichnet, ist sein sehr individuelles Gitarrenspiel, sein unangestrengter Gesang und auch die Qualität seiner eigenen Songs.

Mo. 11.12. 20 Uhr – Eintritt frei „Jukebox“

Wünsch dir deinen Lieblingssong und die Live-Band erfüllt dir deinen Wunsch. Und alle Gäste können mitsummen, mitsingen oder einfach nur zuhören. Ein Angebot zur aktiven Mitgestaltung.

Mi. 13.12. 20 Uhr – Eintritt frei Offenes Rock- und Pop-Chorsingen

Replay 2015. Das Ganze wie immer arrangiert und präsentiert von der „Maschinen-Buntes-Hausband“ mit Helmut Brasse, Gerald Caspers und Thomas Lienbröcker.

Do. 14.12. 20 Uhr – Eintritt frei Kopfball! Das Fußballquiz

Meike, Lukas und Momo werden euch viele zum Teil knifflige Fragen zum Fußball und dem „Drumherum“ stellen.

Fr. 15.12. 20 Uhr „Ü 44-Party“ mit „Herrn Müller“

Abtanzen in die Nacht mit der besten Dance-Music aus allen Zeiten der Popgeschichte.

Mo. 18.12. 20 Uhr – Eintritt 1 €



Wittener Folkclub Mit: DreckPäck

„DreckPäck“ über sich: „Hier treffen eine Musikerin und zwei Musiker mit einer gehörigen Portion Lebenserfahrung, einer ebenso großen Portion Lebensfreude und musikalischem Können aufeinander. Sie spielen und singen Songs der 60er- und 70er Jahre mit unverwechselbarer Leidenschaft. Und verstehen es darüber hinaus, längst vergessenen geglaubten Country Blues und Bluegrass Songs neues Leben zu verleihen. Jeder, der diese Zeit erlebt hat, wird sich schnell zu Hause fühlen, wenn man zusammen mit Bobby McGee auf dem Highway fährt, der Teufel einem auf den Fersen ist oder einem die alte Jugendliebe partout nicht aus dem Kopf gehen will. Die Markenzeichen des Trios ist dabei ihr harmonischer, dreistimmiger Gesang mit unverwechselbaren Stimmen, sowie ihr gekonntes Spiel auf den für diese Musik typischen Instrumenten wie Mandoline, Gitarre, Banjo und Kontrabass.“

Di. 19.12. 20 Uhr Offenes Rock- und Pop-Chorsingen – Weihnachts-Special

Es ist mittlerweile Tradition im „Maschinen-Buntes“. Unsere Hausband übt mit den Gästen bekannte Weihnachts-Pop-Klassiker z.B. von Slade und John Lennon ein. Damit es am Veranstaltungsabend nicht zu voll wird und eine weihnachtliche Atmosphäre nicht möglich ist, haben wir die Teilnehmerzahl durch Eintrittskarten begrenzt. Bitte rechtzeitig Karten sichern!

Mi. 20.12. 20 Uhr – Eintritt frei NEU: „Beat-Session“ – Rettet die Sixties

Anlage, Gitarre, Bass, Klavier und Percussion sind vorhanden, eigene Soloinstrumente bitte mitbringen. Gerne auch Akkorde und Texte, damit möglichst viele Leute mitspielen können. Alle Musiker bitte vor Beginn der Veranstaltung anwesend sein, um den Programmablauf ein wenig planen zu können. Betreut wird der Abend von Helmut Brasse, der auch unser „Rock- und Pop-Chorsingen“ leitet.

Sa. 23.12. 20 Uhr – Eintritt frei



„Unknown Blues Band“

Die „Unknown Blues Band“ widmet sich überwiegend bekannten Blues-Klassikern z.B. von Willie Dixon oder Muddy Waters. Sie hat aber auch einen deutlichen Bezug zum Ruhrgebiet. Was sich in einem eigenen Song namens „Kohlenpott-Boogie“ ausdrückt. Die Band ist immer in Bewegung, hat oft musikalische Gäste dabei und man darf gespannt sein, was diesmal alles passieren wird.

Mi. 27.12. 20 Uhr – Eintritt frei „Cheap Tequila“

Die fünfköpfige Formation sagt über sich selber: „Seit über 30 Jahren versorgt die Dortmunder Formation die Szene mit geradlinigem Blues, der aus dem Bauch kommt und in die Beine geht. Mit groovigem Shuffle, pulsierendem Blues und fetzigem Rock'n Roll zeigen die fünf Musiker, dass das rhythmische Grooven der Glieder mehr Spaß machen kann als das verkrampfte Umherschlappen auf der Fernbedienung.“

Do. 28.12. 20 Uhr



„Ohrensausen“

Seit Jahren sind sie im Raum Witten eine Institution. Die Band „Ohrensausen“, fünf Musiker, die sich der Skiffle- und Cajun-Musik verschrieben haben. Alles bei „Ohrensausen“ ist handgemacht und wird auf akustischen Instrumenten gespielt. Wichtig dabei ist, dass es „richtig abgeht“. „Ohrensausen haben im „Maschinen-Buntes“ schon mehrmals ihr legendäres Weihnachtsprogramm vor vollem Haus gespielt. Aufgrund der zu erwartenden Nachfrage empfiehlt es sich, rechtzeitig Karten zu besorgen.



Wanderungen im Monat Dezember

So. 3.12. 9.45 Uhr Langendreer

Wir wandern in und um BO-Langendreer auf flachen Wegen; ca. 11 km; Einkehr „Zur Alten Zeit“, Treffpunkt Tram 310 vor Galeria Kaufhof; Ticket A.

Mi. 6.12. 13.30 Uhr Nachmittagswanderung

über Husemannhalle, Rheinischen Esel, Uni Witten zum „Mariencafe“ an der

Hauptstraße in Witten. Treffpunkt Böckchen an der Ruhrstraße.

So. 10.12. 10.00 Uhr Zum Weihnachtsmarkt in Hattingen

Wir wandern von Blankenstein über Welper nach Hattingen und stärken uns auf dem Weihnachtsmarkt; ca. 12 km. Bitte zwei Tage vorher bei Tel. 33906 anmelden. Treffpunkt Witten HBF, BUS SB 38; Ticket B.

Mi. 13.12. 13.30 Uhr Nachmittagswanderung

über Ruhrtalradweg, Ruine Hardenstein durchs Muttental zum „Steigerhaus“. Treffpunkt Böckchen an der Ruhrstraße.

So. 17.11. 15.00 Uhr Vereinsadventfeier

in der Gaststätte „Zur Dritten Halbzeit“, Heven, Haldenweg 2.

Fr. 1.12. 19 Uhr

Lisa Feller

„Der Nächste, bitte!“

Die erfolgreiche Komödiantin macht sich in ihrem neuen Programm „Der Nächste, bitte!“ daran, dem Rätsel „Homo Testosteron“ durch eigene Feldforschung näherzukommen. Lisa Feller versprüht auch in ihrem neuen Erfolgsprogramm wie immer ihren warmherzigen Esprit und Charme. WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Sa. 2.12. 15 Uhr Dschungelbuch – „Das Musical“

Turbulente Dschungel-Action über Freundschaften, die Grenzen überwinden: Im energiegeladenen Musical „Dschungelbuch“ erwacht der Urwald zum Leben. Mogli und seine tierischen Freunde nehmen Klein und Groß mit auf eine abenteuerliche Reise. Veranstalter: Theater LIBERI – Bochum, Saalbau Witten, Theatersaal.

So. 3.12. 12 – 18 Uhr Steamtropolis

The Winter Fair

Der steam-phantaistische Indoor-Wintermarkt öffnet erneut seine Pforten! Erleben Sie die vorweihnachtliche Anderswelt STEAMTROPOLIS - mit Live-Musik, Lesungen, Steampunk-Marktgeschehen und vielen weiteren Amüsaments für Groß und Klein! WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 3.12. 16 Uhr – Eintritt frei Adventskonzert der Musikschule Witten

Schüler der Musikschule Witten stimmen mit gekonnten Beiträgen auf die Adventszeit ein. Es musizieren für Sie verschiedene Ensembles und Solisten der Musikschule. Veranstalter: Musikschule Witten. Saalbau Witten, Konzertsaal.

So. 3. + So. 10.12. 10 – 13.30 Uhr Nikolaus-Brunch

und Klaviermusik von Elmar Dissinger.

Kinderbetreuung, Plätzchen backen und der Nikolaus kommt. Erwachsene 16,80 €, Kinder (6-11 Jahre) 7,50 €, unter 6 Jahren frei. Haus Oveney am Kemnader Stausee, Oveneystr. 65, BO (Tel: 0234/799 888).

So. 3.12. 18 Uhr – Eintritt frei Stadtgottesdienst Himmelwärts

Hier kannst Du auftanken, dich anregen lassen und dich selbst Richtung Himmel ausrichten. Mit Chor, Band und lebensnahen Impulsen zeigt der Gottesdienst: Glaube kann zeitgemäß sein, ansteckend und begeistert. Veranstalter: Creative Kirche, Saalbau Witten, Theatersaal.

Mi. 6.12. 15.30 Uhr Alles Weihnachten mit dem kleinen Raben Socke

Schauspiel mit Musik, für Menschen ab 4 Jahre. Das Theater auf Tour bringt eine funkelglitzernde Weihnachtsgeschichte mit dem kleinen Raben Socke nach den Kinderbüchern von Nele Moost und Annet Rudolph am Nikolaustag auf die Bühne des Saalbaus. Veranstalter: Kulturforum Witten, Saalbau Witten, Konzertsaal.

Mi. 6.12. 19.30 Uhr Best of NRW – Tabea Seibert und Ada Tanir

Tabea Seibert, Blockflöte, und Ada Tanir, Cembalo, spielen Werke von Georg Friedrich Händel, Louis Couperin, Johann H. Schmelzer, Arcangelo Corelli, François Couperin, Matthew Locke, Antonio Bertali und Georg Philipp Telemann. Veranstalter: Kulturforum Witten. Saalbau Witten, Konzertsaal.

Do. 7.12. 17.30 Uhr – Eintritt frei Kochwerk

In unserem Kochwerk bleibt kein Magen leer! Jeden Donnerstag zaubert ihr gemeinsam mit dem Treff-Team etwas Leckeres und lernt dadurch die unterschiedlichsten Gerichte und deren Zubereitung kennen. Dabei schaut ihr kulinarisch auch über den Tellerrand. Für Jugendliche ab

13 Jahren. Café Treff®, WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Fr. 8.12. 19 Uhr

Rainald Grebe

„Das Elfenbeinkonzert“

Er tut es wieder. Vier Jahre nach seinem letzten Solo setzt sich Rainald Grebe wieder allein ans Klavier. WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Fr. 8.12. 19.30

„Mirandolina“

Komödie von Carlo Goldoni mit Mariella Ahrens und großem Ensemble. Einführung um 19:00 Uhr. Wundervolle und unterhaltsame Liebeskomödie mit Mariella Ahrens. Veranstalter: Kulturforum Witten, Saalbau Witten, Theatersaal.

Sa. 9.12. 17 Uhr

So. 10.12. 16 Uhr

Weihnachtskonzerte

Das Programm verspricht eine Mischung aus festlichen, weihnachtlichen sowie sakralen Melodien. Veranstalter: Männerchor Witten-Bommern „Lyra“ 1909 e.V., Saalbau Witten, Theatersaal.

Sa. 9.12. 22 Uhr

90er Party

Auf der 90er Party der WERK°STADT kommen alle auf ihre Kosten, die das Zeitalter der Tamagotchis, Buffalo-Schuhe und Schnullerketten miterlebt haben. DJ A-Eighty1 bringt die Tanzfläche mit den größten Hits und Hymnen der 90er zum Beben. WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 10.12. 14 – 18 Uhr – Eintritt frei

Familiensonntag

Mit Kindertheater. Pauline bastelt mit euch etwas Weihnachtliches und es wird ein besonderes Theaterstück aufgeführt. Vor euren Augen werden Dinge schweben, verschwinden oder sie verwandeln sich. Der „Zirkus Hokus Pokus“ zeigt euch leuchtende Attraktionen und viel Zauberlicht. WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Mo. 11.12. 20 Uhr

Di. 12.12. 20 Uhr

„Die Schneekönigin“

Klassisches Ballettmärchen nach Hans Christian Andersen, Musik von Edvard Grieg und Jean Sibelius, Libretto, Choreografie: Horatiu Chereches FANTASIO, rumänisches Staatsballett „Oleg Danovski“. Andersens wunderbares Märchen um den kleinen Kay – ein Augen- und Ohrenschmaus für große und kleine Menschen. Veranstalter: Theatergemeinde Volksbühne Witten e.V., Saalbau Witten, Theatersaal.

Di. 12.12. 15.30 Uhr

Wittener Kinder – und Jugendtheater – „Morgen Findus wird's was geben“

Von Sven Nordqvist für Kinder ab 3 Jahren. Pettersson und Findus wollen Weihnachten feiern. Veranstalter: Wittener Kinder- und Jugendtheater. Saalbau Witten, Saal A.

Di. 12.12. 19.15 Uhr – Eintritt frei

JAZZ°CAFÉ

Dieses Mal ist das Mengamo Trio zu Gast. Das Trio besticht durch die Kombination der eingespielten Rhythmusgruppe Sebastian Scobel / Thomas Sauerborn und Philipp Brämswig. Café Treff®, WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Do. 14.12. 17.30 Uhr – Eintritt frei

Kochwerk

In unserem Kochwerk bleibt kein Magen leer! Jeden Donnerstag zaubert ihr gemeinsam mit dem Treff°-Team etwas Leckeres und lernt dadurch die unterschiedlichsten Gerichte und deren Zubereitung kennen. Für Jugendliche ab 13 Jahren. Café Treff®, WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Do. 14.12. 18 Uhr

Unterm Pusenriff

Ähnlichkeit in der bildenden Kunst

Dr. Detlef Thierig zeigt an Beispielen aus der Kunstgeschichte die vielfältigen Ähnlichkeitsbeziehungen zwischen künstlerischem Bild und dem dargestellten Gegenstand. Veranstalter: Förderverein Märkisches Museum Witten e.V. Märkisches Museum Witten, Husemannstr. 12, WIT

Fr. 15.12. 19.30 Uhr

Classic Night

Ziehungsgala der Sparlotterie der Sparkassen. Veranstalter: Sparkasse Witten, Saalbau Witten, Theatersaal.

Sa. 16.12. 16 Uhr – Eintritt frei

Stadtwerke Eisstock-Cup 2017

Das eilige Sportevent ist zurück! Der Stadtwerke-Eisstock-Cup ist der perfekte Wettstreit für alle Eisbahn-Fans mit sportlichem Ehrgeiz, die sich ordentlich auspowern und ihre Geschicklichkeit und Treffsicherheit unter Beweis stellen wollen. Verbindliche Anmeldungen per E-Mail an eilebrecht@werk-stadt.com. EIS°STADT (Eisbahn und Gastronomie auf dem Rathausplatz).

Sa. 16.12. 17 Uhr

„IVUSHKA – Russische Weihnachten“

IVUSHKA / Agentur; Godehard Schönherr. Farbenprächtige und temperamentvolle Weihnachtsrevue. Kulturelle und spannende Reise durch das alte Russland, mit seinen Liedern, Tänzen und Traditionen. Veranstalter: Theatergemeinde Volksbühne Witten e.V., Saalbau Witten, Theatersaal.

Sa. 16.12. 17.30 Uhr

Metal for Mercy

„X-Mas Spezial“

Die besinnliche Zeit ist angebrochen, aber wir vom Treff° werden kein Stück leiser, sondern gehen mit gleich fünf Bands und dem Christmas Spezial von Metal for Mercy on Stage lautstark in die Weihnachtspause: The Evergreen Donkey, NRT, Levee Break, Deafnuts und Helldecker sorgen für ein Konzertvergnügen sondergleichen. Café Treff®, WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Sa. 16.12. 19 Uhr

Weihnachten in der Villa Stein

Eine Hör-Spiel-Lesung von und mit Jule Vollmer

Illustrationen von Sonja Morisse, Musik von Elmar Dissinger am Klavier. Sechs ebenso unterschiedliche wie lebenswerte Damen wohnen seit Kurzem zusammen in der wunderschönen Villa Stein. Sie feiern ihr erstes gemeinsames Weihnachtsfest. Humorvoll und anrührend bereiten sich die Mitbewohnerinnen auf einen ereignisreichen Heiligen Abend vor... Jule Vollmer bricht auch in diesem Nachfolgewerk von „Mitbewohnerin gesucht“ mit den klassischen Klischees über Menschen jenseits der 50. Mitsingen erwünscht! Karten nur im Vorverkauf bis zum 10.12.18, - €. Haus Oveney am Kemnader Stausee, Oveneystr. 65, BO (Tel: 0234/799 888).

Sa. 16.12. 22 Uhr

Zone 30@weekend

Mit DJ Jeschu. Die Zone 30 @weekend ist DIE Party für Erwachsene - mit netten Leuten und toller Musik! Von aktuellen Charts und Dance Classics bis hin zu Rock, Indie, Wave, Worldmusic, Funk und Soul ist für jeden Musikgeschmack etwas dabei. WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 17.12. 11 Uhr

Solidarfonds Weihnachtsmatinee – „Sträter – Günna – Steinberg – Albus – Wopp“ Lachend in die Weihnachtsfeiertage

Weihnachtsmatinee der Solidarfonds-Stiftung NRW im Wittener Saalbau hilft benachteiligten Kindern und Jugendlichen. Der Erlös der Benefizveranstaltung wird für Förderprojekte von benachteiligten Kindern und Jugendlichen im Ruhrgebiet verwandt. Veranstalter: Kulturforum mit Solidarfonds-Stiftung NRW. Saalbau Witten, Theatersaal.

So. 17.12. 11 – 15 Uhr – Eintritt frei

Familienrödelmarkt

Der beliebte Wittener Trödelmarkt lockt pro Jahr mehr als 10.000 Besucher in die WERK°STADT. Auf 2.500 qm überdachter Fläche bieten Privatleute an über 50 Ständen ihre gesammelten Schätze an. Standbuchungen sind vor Ort in der WERK°STADT und online auf www.hellwegticket.de möglich. WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Di. 19.12. 19.30 Uhr

Kurpfälzisches Kammerorchester

Leitung: Leo McFall, Solistin: Mariko Hara, Viola. Es werden Werke von Franz Ignaz Beck, Franz A. Hoffmeister, Johann Stamitz und Joseph Haydn gespielt. Veranstalter: Kulturforum Witten, Saalbau Witten, Theatersaal.

Do. 21.12. 17.30 Uhr – Eintritt frei

Kochwerk

Jeden Donnerstag zaubert ihr gemeinsam mit dem Treff°-Team etwas Leckeres und lernt dadurch die unterschiedlichsten Gerichte und deren Zubereitung kennen. Dabei schaut ihr kulinarisch auch über den Tellerrand. Für Jugendliche ab 14 Jahren. Café Treff®, WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Do. 21.12. 19.30 Uhr

„Hänsel und Gretel“

Märchenoper von Engelbert Humperdinck, mit Einführung um 19 Uhr. Der Saalbau folgt mit der Inszenierung des Landestheaters Detmold einer Tradition und bringt das Stück in der Vorweihnachtszeit auf die Bühne – wie eben auch Humperdincks Uraufführung am 23.12.1893 stattfand. Veranstalter: Kulturforum Witten, Saalbau Witten, Theatersaal.

Fr. 22.12. 16 Uhr

Wittener Kinder und Jugendtheater „Mama Muh feiert Weihnachten“

Von Jutta Wieslander und Sven Nordqvist, für Kinder ab 3 Jahren. Veranstalter: Wittener Kinder und Jugendtheater. Saalbau Witten, Saal B.

Sa. 23.12. 22 Uhr

80er Party

Es ist wieder Zeit für die legendäre 80er Party in der WERK°STADT. Im Rausch von „Don't Stop Believing“ und anderem kultigen Mainstream der 80ies wird die Nacht hier stillecht zum Tag gemacht. WERK°STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 24.12. 10 – 13 Uhr

Frühstücksbüffet zum Heiligabend

Vor der Bescherung am See spazieren gehen? Reichhaltiges Büffet mit Filterkaffee, Tee, Orangensaft, Sekt. Erwachsene 19,80 €, Kinder (6-11 Jahre) 7,50 €, unter 6 Jahren frei. Nur mit Reservierung bis zum 17.12.; Haus Oveney am Kemnader Stausee, Oveneystr. 65, BO (Tel: 0234/799 888).

So. 24.12. 14.30 und 16.30 Uhr

Weihnachtsgottesdienst – „echt“

Weihnachtssoase um 14.30 Uhr und Weihnachtsgalerie um 16.30 Uhr. Echt? Ernsthaft? Das fragen wir überrascht, wenn wir erstaunt oder entsetzt in die Weltgeschichte schauen. Was können wir denn noch für wahr halten? Gehört auch die Weihnachtsgeschichte zu den alternativen Fakten, mit denen uns auch nur wieder etwas vorgemacht wird? Veranstalter: MartinLuther Kirchengemeinde. Saalbau Witten, Theatersaal.

Do. 28.12. 15 Uhr

Oveneys Berggeister

Erlebnisführung für die ganze Familie über Oveneys Berg

Mit Geschichten rund um den Bergbau und anschließendem 3-Gang-Menü im Restaurant. Von und mit Antinea Euler und Anne Behrenbeck. Bitte mitbringen: Taschenlampen, festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung. Erwachsene 30,- €/Kinder 17,- €. Anmeldung bis 23.12.; Haus Oveney am Kemnader Stausee, Oveney-

str. 65, BO (Tel: 0234/799 888).

Do. 28.12. 17.30 Uhr – Eintritt frei
Kochwerk

Jeden Donnerstag zaubert ihr gemeinsam mit dem Treff®-Team etwas Leckeres und lernt dadurch die unterschiedlichsten Gerichte und deren Zubereitung kennen. Dabei schaut ihr kulinarisch auch über den Tellerrand. Für Jugendliche ab 13 Jahren. Café Treff®, WERK®STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Sa. 31.12. 21 Uhr

WERKSTADT Silvester Party

Bye bye 2017 – Hallo 2018! Zum Abschluss des WERK®STADT-Jubiläumsjahres feiern wir eine besondere Silvester Party. Für den perfekten Soundtrack sorgen 2 Areas

mit toller Musik. WERK®STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Mo. 1.1. 11 – 18 Uhr
**Geöffnet zum
Neujahrsspaziergang**

Haus Oveney am Kemnader Stausee, Oveneystr. 65, BO (Tel: 0234/799 888).

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

Landschaftsverband Westfalen-Lippe Besonderer Laternenumzug mit bergmännischem Geleucht

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) lädt Kinder ab fünf Jahren und Familien zum ersten Advent am Sonntag, 3. Dezember, zu einem besonderen Laternenumzug mit Grubenlampen in sein Industriemuseum Zeche Nachtigall nach Witten ein. Ab 15 Uhr entdecken Kinder über vorgetragene Geschichten, Exponate aus dem Museum und einem Umzug mit Grubenlampen die Arbeitswelt der Bergleute und erfahren an authentischen Orten vieles über Traditionen und Bräuche.

Ausgerüstet mit selbstgebastelten Schachthüten, bergmännischem Geleucht oder auch selbst mitgebrachten Laternen erkunden die kleinen Bergmänner und -frauen zusammen mit Knappen aus den regionalen Knappenvereinen das ehemalige Zechengelände. Beim Rundgang erfahren die Kinder, warum sich Bergleute bis heute mit „Glückauf“ begrüßen und lernen einige Bräuche und Traditionen im Bergbau kennen.

Barbarazweige geschnitten

So werden jedes Jahr am 4. Dezember traditionsgemäß die sogenannten Barbarazweige geschnitten und in eine Vase gestellt, damit sie – mit etwas Glück – an den Weihnachtstagen blühen. Doch wer war diese Barbara eigentlich? Und wieso wird zu ihrem Gedenken der Brauch der Barbarazweige gepflegt? Auch die typische Bergmannsuniform mit ihren goldenen Knöpfen, Schachthut und Federbusch steht im Mittelpunkt der Führung.

Im Anschluss gibt es „Knappenkerle“ und warmen Apfelsaft. Die Veranstaltung ist im Museumseintritt enthalten. Erwachsene: 3 Euro, Kinder: 1,50 Euro, Ermäßigt: 2 Euro, Familienkarte: 7,50 Euro. Bergmännisches Geleucht wird vom Museum gestellt. Gerne dürfen auch eigene Laternen mitgebracht werden. Da es begrenzte Plätze gibt, ist eine Anmeldung unter Ruf 023 02/936 64 10 erforderlich.



Warum ist eine Bergmannsuniform schwarz? Und was ist eigentlich ein „Arschleider“? Antworten erhalten die Teilnehmer während der rund dreistündigen Veranstaltung. Foto: LWL

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 21.12.2017
Anzeigenschluss: Freitag, 8.12.2017

Henrichshütte Hattingen – Zeche Nachtigall

... ein Lichtlein brennt!

Frohe Weihnachten wünschen die
LWL-Industriemuseen Zeche Nachtigall und
Henrichshütte Hattingen seinen Gästen.

www.lwl-industriemuseum.de

LWL
Landesverband
Westfalen-Lippe

KÖNIG
Bestattungshaus

Inh. Monika König-Stein

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

Crengeldanzstraße 34 · 58455 Witten
Telefon **023 02/5 66 15**
E-Mail: info@koenig-bestattungshaus.de
www.bestattungshaus-koenig.de

Image

Titelbild: Großes Aufatmen: Die Kreuzung Ardey-, Dortmunder- und Husemannstraße ist wieder freigegeben worden. Foto: Th. Strehl

Herausgeber: Monika Kathagen, Thiestraße 7 · 58456 Witten

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

☎ 023 02/98 38 980

Anzeigen und Redaktion: B. Böhner-Danz, M. Dix, C. Hamacher, M.+U. Kathagen, U. Lindner, Dr. Anja Pielorz, R. Schletter, T. Strehl, J. Suckrau (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, Herbede, Heven, Bommern und Umgebung, Innenstadt und Sonnenschein

Auflage: Insgesamt ca. 50.000 Exemplare, Regionalausgabe Herbede, Heven, Bommern und Umgebung 20.000 Exemplare, Regionalausgabe Zentrum, Annen, Stockum, Rüdighausen 30.000 Exemplare

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.

Triathlon: PV und TTW kooperieren fortan im Liga-Sport

Die Kräfte bündeln und Synergien erreichen – Ruhrstadt soll eine Hochburg bleiben

Eine lange Zeit für kaum möglich gehaltene Annäherung zeichnet sich in der Wittener Triathlonszene ab: Im nächsten Jahr wollen der PV-Triathlon Witten (PV) und das Triathlon Team TG Witten (TTW) ihre Kräfte im Liga-Sport bündeln und fortan gemeinsam unter dem Namen „Triathlon Witten“ als Startgemeinschaft in den verschiedenen Triathlon-Ligen antreten.

Die Stadt Witten soll Triathlon-Hochburg bleiben. Der Triathlonsport in Deutschland war von Anfang an eng mit Witten verbunden: Bis Anfang 2000 lief die Vergabe der nationalen Titel im deutschen Einzel- und Mannschaftssport lange Jahre vor allem über den 1987 gegründeten PV-Triathlon Witten. Stars wie Wolfgang Dittrich schrieben Geschichte und trugen die PV-Farben bis auf Platz 3 des legendären „Ironman“ von Hawaii.

Die Erfolgsserie des PV riß, als sich 2003 eine große Gruppe Triathleten – darunter der damalige Bundesliga-Kader „Asics-Team“ – abgespalte und das „Triathlon Team TG Witten“ gründete.

Beide Vereine versuchten in der Folge, ihre Ziele – durchaus erfolgreich – eigenständig zu erreichen. Der PV startete mit neuen Athleten einen Durchmarsch durch die Ligen und kehrte schnell mit einem Männer- und einem Frauen-Team in die 1. Bundesliga zurück.

Der TTW spielte weitere Jahre ganz oben mit: Nach gelungener Vereinsarbeit punktete TTW mit seinem starken Damenteam auch 2017 wieder als deutscher Vizemeister, während das TTW-Herren-Team 2017 nach einem freiwilligen Rückzug aus der 1. Bundesliga in diesem Jahr wieder in die Königsklasse aufstieg.

Aber auch die Konkurrenz in Deutschland – allen voran das „Ejot“-Team TV Buschhütten – legte mächtig nach und zog viele nationale und internationale Spitzenathleten mit attraktiven Angeboten an. Dies musste auch der PV-Triathlon Witten im letzten Jahr schmerzhaft hinnehmen, als seine jahrelang sorgfältig aufgebauten Nachwuchstalente Tim Siepmann und Jan Stratmann kurzfristig zur Mannschaft von Triathlon Potsdam, dem Vierten der Bundesliga-Saison 2017, wechselten.

Es mangelt an einheimischen Spitzenathleten

Dabei fordert die Bildung der Teams sowie die Betreuung der Wettkämpfe für eine Bundesliga-Saison einen beträchtlichen organisatorischen, personellen und finanziellen Aufwand, bei dem es ohne potente Sponsoren keinen Blumentopf zu gewinnen gibt. Neben der finanziellen Unterstützung mangelt es an einheimischen Spitzenathleten. Die deutschen Vereine greifen daher schon seit langem mangels eigener Talente auf Athleten aus dem Ausland zurück, um ihre Mannschaften zu füllen.

Kräfte bündeln und Synergien erreichen: Diese Entwicklung hat dazu geführt, dass die beiden Vereine aus der Ruhrstadt bereits vor zwei Jahren eine erste erfolgreiche Kooperation im Kinder- und Jugendbereich starteten. In der neueren Absprache wollen die Wittener Triathleten diesen Weg nun weitergehen und 2018 in der 1. und 2. Bundesliga und der NRW-Liga jeweils mit nur einem Wittener Männer- und einem Frauenteam in die Wettkämpfe gehen sowie mit gemeinsamen Mannschaften in der Regional-, Ober-, Landes- und Seniorenliga sowie bei den Masters starten. Ein Athletenpool soll dabei möglichst viele Sportler aus der Region ansprechen und entsprechende Chancen ermöglichen.

Die Stadt Witten soll Triathlon-Hochburg bleiben: PV-Vorsitzender Jobst Pastor und TTW-Vorstand Thomas Fehrs erklärten unisono, dass ihre Vereine mit diesem Schritt dem beiderseitigen Anspruch auf den Status einer Triathlon-Hochburg für Witten auch zukünftig gerecht werden wollen. Der Anfang ist gemacht. Ob beide Vereine auch irgendwann wieder fusionieren, sehen die beiden Vorsitzenden durchaus als sinnvolle Perspektive für die Zukunft. Zusammen würden es der PV (700 Mitglieder) und der TTW (500 Mitglieder) auf immerhin 1 200 Mitglieder bringen.



In der neueren Absprache wollen die Wittener Triathleten 2018 in der 1. und 2. Bundesliga und der NRW-Liga jeweils mit nur einem Wittener Männer- und einem Frauenteam in die Wettkämpfe gehen sowie mit gemeinsamen Mannschaften in der Regional-, Ober-, Landes- und Seniorenliga sowie bei den Masters starten.



Wir wünschen allen
frohe Weihnachten
 und einen guten Start ins neue Jahr!

EINRICHTUNGS- HAUS OSTERMANN

**DAS FULL-SERVICE
EINRICHTUNGS-CENTRUM.**
 Hier finden Sie für jeden
Geschmack und für jedes
Budget die optimalen Möbel.
Überzeugen Sie sich selbst!

Alles sofort für
Dein Zuhause

TRENDS

by OSTERMANN

SOFORT WOHNEN.
 Das Ideencenter, jung,
cool, stylish, retro oder
witzig. Wohnweisende
Einrichtungsideen gleich
zum Mitnehmen.

Design
zum
In-Preis!

LOFT

by OSTERMANN

RÄUME NEU ERLEBEN
 LOFT bietet Design-
Möbel für alle, die sich so
einrichten wollen, wie es
ihrem eigenen Lebensstil
entspricht.

Alles sofort
fürs Kind

Baby TRENDS

by OSTERMANN

**ALLES SOFORT
FÜRS KIND**
 Der Mega-Fachmarkt für
unsere jüngsten Kunden.
Das komplette Babysortiment
von Autositz bis Kuscheltier.

KÜCHEN-
FACHMARKT

KÜCHEN CENTRUM

**1 CENTRUM, 4 WELTEN
UND 1000 ALTERNATIVEN!**
 Alles unter einem Dach!
Die ganze Welt der Küchen –
präsentiert in 4 einzigartigen
Fachbereichen.



ÖFFNUNGSZEITEN: Mo - Sa: 10.00 - 20.00 Uhr • Das Restaurant ist bereits ab 9.00 Uhr für Sie geöffnet!

OSTERMANN CENTRUM WITTEN

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

A44, Abfahrt Witten-Annen 45
 Gewerbegebiet Annen, Fredi-Ostermann-Str. 1
 Telefon 0 23 02 - 98 50



Buslinie 373, Haltestelle
Fredi-Ostermann-Straße

Über 100.000 Artikel auf
ostermann.de
 im Online-Shop

Die großen Einrichtungs-Centren in NRW und auf ostermann.de
OSTERMANN

HAMMERTALER BAUSTOFFE

Alle Artikel nur so lange der Vorrat reicht! Angebote gültig bis 31.12.2017. Preise inkl. MwSt.

Nordmantannen
Verkauf ab 5.12.2017

Das Team der Hammertaler Baustoffe
wünscht allen von ganzem Herzen
frohe Weihnachten und einen guten Start
ins neue Jahr!



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

**Neue Öffnungszeiten
ab November.**

Unser Lagerprogramm

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