

ImageWitten

MIT REGIONALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN



Parkplatz an der Berghauser Straße in Bommern

Workers

Berufsbekleidung 1x Bochum 1x Witten

Wiesenstraße 23a 58452 Witten | Hannibal Center Bochum Riemkerstraße 13

Arbeitsklamotten.de



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

Liebe Leser,

eigentlich haben alle unsere Schwerpunkte in dieser Ausgabe etwas miteinander gemein: Es geht wieder rund – und das hat auch Schattenseiten. Aber beginnen wir mit den Sonnenseiten. Im Märzen der Bauer bekanntlich die Rößlein einspannt, was er nicht ohne Grund tut: In der Natur regt sich wieder was. Allerorten sprießt es, zwar vorsichtig, aber der Winter hat seinen frostigen Biss verloren, auch wenn die Eisheiligen noch auf der Lauer liegen. Die Gesamtlage im Blick, haben wir uns zunächst in der Frühjahrsküche umgesehen. Da treiben sich wieder pflückfrische Kräuter herum, die einem das Geschmackswasser im Mund zusammenlaufen lassen. Wenn Sie mitlaufen wollen, gehen Sie auf unseren Sonderseiten an den Start. Und nun die Schattenseiten: Auch blutrünstige Sauger auf mindestens acht Beinen laufen sich wieder warm und wollen nur unser Bestes. Nicht unser Geld, aber unseren roten Lebenssaft. Ob und wie man sich schützen kann, das lesen Sie auch in dieser Ausgabe. Das bringt mich auf das Thema Gesundheit. Angst vorm Zahnarzt? Hören Sie noch gut? Wie steht's um die Blase. Antworten im Innenteil. Dazu noch: Das Backhaus wird kontaktlos; und wir haben den Vergleich gemacht: Witten – früher und heute.



Thomas Dell

Hevener Bücherflohmarkt

Aus einem Angebot von über 8000 Büchern kann man wieder in entspannter und freundlicher Atmosphäre in aller Ruhe stöbern.

Samstag, 17. März, 10 bis 18 Uhr
Sonntag, 18. März, 10 bis 13 Uhr

Pfarrheim der St.-Franziskus-Gemeinde,
Herbeder Straße 32, 58455 Witten
Eine-Welt-Gruppe St. Franziskus
www.hevener-buecherflohmarkt.de



Mit dem Erlös wird das Schulprojekt „Conasa“ der Partnergemeinde Sao Francisco in Bacabal in Nordost-Brasilien unterstützt.

„Kino im Café“

Geselliger Kinonachmittag bei Kaffee und Kuchen, Oberdorf 10, in der Innenstadt. Die Veranstaltung am Dienstag, **27. März**, beginnt um **15.30 Uhr** und endet ca. gegen 18.30 Uhr. **Eintritt und Verköstigung sind frei.** Wir bitten allerdings um Kartenreservierung aufgrund begrenzter Platzzahl und freuen uns über Spenden!

Kartenreservierungen sind 5 Tage vor dem Kino-Tag möglich beim Gemeindebüro: ☎ **02302/189950**

Nur in der Zeit von 9-13 und 15-18 Uhr am Do., Fr., Sa., Mo. anrufen! Am Kinotag sind keine Reservierungen mehr möglich!



Bommerholzer Osterfeuer am Ostersamstag „In der Mutte“

Auch in diesem Jahr werden die Frauen und Männer des Fördervereins der Freiwilligen Feuerwehr Bommerholz e.V. wieder ihr traditionsreiches und bei der Bevölkerung so beliebtes Osterfeuer veranstalten. Der schon im letzten Jahr durchgeführte Standortwechsel an den Anfang der Straße „In der Mutte“ in Bommerholz, direkt an der Ecke der Hiddinghauser Straße in Richtung Durchholz, hat gezeigt, dass man mit diesem Umzug goldrichtig lag und dieser von den Gästen wieder zahlreich angenommen wurde.

Natürlich, so der Chef des Fördervereins der Bommerholzer Feuerwehr Stefan Knöllner und Löscheinheitsführer Christian Lauterbach, bleibt es bei dem Angebot an die hoffentlich wieder einmal zahlreichen kleinen und großen Gäste, wie diese es in den vielen Jahren von den Frauen und Männern der Wehr sowie der Jugendfeuerwehr „Die Hölzer“ gewohnt sind. Man stellt sich wie immer bei der Herrichtung der Wiese und der Runde um das Feuer auf alle möglichen Wetterlagen ein, denn am 31. März des Jahres, auf den der diesjährige Samstag vor Ostern fällt, ist ja vom Schneefall bis hin zur schon etwas milden Frühjahrstemperatur so gut wie alles möglich.

Neben einer herzhaft natürlich auf Holzkohle gegrillten Bratwurst, in einem frischen Brötchen nur einmal so aus der Hand, werden die Frauen auch wieder das Waffeleisen heiß machen. Es werden zahlreiche alkoholfreie Getränke und natürlich ein kühles Bier aus der Flasche sowie ein heiß dampfender Glühwein im Pott angeboten.

Wer Schwierigkeiten hat, das Osterfeuer auf der Wiese „In der Mutte“ zu finden, kann sich ja an dem bekannten Festgelände orientieren, auf dem die Bommerholzer Wehr nun schon weit über einem halben Jahrhundert ihr alljährliches Waldfest feiert, welches, man sollte es sich schon einmal merken, in diesem Jahr wieder in der Mitte der großen Schulferien und zwar in der Zeit vom 3 bis 5 August stattfindet. Direkt unter diesem so bekannten Waldgelände werden die Wehrmänner am Ostersamstag um 18.00 Uhr das Osterfeuer anzünden.

Autofahrer können die zahlreichen Parkgelegenheiten entlang der „Hiddinghauser Straße“ und „In der Mutte“ nutzen. Die freiwilligen Feuerwehrleute raten ihren Gästen allerdings, ihr Auto zu Hause zu lassen. Besteht doch eine hervorragende stündliche Busverbindung der Linie 379, mit einer Haltestelle unmittelbar an der Wiese des Osterfeuers, aus dem die willkommenen Gäste aus Richtung Herbede und den Hölzern sowie aus Witten und Bombern ihr Ziel bequem erreichen.

Foto: Feuerwehr Pranskuweit

NEU:
Jetzt mit 9
Veranstaltungsräumen

Modernes Ambiente

- übernachten
- tagen
- feiern

Ideal auch für Familienfeiern!

UNSER ANSPRUCH IST ES, GUTE GASTGEBER ZU SEIN!

Unser Restaurant ist täglich für Sie von 12.00 bis 14.00 Uhr sowie von 18.00 bis 22.00 Uhr geöffnet!

Gerne nehmen wir Ihre Tischreservierung unter Telefon 02302/98488-0 entgegen.

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

Ausgabe 2018 liegt vor:

Märkte, Feste, Veranstaltungen

Ob das internationale A-Junioren-Fußballturnier in Ennepetal oder eine sonntägliche Stadtrundfahrt durch Wetter, ob der Hasslinghauser Nach(t)schlag in Sprockhövel, die Kneipennacht in Witten, ob Hattingen Live, die Herdecker Maiwoche oder die Gevelsberger Kirmes – auch 2018 laden zahlreiche Veranstaltungen zu einem Besuch an Ennepe und Ruhr ein. Darüber informiert der von der Wirtschaftsförderungsagentur Ennepe-Ruhr herausgegebene Veranstaltungskalender „Märkte, Feste & Veranstaltungen“.

Berücksichtigt wurden regional bedeutsame Stadtfeste und Kulturveranstaltungen, Sportereignisse sowie Bauern-, Trödel- und Weihnachtsmärkte. Aufgenommen wurden auch wieder Angebote, Thementouren durch verschiedene Städte sowie Radtouren und Museumsangebote. Alles gute Gründe, um vor der Freizeitplanung einen Blick in die 56-seitige Broschüre zu werfen. Der Veranstaltungskalender liegt ab sofort in den Rathäusern sowie den Touristinfos und Bürgerbüros im Ennepe-Ruhr-Kreis aus. Weitere Einzelheiten über die touristischen Angebote in der Region Ennepe-Ruhr finden Interessierte im Internet unter www.ennepe-ruhr-tourismus.de oder erhalten diese bei der EN-Agentur, Am Walzwerk 25, 45527 Hattingen, 02324/56480, info@en-agentur.de. pen



Café Vergessmeinnicht

Atempause für Demenzzranke und deren Angehörige

➔ Nächster Termin:
22. März, 15 – 17 Uhr

Witten-Mitte-Begegnungszentrum
Hans-Böckler-Straße 11

Infos und Anmeldung:

Anne Klar, Tel. 02302 28143-25

Kathrin Bromme, Tel. 02302 421131

AP - Pflegedienste GmbH
zu Hause fühlen - in Würde leben



Wir möchten unser Team vervollständigen und suchen Kollegen/ Kolleginnen, für die die Bewohner im Mittelpunkt stehen. Gestalten Sie unser neu eröffnetes Seniorenzentrum **Am Alten Rathaus** mit 38 Bewohnerplätzen im Herzen von **Witten-Herbede** mit als:

- **Pflegfachkraft (m/w) in Voll-/ Teilzeit**
- **Pflegekraft (m/w) in Voll-/ Teilzeit**
- **Hauswirtschafts- / Präsenzkraft (m/w) in Teilzeit**

WIR bieten Ihnen eine sichere und **unbefristete** Anstellung in einem **familiären** Umfeld, eine **leistungsgerechte** Vergütung, viele **Zusatzleistungen** und betriebliches **Gesundheitsmanagement!**

SIE verfügen über eine entsprechende Qualifikation, übernehmen gerne Verantwortung und möchten in einem motivierten Team gute Lebensbedingungen für Senioren gestalten?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Seniorenzentrum am Alten Rathaus – Wittener Straße 6 - 58456 Witten
Frau Goedtke 02302 28268-0 – goedtke@seniorenzentrum-witten.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 klei-

nes 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.

de mit dem **Stichwort „Preisrätsel Witten“**. **Einsendeschluss** ist der 21.3.2018. 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 Februar '18

Die Gewinner von jeweils 30€ sind: Dieter Wolf, Witten; Ulrike Hiby, Sprockhövel; Maria Scharlach, Hattingen. Image sagt herzlichen Glückwunsch.



1

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

2

Ihr Objekt machen wir sicher!

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

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

3

Heizöl

Tel.: 02302/91 4250

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

4

Paul Rybarsch

Kompetenz die Sie hören können

Hörgeräte

Witten Tel: 18071
Im Johannisviertel
Johannisstr.17
eigener Parkplatz

5

eins//sechs

werbeagentur

Ihr Weg zu einer
Top-Webseite:

einssechs.de/webseite

Thiestraße 7, 58456 Witten
☎ 02302 98183-10



Wencke Dittrich aus Witten qualifiziert sich für die Deutsche Make-up-Meisterschaft im Rahmen der „Beauty Düsseldorf“

Die zehn Teilnehmerinnen haben die Aufgabe, das Thema „Athleisure Wear“ zu schminken. Das soll monochrom und natürlich glänzend wirken, die Farben weich ausgeblendet werden

Die eingereichte Bewerbung überzeugte die Jury, und so wird Wencke Dittrich am Freitag, 9. März, von 11 Uhr an (Meeting Point, Halle 10) ihr Können beweisen. Die zehn Meisterschaftsteilnehmerinnen haben die Aufgabe, ein Make-up zum Thema „Athleisure Wear“ zu schminken.

Zur Mode des Labels Gy'Bell aus Deutschland haben die Teilnehmer des Wettbewerbs die Aufgabe, ein leichtes, zartes Make-up zu schminken. Das soll monochrom und natürlich glänzend wirken, die Farben weich ausgeblendet werden. Das Gesicht wird leicht grundiert und dezent konturiert. Wangenknochen, Kinn und Nasenrücken erhalten einen zarten Schimmer. Die Augen werden Ton in Ton zum Rouge geschminkt, ebenso die Lippen, die eine nur sanfte Kontur erhalten und in cremigem Alt-Rosé ausgefüllt werden.

Mit Geldpreisen und Pokalen dotiert

Die Siegerehrung der Deutschen Make-up-Meisterschaft erfolgt am Freitag, 9. März, gegen 16.45 Uhr am Meeting Point in Halle 10. Die drei ersten Plätze sind mit Geldpreisen und Pokalen dotiert. Gy'Bell ist ein junges, sportliches „Ready-to-Wear-Label“ aus Köln. Gegründet wurde die Marke 2009 von Isabell Schruf. Die diplomierte De-

signerin sammelte ihre Fachkenntnisse unter anderem an der „Köln International School of Design“, an der „Parsons The New School of Design“ in New York City, bei dem international renommierten New Yorker Label „Proenza Schouler“ und der Modezeitschrift „V Magazine“. Mit ihrer Liebe für die Auswahl besonderer Jersey-Stoffe schafft Isabell Schruf einzigartige Kleidungsstücke voller Charakter. Besonderheiten wie die offenen Nähte geben eine individuelle Note. Die Schnitte reichen von körperbetonten Leggings und Jersey-Röcken über Baggy-Pants bis hin zu überlangen Shirts, die nicht nur bequem sind, sondern in dezenter Form die körpereigene Silhouette betonen.

Praxisorientiertes Weiterbildungsprogramm

Die komplette Branche der Dienstleistungskosmetik trifft sich vom 9. bis 11. März bei der „Beauty Düsseldorf“. Über 55.000 Fachbesucher informieren sich über das Angebot von 1.500 Ausstellern und Marken aus den Bereichen Kosmetik, Nail, Fuß, Wellness und Spa. Neben Neuheiten und Trends sowie der Möglichkeit zu ordern erwartet die Besucher an den Branchentreffpunkten, am Meeting Point und im Trend-Forum ein praxisorientiertes Weiterbildungsprogramm mit mehr als 130 Programmpunkten sowie der Deutschen und Internationalen Make-up-Meisterschaft und verschiedenen Preisverleihungen.



Hubertus Mayer
Notar a.D. und
Rechtsanwalt



Matthias Mayer
Rechtsanwalt
Fachanwalt für
Verkehrsrecht
Fachanwalt für
Versicherungsrecht
Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht



Ronald Mayer
Notar in Sprockhövel
Rechtsanwalt
Fachanwalt für
Arbeitsrecht
Fachanwalt für
Erbrecht



Andreas Müller
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht
Tätigkeitsschwerpunkt:
Familienrecht



**Susanne
Jacobs-Tschorn**
Rechtsanwältin
Fachanwältin für
Verkehrsrecht



Sacha Léger
Rechtsanwalt
Tätigkeitsschwerpunkt:
Verkehrsrecht



Jeannine Scholz
Rechtsanwältin
Fachanwältin für
Familienrecht
Tätigkeitsschwerpunkt:
Arbeitsrecht



Sylvia Booz
Rechtsanwältin
Tätigkeitsschwerpunkt:
Erbrecht
Arbeitsrecht

Stadt sucht neue Schöffen

Sie urteilen über Schuld oder Unschuld

Die Stadt Witten sucht neue Schöffen für die Amtszeit vom 1. Januar 2019 bis zum 31. Dezember 2023. Wer das Ehrenamt ausüben möchte, muss zwischen 25 und 69 Jahre alt sein, die deutsche Staatsbürgerschaft besitzen, in Witten wohnen, und darf selbst nicht vorbestraft sein.

Vorschläge können bis Donnerstag, 15. März, beim Rechtsamt im Rathaus (Brauckstraße 14, oder per E-Mail an rechtsamt@stadt-witten.de) eingereicht werden. Benötigt werden dafür der vollständige Name, Geburtsdatum und -ort, die deutsche Staatsangehörigkeit, Angaben zum Beruf und die Anschrift.

Ein entsprechendes Bewerbungs- und Vorschlagsformular findet man auf der Internetseite www.witten.de: rechts im Infokasten „Bürger-service“ auf „Formulare/Merkblätter“ klicken, und dann unter „S“ wie Schöffenwahl. Nähere Informationen gibt es unter Ruf 5 81 30 02 bei Birgit Haase.

Ehrenamtliche Richter

„Sie wirken im Strafverfahren mit, urteilen über Schuld oder Unschuld eines Angeklagten und verfügen über gleiches Stimmrecht wie die Berufsrichter“, erklärt Birgit Haase vom Rechtsamt der Stadt Witten. Durch die Teilnahme des Volkes an der Rechtsprechung diene das Amt einem besseren Verständnis der Gerichtsbarkeit und solle das Vertrauen in die Justiz stärken. „Darüber hinaus bringen die Laienrichter aber auch noch eigene nichtjuristische Überlegungen, Lebens- und Berufserfahrung und eine spezielle Sachkunde in den Entscheidungsprozess ein“, sagt Birgit Haase.

Gemeinden sind verpflichtet, in jedem fünften Jahr eine Vorschlagsliste für Schöffen aufzustellen. Üblich ist, dass unter anderem die im Rat vertretenen Parteien und Wählergruppen Personen benennen, die sie für geeignet halten. „Es ist aber nicht erforderlich, einer Partei oder Organisation anzuhören“, betont Birgit Haase.

Zahlen aus dem Standesamt

Drei Partnerschaften in Ehen umgewandelt

233 Geburten registrierte das Standesamt der Stadt Witten im ersten Monat des Jahres, im Januar. 114 Mädchen und 119 Jungen kamen auf die Welt. Im gleichen Zeitraum gab es 136 Sterbefälle: 62 Frauen und 74 Männer.

Weitere Daten, die im Standesamt erfasst werden: 12 Paare haben geheiratet und drei Lebenspartnerschaften wurden in Ehen umgewandelt. 223 Ehen wurden geschieden oder durch Tod aufgelöst. 42 Männer erkannten ihre Vaterschaft an.

111 Änderungen der Religionszugehörigkeit und 56 Namensänderungen (in der Ehe; nach Auflösung der Ehe; für Kinder) wurden registriert. Bei 46 Kindern wurde die Abstammung geändert und festgestellt und 7 Kinder wurden adoptiert.

Fackelwandern

Das Stadtmarketing meldet freie Plätze bei zwei Fackelwanderungen durchs Muttental, die wegen des Sturmtiefs Friederike verschoben werden mussten und jetzt nachgeholt werden sollen: Samstag, 3. März, mit Grünkohl-essen, am 4. März, ohne. Beide Touren beginnen um 19 Uhr. Anmeldungen: „Tourist & Ticket Service“, Rathausplatz, Ruf 194 33, www.stadtmarketing-witten.de.

Rathausturm: Die Uhren laufen wieder rund

Bemerkte? Für einige Tage standen die Uhren des Rathausturms still. Mindestens an einer Seite sogar auf zehn vor zwei, sodass Zeiger und Zahlenkreis des Ziffernblattes an ein lächelndes Gesicht erinnern – weshalb Uhren in Geschäften und in der Werbung oft diese Uhrzeit anzeigen. Lustig war der Grund dafür allerdings nicht: Sturm „Friederike“ hatte an zwei Seiten des Turms Zei-

Veranstaltungen im März

für Mitglieder des Kinder-Verkehrs-Clubs der Verkehrswacht Witten



7.3., 16 Uhr

Vorlesestunde (3-9 Jahre)

Bibliothek Witten, Husemannstraße 12

19. und 26.3.,
17-18 Uhr

Radfahrerschule „Sattelfest“ (5-9 Jahre):

Radfahrtraining für Anfänger

Beide Termine bauen aufeinander auf.

Schulhof Hellwegschule

24.3., 10-14 Uhr

Ein Tag mit Werner Wiesel (3-9 Jahre) Natur

mit allen Sinnen erleben. Kostenbeitrag 2,50

Euro für Würstchen, Brötchen und Getränk.

Walderlebnisschule Bochum



Kindererziehung und Berufstätigkeit unter einen Hut zu bringen, ist besonders für Alleinerziehende schwierig. Viele scheitern daran und sind mit ihren Kindern auf Hartz-IV-Leistungen angewiesen. Im „Aktivcenter für Alleinerziehende“, das die AWO EN schon seit einigen Jahren in Witten im Auftrag des Jobcenters EN betreibt, finden sie umfassende Hilfe. Die Projektmitarbeiterinnen Beate Schwarz und Susanne Vogt (v.l.) unterstützen bei der Suche nach Arbeit, Ausbildung, Kinderbetreuung und der Alltagsorganisation. Dass das Aktivcenter ein qualitativ hochwertiges Angebot ist, wurde jetzt auch wieder vom TÜV bestätigt. Christopher Muschalla (r.) aus dem AWO Fachbereich „Arbeit und Qualifizierung“ dankte TÜV-Prüfer Dr. Bernd-Dietmar Lepow für das erteilte Qualitätssiegel.

Neue Trödelsaison beginnt

11. März

Die Wittener Sonntagströdelmärkte beginnen Sonntag, 11.

März, die neue Saison. Das Stadtmarketing veranstaltet Trödelmärkte bis Oktober immer an jedem 2. Sonntag im Monat. Kostenlose Standplätze bekommen Kindergärten, Schulen, sozialen Einrichtungen und Initiativen. Diese können hier etwa Kaffee und Kuchen verkaufen. Weitere Informationen unter www.stadtmarketing-witten.de

ger verbogen. Damit durch deren „unrunde“ Laufen nicht die Mechanik beschädigt würde, legte man die Turmuhren zeitweise still. Am Freitag, 16. Februar, hat sich dann ein Fachmann abge-seilt und die Zeiger gerichtet, so dass die Uhren nun wieder ihre Runden drehen können.

Rückblick: Seit Ende Oktober 2017 waren auf allen vier Seiten des Rathausturms die römischen

Ziffern des Uhrenblattes – inklusive der speziellen Vier – wieder sichtbar und strahlten bei Sonnenschein wunderbar golden. Am 6. November wurden auch die beiden Zeiger und natürlich die Zeigerwellen von einer Fachfirma montiert. Im Mai 2017 waren alle äußeren Elemente der Uhr waren im Zuge der Turmsanierung demontiert worden, um denkmalgerecht erneuert zu werden.

Ab sofort können Backhaus-Kunden „kontaktlos“ zahlen

Chip nach oben oder nach unten? Wer mit Karte zahlt, stellt fest: Es herrscht Verwirrung

„Keine PIN, kein Kontakt – kein Problem“ lautet das Motto eines neuen Bezahlfahrens. Es macht Geld-Transaktionen für Kunden und Händler leichter.

Wer mit Karte zahlt, stellt häufig fest, dass die kleinen Illustrationen im Display des Bezahlterminals mitunter eher Verwirrung stiften, als dass sie hilfreich wären. Leichter und vor allem viel bequemer geht das Bezahlen ganz ohne Kontakt.

Nicht nur der Lebensmitteleinzelhandel und große Filialisten akzeptieren vermehrt die kontaktlose

Karte – seit kurzem bietet auch die Wittener Bäckerei „Backhaus“ ihren Kunden diese bequeme Zahlungsweise und hat damit sehr gute Erfahrungen gemacht.

„Bargeld-Zahlungen sind nicht unproblematisch: Beim Bäcker, Friseur oder Fleischer fallen Berge von Kleingeld an, die entsorgt und natürlich auch besorgt werden müssen“, sagt Thomas Schröter, Marketingleiter bei der Volksbank Bochum-Witten. Auch Backhaus-Geschäftsführerin Iris Graßhoff bestätigt: „Das Zählen kostet Zeit, außerdem bedeutet die

Handhabung von ‚sauberer‘ Ware und ‚unsauberem‘ Kleingeld einen Mehraufwand, um hygienisch einwandfrei zu arbeiten. Vom neuen Verfahren profitieren wir, und für unsere Kunden wird es noch einfacher, das Bezahlen geht noch schneller als früher, da insbesondere für Beträge unter 25 Euro noch nicht einmal die Geheimzahl benötigt wird.“

Möglich ist das kontaktlose Zahlen durch die Near-Field-Communication-Technologie (NFC). Dabei ist das kontaktlose Bezahlen genauso sicher wie die bisherige Kartenzah-

lung. Kontaktlose Terminals können nur eine Transaktion zu derselben Zeit vornehmen. Weiterhin ist der Höchstbetrag zum mehrmaligen, kontaktlosen Bezahlen ohne PIN begrenzt, in der Regel auf 100 Euro. Ist dieser Höchstbetrag erreicht, muss bei der nächsten kontaktlosen Zahlung, egal ob unter oder über 25 Euro, die PIN eingegeben werden. „Nach mehreren, aufeinanderfolgenden Transaktionen ohne PIN-Eingabe muss der Kunde die Zahlung via PIN legitimieren“, sagt der Spezialist für elektronische Bankdienstleistungen der Volksbank, Jan Rozek. „Ab 2018 soll die Girocard ihren Platz auf dem Smartphone finden. Der NFC-Leser kann auch Daten durch die Antenne des Handys empfangen“, sagt Jan Rozek. „Dazu reicht es aus, das Handy im Sperrbildschirm an das Lesegerät zu halten.“

Dass diese neue Technik rege Verwendung findet, bestätigt auch Iris Graßhoff, Geschäftsführerin von Backhaus: „Sowohl jüngere aber zunehmend auch ältere Kunden zahlen bei uns gerne mit Karte. Ich bin mir sicher, dass besonders die junge Generation, die heute schon All-in-one-Geräte nutzt, künftig zum Bezahlen einfach ihr Smartphone nutzen wird – auch bei uns.“ Bei der Anschaffung eines NFC-fähigen Terminals rät Jan Rozek dazu, nicht nur nach dem Preis zu schauen: „In vielen Fällen werden Datenübertragung und die Betreuung in Form einer Hotline extra berechnet. Das ist bei uns alles inklusive. Hinzu kommt: Es geht um die eigenen Einnahmen und die sollte man nicht irgend jemandem anvertrauen.“



Jan Rozek, Spezialist Zahlungsverkehr im Hause der Volksbank Bochum Witten, beim kontaktlosen Bezahlen seiner Brötchen im Backhaus an der Kreuzung Westfalen- und Dortmunder Straße. Bedient wird er von Geschäftsführerin Iris Graßhoff.

EIWEISSBROT

LOW CARB & VEGAN

Wer gerne Brot isst, aber weitestgehend auf Kohlenhydrate verzichten will, für den ist unser Eiweißbrot genau das Richtige. Es liefert jede Menge Energie, ist vegan und enthält wertvolle Inhaltsstoffe.

Alle wichtigen Nährwertangaben findest du auf unserer Homepage. Besuche uns auf: www.backhaus.nrw





Sabine Stock – Praxis für Energietraining

„Therapeutic Touch“ ist eine sanfte
Behandlungsform aus alten Heil-
methoden und modernen Erkennt-
nissen.

Sabine Stock hat 2014 an der „International School of Therapeutic Touch and Energy“, Dr. Imre Kerner in Haltern, eine Ausbildung zur Energietrainerin absolviert und 2004 eine Ausbildung zur Seminarleiterin für Atementspannung an der Schule für Naturheilkunde, Jolande Gorny in Oberhausen. Sie nimmt regelmäßig an Fortbildungen teil.

Sie entstand an der New Yorker Universität für Krankenpflege. Nicht nur im Pflegebereich findet diese Methode ihren Einsatz. Sie entwickelt sich stets weiter für die Bedürfnisse in der heutigen Zeit, zur Stressvorbereitung. Gezielt werden Verspannungen gelöst und die Selbstheilungskräfte gefördert. Leichte Körperübungen für Zuhause unterstützen Vitalität und Lebensfreude.

Sabine Stock
Praxis für Energietraining –
Therapeutic Touch – Atementspannung
Therapeutic Touch



Raus aus dem Alltag. Finden Sie Ihre Auszeit.
Sie sind die wichtigste Person in Ihrem Leben!

Gezielte Lösung von Ver-
spannungen und Förderung
der Selbstheilungskräfte!

Terminvereinbarung unter:
02302-1781764 oder 0176-54443603
Flexible Zeiten buchbar - 30 bis 60 Minuten



Die Herbeder Straße bleibt bis Ende Mai halbseitig gesperrt

Bis voraussichtlich zum 24. Mai ist die Herbeder Straße halbseitig gesperrt, weil dort ein Hang gesichert wird. Baumaschinen stehen auf der Fahrbahn und benötigen auch Platz zum Rangieren. Die Straße bleibt in beide Richtungen befahrbar. Der Verkehr wird durch eine mobile Ampel geregelt. Zu den Hauptverkehrszeiten ist mit Verkehrsstörungen zu rechnen. Deshalb bitte die Stadt ortskundige Kraftfahrer, die Baustelle großräumig zu umfahren.



Vortrag über die Leistungsprüfung

Zu einer Vortragsveranstaltung mit dem Thema „LPO 2018“, die Buchstaben stehen für „Leistungs-Prüfungs-Ordnung“, hatte der Reit- und Fahrverein Witten in Kooperation mit dem Birkenhof auf die Reitanlage Birkenhof geladen. Annähernd 40 Teilnehmer, auch aus den Nachbarvereinen, zeigten großes Interesse an den Ausführungen von Daniel Stegemann, Vorstandsmitglied im Pferdesportverband Westfalen, der es geschafft hatte, in seinem Referat den auch aus einer Sicht trockenen Stoff gut rüber zu bringen.

Er hat dabei den wichtigen Gesichtspunkt Tierschutz in der neuen LPO gut verdeutlicht, ebenso wie alle wesentlichen Änderungen für den Turniersport. Alle anwesenden Turnierreiter und Vorstandsmitglieder haben die vielfältigen und umfangreichen Änderungen und Neuerungen mit großem Interesse aufgenommen.

Selbsthilfe-Kontaktstelle Gruppen in der Gründungsphase

In der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Witten befinden sich folgende Gruppen in der Gründungsphase:

- Depressionen und Ängste für Angehörige
- Soziale Phobie
- Multiple Sklerose

Weitere Infos: Selbsthilfe-Kontaktstelle, Telefon 023 02/1559.



zweiradposdziech

SERVICE BIKES PARTS

Sduro
Trekking 6.0



**Ihr Fachmann
RUND UMS RAD**

Alte Bahnhofstr. 23 · 44892 Bochum
Tel.: 0234 287264

Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9 - 13 u. 15 - 18.30 Uhr
Samstag 9 - 13 Uhr
www.zweirad-posdziech.de

Partner für die Ferienspiele

Die Stadt Witten sucht noch Partner für die Ferienspiele 2018. Vereine, Organisationen oder Freizeiteinrichtungen können sich ab noch bis Freitag, 2. März, mit ihren Ideen an Andrea Hold vom Amt für Jugendhilfe und Schule wenden, und zwar Telefon 023 02/581 52 50 oder E-Mail an andrea.hold@stadt-witten.de

www.teufolino.de

teufolino®

Pizza, Pasta & mehr

BESTELHOTLINE:
0 23 02 - 278 33 63

Bestellungen ab 6,95 € frei Haus

Ruhrstraße 38 · 58452 Witten

Frühlingserwachen

in und vor der StadtGalerie
10. März 2018, 10 – 16 Uhr



Wir möchten mit Ihnen den Frühling begrüßen und laden Sie zum Bummeln und Genießen ein!

- Kunsthandwerk mit nicht nur österlichen Geschenkideen
- Genussecke mit klassischen und frühlingshaften Leckereien (innen eine Verzehrecke mit Sitzmöglichkeit!)
- Wein, Bier & Co. von unserem Getränkewagen
- Kaffeespezialitäten direkt vom Coffee-Bike
- Mal-Aktion „Frühling“ für Kinder
Eine Jury ermittelt die schönsten gemalten Bilder und es gibt tolle Preise für euch zu gewinnen. Mitmachen lohnt sich!
- Es werden Blumensamen und Frühlingsknollen verteilt! (solange der Vorrat reicht)



Comenius für fairen Handel Erste Schule: Berufskolleg bekommt Siegel

Für seine Bemühungen um Nachhaltigkeit und den Einsatz für fairen Handel hat das Comenius-Berufskolleg der Diakonie am Schwesternpark als erste Schule in Witten das Siegel „Fairtrade-Schule“ der „Initiative Fairtrade Deutschland“ erhalten.

„Als evangelisch-diakonische Einrichtung ist uns die Bewahrung der Schöpfung ein wichtiges Anliegen“, sagt Schulleiter Uwe Gronert. „Deshalb möchten wir den verantwortungsbewussten Umgang mit Ressourcen fördern.“

Eine Arbeitsgruppe, der neben dem Schulleiter und drei weiteren Lehrkräften auch fünf Schüler angehören, hat Konzepte entwickelt, wie sich die Idee des fairen Handels an der Schule umsetzen lässt. Dazu wurde ein Fairtrade-Kompass erstellt, der sich auf die Tradition der evangelischen Kirche und das Konzept der Nachhaltigkeit bezieht. Für die Pausenverpflegung setzt das Comenius-Berufskolleg auf Produkte aus fairem Handel: Im Lehrerzimmer stehen Schokolade, Kekse, Teebeutel und Kaffeepads bereit. Einmal in der Woche wird in der Schule ein Verkaufsstand aufgebaut, an dem Mitglieder der Fairtrade-AG entsprechende Produkte anbieten. Bei Arbeitstreffen, Sitzungen und bei der Bewirtung von Gästen kommen Snacks aus fairem Handel auf den Tisch.

Nachhaltigkeit und Globalisierung

Nachhaltigkeit, Globalisierung und fairer Handel sind auch Themen im Unterricht. So haben sich zum Beispiel die Berufspraktikanten, die demnächst die Erzieherausbildung beenden, damit beschäftigt, wie sich dies im Kindergarten umsetzen lässt. Bei besonderen Anlässen gibt es ebenfalls Aktionen zum Thema fairer Handel, zum Beispiel beim Info-Tag, an dem die Schule ihre Ausbildungsgänge vorgestellt hat. Das Comenius Berufskolleg beteiligt sich zudem an der Arbeitsgruppe „Fairtrade-Town“ der Stadt Witten und kooperiert mit dem Weltladen Witten sowie dem Amt für „Mission, Ökumene und kirchliche Weltverantwortung“ (Möwe) der Evangelischen Kirche von Westfalen in Dortmund.



Referentin Annika Patz (von links) übergibt für „Fairtrade Deutschland“ das Siegel „Fairtrade-Schule“ an Marie-Christin Luper, Pfarrer Wolfram Gauhl, Lisa Niederste-Osthold, Lehrerin Britta Eichberg, Bürgermeisterin Sonja Leidemann, Rosi Mühl, Yasemin Poth, Julienne Godehardt, Schulleiter Uwe Gronert und Wolfgang Schneider (Weltladen Witten). Foto: Gorny/Diakonie

„Frühlingserwachen“ findet erstmals vor Galerie statt

Planerin möchte Lust auf Bummeln und das Genießen kleiner Leckereien machen

Erstmals in diesem Jahr findet der Frühlingserwachen in und vor der „StadtGalerie“ unter dem Namen „Frühlingserwachen“ statt. Die StadtGalerie und die Eventplanerin möchten Lust auf Bummeln und das Genießen kleiner Leckereien machen. Fürs Bummeln und kleine Ostergeschenke stehen Kunsthandwerker mit ihren Ständen in und vor der Galerie. Die Leckereien werden angeboten vom „Jever Krog“, der mit Reibekuchen, Erbsensuppe und einem frühlingshaft gefüllten Hähn-

chenfilet dabei ist. Der Koch der „Stadtschänke“ möchte mit einem Fischstrudel und Frühlingssalat, Soljanka und etwas leichtem wunderbar Süßem verwöhnen. „Der Wilde Grill“ ist mit Wildschwein-Bratwurst und Wild-Frikadelle dabei sowie mit einem Getränkewagen. Damit es bei der aktuellen Wetterprognose beim Essen nicht zu kalt wird, gibt es direkt im vorderen Bereich im Erdgeschoss genügend Sitzfläche. Man kann sich das Essen auch zum Sitzplatz bringen lassen.



Die Bestandsmieter unterstützen das Sanierungsprojekt durch Zusagen für die verbleibenden Flächen. So hat sich beispielsweise „Deichmann“ als langfristiger Nutzer eine vergrößerte Fläche von rund 600 Quadratmetern gesichert.

„TK Maxx“ wird Ankermieter Umbau „StadtGalerie“ beginnt im Frühjahr

Das geplante Sanierungsvorhaben für die „StadtGalerie Witten“, das Innenstadt-Einkaufszentrum mit einer Mietfläche von 24 000 Quadratmetern, hat einen wichtigen Stand erreicht: Der Termin für den Beginn der Umbauarbeiten in der Galerie steht fest. Sie beginnen in diesem Frühjahr.

„TK Maxx“ wird neuer Großmieter und kann durch die Neugestaltung der Flächenaufteilung des Einkaufszentrums rund 2 200 Quadratmeter langfristig anmieten. Darüber hinaus unterstützen die Bestandsmieter das Sanierungsprojekt durch Zusagen für die verbleibenden Flächen. So hat sich beispielsweise „Deichmann“ als langfristiger Nutzer eine vergrößerte Fläche von rund 600 Quadratmetern gesichert. Die „StadtGalerie“ wurde im Dezember 2013 von „Curzon Capital Partners III“, einem von „Tristan Capital Partners“ betreuten Fonds, mit dem erklärten Ziel erworben, das Zentrum zusammen mit einem sogenannten Retail-Asset-Management-Experten aus Frankfurt, nämlich „Kintyre“, neu zu positionieren.

Erste Phase abgeschlossen

Die erste Sanierungsphase wurde 2015/2016 nach einer Neugestaltung des Untergeschosses erfolgreich abgeschlossen. „Saturn“ und „Intersport“ haben hier langfristige Mietverträge abgeschlossen. Der Bauantrag für die laufende zweite Sanierungsphase wurde bereits eingereicht. Die Bauarbeiten sollen im Frühjahr dieses Jahres beginnen und bis Anfang 2019 abgeschlossen sein. Zu diesem Zeitpunkt wird „TK Maxx“ sein erstes Geschäft in Witten eröffnen. Während der Bauarbeiten wird die „StadtGalerie Witten“ geöffnet bleiben. Weitere Einzelheiten des Bauvorhabens werden mit den Mietern und den anderen Beteiligten in den kommenden Wochen besprochen.

Wie verliebt sind wir in uns selbst?

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

„Narzissmus beschreibt ‚eine übersteigerte Form der Liebe zur eigenen Person. Wir unterscheiden den ‚grandiosen Narzissten‘ (also jenen, der sich selbst als einzigartig und wichtig wahrnimmt) von dem ‚vulnerablen‘, also verletzlichen Narzissten. Letzterer weist ein geringes Selbstwertgefühl auf, neigt zu Neid, Scham, Depressivität. Eine Person kann aber auch zwischen diesen beiden Polen wechseln“, erklärt Dr. Willi Martmüller.

Ausgeprägter Narzissmus kommt bei Männern häufiger vor als bei Frauen (Metastudie Grijalva 2015). „Jeder Mensch trägt narzisstische Züge in sich. Problematisch wird es, wenn diese eine immer größe-

Hirnsubstanz haben als andere (Röpke). Sie erkennen das Leid anderer, es lässt sie aber kalt! Narzisstische Männer findet man auf der Weltbühne beispielsweise in der Politik. In diesem Zusammenhang möchte ich auch den Begriff ‚Histrioniker‘ einführen – ein Mensch, der gern im Mittelpunkt steht und alles dramatisch ausschmückt, eben eine gute Show liefert – er ist ein Schauspieler. Der weibliche Narzissmus kennzeichnet sich durch Hunger nach Anerkennung und Bewunderung, nach Bärbel Wardetzki oft mit Unzufriedenheit des Aussehens bis hin zu einem gestörten Essverhalten gekoppelt.“

Man wird, so Martmüller, nicht als Narzisst geboren. „Liegt in der frühen Kindheit eine Störung zur Bezugsperson vor, kann sich der Narzisst herausbilden. Wenn in der Er-



Dr. med. Willi Martmüller

Narziss – vor Liebe zu sich selbst vergehen

Der Dichter Ovid erzählt die Geschichte von Narziss, der nur sein eigenes Spiegelbild liebte. Er vergeht vor lauter Liebe zu sich selbst und findet dadurch sogar den Tod. Prominente Beispiele, die als Narzissten bezeichnet werden: Silvio Berlusconi („Mit mir kann sich keiner vergleichen, nicht in Europa und nicht in der Welt.“), Uwe Barschel und Helmut Kohl. Der Narzisst sucht erst in der Krise Hilfe, wobei der Therapiegrund dann in der Regel ein anderer ist. Die Therapie ist schwierig, sieht sich der Narzisst durch die Behandlung oft in seinem Selbstwert bedroht.

re Dominanz entwickeln bis hin zur behandlungsbedürftigen Form der narzisstischen Persönlichkeitsstörung. Trifft man auf einen grandiosen Narzissten, so wirkt dieser auf andere im Erstkontakt selbstbewusst und erfolgreich, kurzum: Er kommt gut an. Bei näherem Kontakt macht seine gesteigerte Selbstliebe, verbunden mit der Abwertung anderer Personen und dem Kreisen nur um das eigene Selbst eine partnerschaftliche Beziehung unmöglich. Narzissten sind zu emotionaler Empathie nicht fähig. Wir wissen, dass sie in dem Hirnbereich, der für das Mitgefühl verantwortlich ist, weniger zellreiche graue

ziehung die Erwachsenen-Wünsche mit dem Überversorgen des Kindes kombiniert werden, ist der Nährboden für den Narzissten bereitet.“ (Freud, Brummelmann). Ebenso problematisch ist es, das Kind nicht oder zu wenig zu beachten. Sein Selbstwertgefühl wird sich als instabil und extrem abhängig von anderen erweisen.

„Die Narzissmuswerte in der Jugend steigen kontinuierlich, befeuert durch Medien, in denen wir uns selbst darstellen und uns einer Technik bedienen, dem anderen mehr Schein als Sein zu vermitteln. ‚Ein Image und ein Mensch sind zweierlei‘ (Elvis Presley).“ anja



Meike Albers (von links), Sopran; Artur Grywatzik, Bass; und Katharina Grasser, Klavier; begeisterten das Publikum. Foto: Andreas Vincke

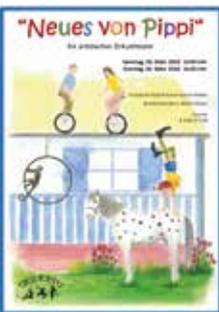
Hochkarätiges Konzert begeisterte Zuhörer

Mit einem hochkarätigen Konzert hat das „Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser“ das Jahr eingeläutet. Die preisgekrönten Musiker Meike Albers (Sopran), Artur Grywatzik (Bass) und Katharina Grasser (Klavier) begeisterten mit Liedern, Arien und

Szenen aus Oper, Operette und Musical die Zuhörer im vollbesetzten Café „Am Schwesternpark“. Dabei konnte Einrichtungsleiter Andreas Vincke neben Bewohnern, Mietern und Angehörigen der Feierabendhäuser auch zahlreiche neue Gäste begrüßen.

Zirkustheater

Pippi Langstrumpf ist das Thema des neuen Zirkustheaterstücks, das die „Circus Academy Witten“ vorbereitet hat. Aufgeführt wird es Samstag und Sonntag, 3. und 4. März, jeweils ab 16 Uhr im Saal der Rudolf Steiner Schule Witten, Billerbeckstraße 2.



Über 50 Schüler im Alter zwischen 9 und 14 Jahren studieren unter der Leitung der beiden Artisten Isabel Anobian und Pablo Giese an der Rudolf-Steiner-Schule Witten ein vielfältiges Programm

ein, von Jonglage über Boden-Akrobatik und Einrad-Kunststücken bis hin zu Artistik am Vertikaltuch und Trapez. Das Besondere: Angelehnt an die beliebte Kindergeschichte „Pippi Langstrumpf“ von Astrid Lindgren führen die aus diesen Erzählungen bekannten Figuren und Orte als roter Faden durch das Programm. Durch diese Kombination eignet sich das Zirkustheater gut für einen kurzweiligen Familiennachmittag.

Wer auf den Stadtteil schaut

Damit Interessierte den Überblick behalten

Stadtteilforum Heven: Jetzt schon den 13. März vormerken: Möglichkeiten, sich als Bürger in Wittener Entwicklungen einzubringen, gibt es dieser Tage reichlich. Damit alle Interessierten den Überblick behalten und gut planen können, weist die Stadtverwaltung schon frühzeitig auf das nächste Stadtteilforum und seinen Termin hin.

Wer auf den Stadtteil Heven und das Stadterneuerungsgebiet Heven-Ost/Crengeldanz (HOC) schauen möchte, ist Dienstag, 13. März, herzlich in den Saal der evangelischen Christuskirche (Trinitatis-Gemeinde), Gemeindezentrum Sandstraße 12, eingeladen. Los geht's dort um 18.30 Uhr, voraussichtliches Ende ist um 21 Uhr.

Seit Ende 2014 ist Heven-Ost/Crengeldanz ein Stadterneuerungsgebiet und wird im Städtebauförderungsprogramm „Soziale Stadt“ gefördert mit dem Ziel, die städtebauliche Situation aufzuwerten und den gesellschaftlichen Zusammenhalt zu stärken. Ende Februar hat das Stadterneuerungsbüro des Quartiersmanagements an der Sprockhöveler Straße eröffnet.

Zwei wichtige Bausteine

Das Team wird sich auf dem Forum vorstellen und zwei wichtige HOC-Bausteine erläutern: den Verfügungsfonds und das Bürgergremium. Im Vorfeld des Stadtteilforums ist der Leiter der Koordinierungsstelle Stadtentwicklung, Ralph Hiltrop so zu erreichen: Ruf 0 23 02/5 81 10 25, E-Mail an ralph.hiltrop@stadt-witten.de.

Eingerichtet wird nicht nur ein Verfügungsfonds (insgesamt 87 000 Euro bis 2020), dessen Mittel dann von Vereinen, Verbänden und von Einzelpersonen beantragt werden können. Eingerichtet wird auch ein Bürgergremium, das für die Vergabe der Mittel zuständig ist und den gesamten Stadterneuerungsprozess begleitet. Bürger sind aufgerufen sich bis zum 12. März beim Quartiersmanagement zu melden: E-Mail an quartiersmanagement@witten-hoc.de.

Verwaltung prüft Phase

Sicher Straße queren

Ampelschaltung Sprockhöveler Straße: Der Verkehrsausschuss beauftragt die Verwaltung zu prüfen, ob die Grünphase für Fußgänger an der Fußgängerampel auf der Sprockhöveler Straße in Höhe der Kronenschule so verlängert werden kann, dass auch Kinder und Senioren sicher die Straße queren können. Zudem soll geprüft werden, inwiefern die Ampelschaltung mit der Schaltung der Kreuzung Hellweg/Kronenstraße abgestimmt und synchronisiert werden kann

Anwohner haben darauf hingewiesen, dass die Grünphase für Fußgänger an der Fußgängerampel knapp gemessen ist, so dass Kinder und Senioren eine Überquerung der Straße bei grün nicht bewältigen können. Zudem sei die Schaltung der Fußgänger Ampel nicht abgestimmt mit der Ampel der nahe liegenden Kreuzung Hellweg/Kronenstraße.

Eingeweiht

Heven-Ost: Das Quartiersmanagement hat Ende Februar sein Büro eröffnet. Endlich war es soweit: Das Quartiersmanagement Heven-Ost/Crengeldanz eröffnete sein neues Büro in der Sprockhöveler Straße 28. Bürgermeisterin Sonja Leidemann und Stadtbaurat Stefan Rommelfanger hatten Bürger zur Einweihung ein geladen.

Mit der Eröffnung des Büros nimmt die Stadteilerneuerung erst richtig Fahrt auf. Denn von nun an wird es nicht nur die Arbeitsstätte des Quartiersmanagements sein, sondern auch erste „Anlaufstelle“ für alle Bürger im Quartier. „Wir freuen uns darauf, Sie an diesem Tag begrüßen zu dürfen und Sie bei einem Kaffee und einem Stück Kuchen näher kennenzulernen“, hatten Gisela Sichelschmidt und Rolf Kappel in einer Einladung geschrieben.

Wer mal vorbeikommen möchte, soll dem Quartiersmanagement bitte eine Rückmeldung geben. Kontakt: quartiersmanagement@witten-hoc.de oder telefonisch unter 01 77/6 44 81 89.

Neuer Geschäftsführer „Wir machen Ihren Urlaub zum Vergnügen“



Wolfgang Korzak ist der neuer Geschäftsführer der „Delgado Freizeit GmbH“.

Wolfgang Korzak, neuer Geschäftsführer der „Delgado Freizeit GmbH“ in Wuppertal-Ronsdorf, und sein Team freuen sich auf Kunden-Besuch beim diesjährigen Frühlingsfest. Viele interessante Angebote sowie Spaß für Groß und Klein erwarten die Gäste. „Ob Kaufen, Mieten, Service und Ersatzteile, wir unterstützen Sie kompetent mit Rat und Tat. Wir freuen uns auf zwei erlebnisreiche Tage mit Ihnen“, sagt Wolfgang Korzak.



Auch in diesem Jahr haben die teilnehmenden Museen und Vereine wieder ein abwechslungsreiches Programm vorbereitet wie im Bild am Bethaus. Foto: Stadt Witten

Familienspaß in der Natur „Muttentalfest im herrlichen Ruhrtal“

Ostern im Muttental: Das Wittener Stadtmarketing beschreibt die Feiertage und das besondere Fest dazu so: „Machen Sie am Sonntag, 25. März, einen Sonntagsausflug und feiern Sie mit uns von 11 bis 18 Uhr das schöne Muttentalfest im herrlichen Ruhrtal.“

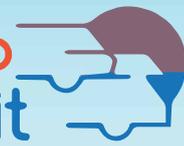
Und weiter heißt es unter anderem: „Bimmelim, bimmelim... Bitte einsteigen. Die Bimmelbahn sorgt für Fahrspaß und tolle Perspektiven auf die schöne Landschaft und einzigartige Industriekultur in diesem geschichtsträchtigen Tal. Wir zeigen die schönsten Seiten der Wiege des Bergbaus.“

Besonders Kinder lieben das Muttentalfest mit den tollen Bastel- und Spielstationen. Natürlich hat sich das Team vom Stadtmarketing wieder viel ausgedacht. Es wird noch nicht alles verraten.

Nur so viel: Kurz vor Ostern besucht der Osterhase das Fest mit vielen bunten Eiern im Gepäck, und die Osterolympiade sorgt für Spaß und Spannung. Das fröhliche Stimmungsbarometer steigt noch weiter mit Musik und leckerem Essen. So bleibt der Sonntag den Besuchern bestimmt in schöner Erinnerung. Das Muttentalfest ist ein Osterausflugstipp für die ganze Familie.

Auch in diesem Jahr haben die teilnehmenden Museen und Vereine wieder mit viel Engagement ein schönes Programm und verschiedenste Aktionen für die ganze Familie organisiert und geben einen Einblick in die vielfältige, oft ehrenamtliche Arbeit, die einen wichtigen Beitrag zum Erhalt des Muttentals leistet: Bethaus der Bergleute; LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall; Sauerländischer Gebirgsverein im Steigerhaus und das Zechenhaus Herberholz

Delgado
Freizeit



Einladung!

Wir laden Sie herzlich zu unserem Frühlingsfest ein. Wir machen Ihren Urlaub zum Vergnügen.

Von Samstag, den 17. März bis Sonntag, den 18. März 2018. Von 10:00 Uhr bis 17:00 Uhr.

Weitere Infos zum Fest, finden Sie auf unserer Homepage unter: www.delgado-freizeit.de
Ihr Reisemobil und Wohnwagen Händler in **Wuppertal-Ronsdorf**. Wir freuen uns auf Sie.

VERKAUF | VERMIETUNG | SERVICE | WERKSTATT | ERSATZTEILE

KNAUS  TABBERT   Hobby

Delgado Freizeit GmbH

Linde 62
42287 Wuppertal

Fon +49 (0) 202 / 460 28 0
wuppertal@delgado-freizeit.de



Ausdrucksstarke Porträts

„Von Kohle gezeichnet – Frauen im Bergbau“

„Von Kohle gezeichnet – Frauen im Bergbau“ heißt eine Sonderausstellung mit Fotografien von Dariusz Kantor des „Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe“ (LWL) in seinem Museum auf Zeche Nachtigall an der Nachtigallstraße 35 in Bommern.

Die Bilder von Dariusz Kantor zeigen die Arbeit von Frauen im Bergbau zu Beginn des 21. Jahrhunderts in künstlerischer Perspektive. Es handelt sich einer-



Die Bilder zeigen die Arbeit von Frauen im Bergbau zu Beginn des 21. Jahrhunderts

seits um ausdrucksstarke Porträt-Fotografien, andererseits lassen die Bilder die Arbeitsbedingungen im oberschlesisch-polnischen Steinkohlenrevier ebenso erkennen wie die deutlich sichtbare „Endzeit“-Stimmung. Die Arbeit der Frauen im Bergbau gehört hierzulande auch über Tage längst der Vergangenheit an. In Oberschlesien wird es bald genauso sein. Die Ausstellung bezieht, ausgehend vom Ende des Ruhrbergbaus 2018, den Niedergang der beiden anderen großen Steinkohle-Revier Europas ein. Die Ausstellung ist Teil der Initiative „Glückauf Zukunft!“ zum Ende des Steinkohlenbergbaus.

Sie beginnt Sonntag, 4. März, und dauert bis Sonntag, 2. Dezember. Geöffnet ist das Museum dienstags bis sonntags von 10 bis 18 Uhr, letzter Einlass um 17.30 Uhr. Am Sonntag, 6. Mai, beginnt um 14:30 Uhr eine Kuratorenführung durch die Ausstellung.



„Mal ehrlich, liebe Leser: Schon als Kind war der Besuch der Kirmes immer ein besonderes Erlebnis, und man konnte es kaum abwarten, auf den kleinen Fahrgeschäften und Karussells mitzufahren. Bestimmt haben auch Sie im Autoscooter die ersten aufregenden Fahrerlebnisse erlebt. Treten Sie mal wieder aufs Spaßpedal“, muntert der Veranstalter auf. Foto: Stadtmarketing

Erinnerung an Glücksmomente – Aufs Spaßpedal treten

Frühlingsvolksfest bietet ein abwechslungsreiches Bühnenprogramm für Groß und Klein

Das Frühlingsvolksfest in Annen verheißt auch in diesem Jahr Glücksmomente und Kirmesduft. Wer wieder Lust hat, sich den Fahrtwind um die Nase wehen zu lassen, ist vom Freitag, 16., bis Montag, 19. März, auf diesem Fest genau richtig aufgehoben.



Vor allem die kleinen Besucher kommen auf ihre Kosten beim Frühlingsvolksfest. Foto: Archiv

Der Veranstalter, das Wittener Stadtmarketing, verspricht jede Menge Spaß. Am Sonntag machen Einzelhändler, Vereine und Initiativen das Geschehen rund um den „Rummel“ noch bunter und sorgen bei ihrem 4. Stadtteilstraßenfest von 13 Uhr bis 17 Uhr auf der Annenstraße für ein tolles Spiel- und Sportangebot nebst Kunsthandwerk und allerlei leckeren „Versuchungen“.

Das abwechslungsreiche Bühnenprogramm auf dem Frühlingsvolksfest Annen wird Groß und Klein begeistern. „Mal ehrlich, liebe Leser: Schon als Kind war der Besuch der Kirmes immer ein besonderes Erlebnis, und man konnte es kaum abwarten auf den kleinen Fahrgeschäften und Karussells mitzufahren. Bestimmt haben auch Sie im Autoscooter die ersten aufregenden Fahrerlebnisse erlebt. Erinnern Sie sich auch noch an diese Glücksmomente? Treten Sie mal wieder aufs Spaßpedal“, muntert der Veranstalter auf. Am Freitag gibt's wieder die sogenannte Schnippelaktion, und zwar von 15 Uhr bis 17 Uhr. Und Montag ist der Familientag mit reizvollen und attraktiven Rabattaktionen. Die Öffnungszeiten des Frühlingsvolksfestes in Annen sind: Freitag, 14 bis 22 Uhr; Samstag, 14 bis 22 Uhr; Sonntag: Die Kirmes ist von 12 bis 22 Uhr geöffnet, das Annenstraßenfest von 13 bis 17 Uhr; Montag, 14 bis 22 Uhr.

Rekord bei Lions-Matinee

Konzert ausverkauft – Lyra setzt Glanzpunkt

Die Benefiz-Matinee des „Lions Clubs Witten-Mark“ mit dem „Männerchor Lyra“ bringt ein neues Rekordergebnis von 5900 Euro. „Ein Lied geht um die Welt“ lautete das Programm von Lyra, und dieses Motto konnten alle Besucher der bereits vorher ausverkauften Veranstaltung des Lions-Clubs mit Hochgenuss aufnehmen.

Neben dem musikalischen Hörerlebnis brachte die schon traditionelle Matinee allen Gästen auch ein kulinarisches Geschmackserlebnis, denn das Rahmenprogramm bestand aus einem reichhaltigen Angebot am Kuchen- und Tortenbuffet sowie aus einer Vielzahl verschiedener schmackhafter Kanapees.

So war es kein Wunder, dass unter dem Strich ein Rekordergebnis für den Club für große Freude sorgt. Ein ausverkauftes Konzert, ein ausverkauftes Speisenangebot und restlos begeisterte Zuschauer – und vor allen Dingen Zuhörer: der größte Männerchor Wittens und der Lions-Clubs können ebenso zufrieden sein wie alle ihre Gäste. Der Erlös kommt wieder der Kinder- und Jugendarbeit in Witten zugute. Die gemeinsame Freude am Singen bescherte den hochmotivierten Sängern



Als amtierender Präsident des Clubs begrüßt Dirk Reiser die Gäste der Benefiz-Matinee.

im Alter zwischen 22 und 86 Jahren an diesem Vormittag ein abgeschlossenes dankbares Publikum. Chorleiter Stefan Lex führte gewohnt souverän durch das abwechslungsreiche Programm, und die Sopranistin Christiane Linke setzte musikalische Glanzpunkte, virtuos von Sigrid Althoff am Klavier und Stefan Lex (Tenor) begleitet.

Das lange Warten auf eine Antwort vom Roten Planeten

Wittener Psychologie-Studentin nimmt im Oman an Simulation für eine Mars-Mission teil

Alexandra Hofmann untersucht die Kommunikation von „Analog-Astronauten“ und die des „Mission Support Centers“. Als kleines Mädchen hat sie schon vom Weltraum geträumt. Vor einigen Jahren machte sie dann bei einem Preisausschreiben von Astronaut Alexander Gerst auf Facebook mit und gewann einen Rundgang durch das „Zentrum für Luft- und Raumfahrt“ (DLR) in Köln.

Der erste Kontakt war für die angehende Psychologin der Privatumi Witten/Herdecke (UW/H) hergestellt. Nach ersten Projekten für die ESA (Europäische Weltraumorganisation) entstand vor drei Jahren der Kontakt zum „Österreichischen Weltraumforum“ (ÖWF) aus Innsbruck, das regelmäßig Simulationen von Mars-Missionen durchführt.

In der Wüste Dhofar im Oman werden momentan wieder mehrere Wochen Ausrüstungen und Arbeitsabläufe studiert oder robotische Fahrzeuge oder Raumanzüge in Extremsituationen getestet. Die Feldcrew im Oman besteht insgesamt aus 15 Personen, darunter fünf sogenannte Analog-Astronauten. Gesteuert wird der Einsatz vom „Mission Support Center“ in Innsbruck. Alexandra Hofmann, Psychologie-Studentin im Master an der Universität in Witten, nimmt ebenfalls an diesem Forschungsprojekt teil.

Sie untersucht die Kooperationsfähigkeit und mögliche Herausforderungen in der Kommunikation der einzelnen Teams. „Die Kommunikation zwischen Erde und dem Roten Planeten funktioniert nur mit einer Verzögerung von zehn Minuten“, erklärt die Studentin. „Wenn man 20 Minuten auf eine Antwort warten muss, ist eine zielgerichtete Kommunikation sehr wichtig. Das lange Warten auf eine Antwort kann zu Ungeduld und auch zu Stress führen.“ Die fünf Analog-Astronauten, die isoliert in der Wüste des Omans den Außeneinsatz auf dem Mars simulieren, führen ein Videotagebuch. Dies gilt auch für die Mitarbeiter im „Mission Support Center“ in Innsbruck, die im Kontakt mit dem Außenteam stehen. Diese Videotagebücher werden nach der Mission ausgewertet. „Ziel meiner Unters-



Alexandra Hofmann

chung ist, den Umgang der Teams miteinander und die Kommunikation untereinander zu verstehen“, erklärt die UW/H-Studentin. „Schaffen es zum Beispiel die Personen in Innsbruck, sich in die Analog-Astronauten und deren Probleme hineinzudenken oder stehen die eigenen Probleme vor Ort im Vordergrund?“



Analog-Astronauten: In der Wüste Dhofar im Oman werden momentan wieder vier Wochen lang Ausrüstungen und Arbeitsabläufe studiert oder robotische Fahrzeuge oder Raumanzüge in Extremsituationen getestet.
Foto: ÖWF/Florian Voggeneder

„Für das Gelingen einer Mars-Mission ist es wichtig, Probleme und Sorgen der Astronauten zu verstehen, denn die Mitarbeiter auf der Erde haben eine ganz andere Lebenswelt. Während sie nach Feierabend nach Hause gehen, sind die Astronauten isoliert.“ Auch Veränderungen in der Kommunikation während der 30 Tage werden untersucht. Die Beobachtungen sollen Hinweise darauf geben, wie sich der Stresslevel der einzelnen Personen unter Extrembedingungen verändert.

Das Gelingen einer Mission

„Für das Gelingen einer Mars-Mission ist es wichtig, Probleme und Sorgen der Astronauten zu verstehen, denn die Mitarbeiter auf der Erde haben eine ganz andere Lebenswelt. Während sie nach Feierabend nach Hause gehen, sind die Astronauten isoliert.“ Auch Veränderungen in der Kommunikation während der 30 Tage werden untersucht. Die Beobachtungen sollen Hinweise darauf geben, wie sich der Stresslevel der einzelnen Personen unter Extrembedingungen verändert.

Noch einmal um 5 Sekunden gesteigert

Dritter Platz für Angela Sängler bei NRW-Hallenmeisterschaften



Angela Sängler von der DJK BW Annen hat bei den NRW-Hallenmeisterschaften in der Dortmunder Helmut-Körnig-Halle im 300-Meter-Bahngehen den dritten Platz belegt.

Angela Sängler, eigentlich Seniorin in der Klasse W45, musste dabei in der Frauen-Hauptklasse an den Start gehen. Insgesamt 15 Runden auf der 200-Meter-Bahn mit ihren zwei Kurven waren zu absolvieren. Mit ihrer Zeit von 19:28,17 war Sängler sehr zufrieden und blieb nur 49 Sekunden unter ihrer persönlichen Bestzeit von 2012. Nur eine Woche später ging Sängler er-

neut in der Dortmunder Helmut-Körnig-Halle an den Start. Mit einer Zeit von 19:25,38 Minuten konnte sie sich im Vergleich zur Vorwoche noch einmal um fünf Sekunden steigern und gewann die Altersklasse W45.

Von Sonntag, 1. Juli, bis Sonntag, 8. Juli, führt die DJK Blau-Weiß Annen eine Seniorenfahrt nach Bremen durch, unter anderem mit einem Besuch der Hansestadt Hamburg oder einer Fahrt ins Alte Land. Für diese Fahrt sind noch Plätze frei. Interessenten können Einzelheiten zu dieser Reise durch Anruf bei Volkhard Schaeffer unter Ruf 023 02/8 22 52 erfahren.

TC Schwarz-Weiß versammelt Mitglieder

Auf der Jahreshauptversammlung des TC Schwarz-Weiß Annen am Freitag, 23. März, 18 Uhr, in den Räumen der Gaststätte „Scheunentor“, Sport-Union Annen am Kälberweg 2, steht folgendes auf der Tagesordnung: Jahres- und Geschäftsbericht des Vorstandes; Kassenbericht und Bericht der Kassenprüfer; Entlastung des Vorstandes; Wahl des Vorstandes mit den Themen Wahlverfahren und Durchführung der Wahl; Wahl der Kassenprüfer; Genehmigung der Beitragshöhe; Anträge, die vorher schriftlich an den Vorstand zu richten bei Beachtung der Frist von zehn Tagen; Verschiedenes. Der Tennisclub hat seinen Sitz an der Dortmunder Straße 111; Erster Vorsitzender ist Reinhard Kranz. Informationen auch im Internet unter der Adresse www.tc-sw-annende.de.



„Female Fronted Festival“ heißt eine Musik-Veranstaltung, die der Jugendtreff „Famous“ in Zusammenarbeit mit „Metal for Mercy“ präsentiert, und zwar Samstag, 3. März, von 19 Uhr an in den Räumen des Treffs an der Annenstraße 120. Beim „Female Fronted Festival“ spielen diese Gruppen: „Tumulus“, „The Flaw“, „Modo“, „Imparity“ und „Kreuzversuch“. Einlass ist um 18.30 Uhr, der Eintritt kostet fünf Euro. Informationen auch auf der Netzseite der Einrichtung unter www.famous-annende.de.

Jetzt sind die Männer dran: Haarlose Körper sind gefragt

Vor allem junge Frauen erklären „Ich will doch keinen Pavian streicheln“ und fordern Rasur

Es ist eines der nervigsten Rituale und lange Zeit hatten nur Frauen etwas davon: das Enthaaren! Wer in der schönen Jahreszeit Haut zeigen will, ist (mitunter täglich) mit Zupfen, Wachsen, Epilieren beschäftigt. Doch der Trend macht auch vor dem Mann nicht Halt. Immer mehr Männer zeigen ebenfalls die perfekt enthaarte Brust, makellose Beine - und es gibt sogar Männer, die Haare nur noch auf dem Kopf tragen! Haarlose Zeiten für den perfekten Body?

Überraschende Schützenhilfe bekommt die Damenwelt von einem namhaften Rasierhersteller. Da wurden Frauen interviewt, wie denn die Herren der Schöpfung bitte auszusehen hätten. In Pressemitteilungen verbreitet der Rasierhersteller außerdem eigene Forschungsergebnisse, nach denen sich bereits 29 Prozent aller US-Männer am Körper rasieren. In Großbritannien seien es dagegen 49 Prozent, in Frankreich 33 Prozent und in Deutschland sogar 56 Prozent. Vorbei die Zeiten, als sich die Herren gerne mal ein Brusthaartoupet klebten, falls Mutter Natur es hier nicht sprießen ließ.

Als einen der wichtigsten Gründe für die Haarentfernung nennen Männer Körperhygiene. Aber auch der Wunsch der Frauen, die buschigen Haare loszuwerden, sei ein Argument für weniger Haare auf Brust, Bein und Hoden. Erste Tests (siehe Kasten) sagen: Junge Frauen stehen eher weniger auf behaarte Männer.

In einer repräsentativen Studie des Meinungsforschungsinstituts YouGov erklärten fast zwei Drittel der deutschen Frauen: Männer sollten sich unter den Achseln rasieren.

Die Möglichkeiten, gegen die störende Behaarung vorzugehen, sind vielfältig und reichen von günstig bis teuer, von exotisch bis schmerzhaft. Welche Möglichkeiten gibt es, sich von dem ungeliebten Pelz zu befreien?

Die wohl bekannteste und verbreitetste Methode ist natürlich die Rasur. Hier gewinnt die Nassrasur deutlich gegen den Ra-

sierapparat. Sie ist gründlicher. Nachteile sind mögliche Hautirritationen und Schnitte und die kurze Wirkung.

Es ist übrigens Unsinn, dass die Haare durch häufiges Rasieren üppiger und dichter nachwachsen.

Apropos Wachs: Das ist eine weitere Methode. Einmal Aua schreien und dann ist erst einmal Ru-

Vor allem junge Frauen stehen bei Männern auf unbehaarte Achseln und Oberkörper

he. Hält in jedem Fall länger als die Rasur. Hier gibt es die Varianten Warmwachs oder Kaltwachs. Warmwachsstreifen werden im Wasserbad erwärmt, in Wuchsrichtung auf die Haut auftragen und mit einem Stoff- oder Papierstreifen bedeckt. Wenn das Wachs hart geworden ist, wird er gegen die Wuchsrichtung abgezogen. Kaltwachsen geht schneller. Im Handel gibt es fertige Streifen, die einfach angedrückt werden und gegen Wuchsrichtung abgezogen werden. Nachteile sind sicherlich die schmerzhafteste Prozedur und die Haare müssen mindestens vier mm lang sein, sonst klappt das nicht. Auch der Epilierer entfernt die Haare komplett mit der Wurzel. Ist aber ähnlich schmerzhaft und damit nix für „Weicheier“.

Dann gibt es noch etwas mit dem Namen „Sugaring“. Kannten schon die alten Ägypter. Halawa heißt die Masse aus Zucker, gemischt mit Öl und Zitronensaft, die durch Kochen kaugummiartig wird. Die Masse kann wie Wachs aufgetragen werden, aber auch als Kugel geformt über die haarigen Körperstellen gerollt werden. Da die Haare mit der Masse aus der Haut gezogen werden, zieht es. Die Wirkung hält ein paar Wochen, danach ist der Gang zum Kosmetikstudio wieder einmal fällig...

Die Haarentfernung mit dem Laser erfolgt in mehreren Sitzungen bei einem Arzt oder in einem Kosmetikstudio. Der Laser trifft mit einer einzigen Wellenlänge

auf den Farbstoff Melanin. Der ist für die Farbe in Haut und Haaren zuständig und erhitzt sich durch den Laser auf über 60 Grad Celsius. Hierbei werden die Haarwurzel und auch der Bereich, der die Stammzellen trägt, zerstört. Er kann dann im günstigsten Fall keine weiteren Haare mehr produzieren. Nötig sind mehrere Sitzungen und ist wesentlich teurer als die anderen Methoden.

Wie beim Laser werden bei IPL (Intense Pulsed Light) die Haarfollikel erhitzt, zerstört und an einer weiteren Haarproduktion gehindert. Ärzte, Kosmetikstudios, aber auch Apotheken bieten IPL an. Die Methoden eignen sich bei heller Haut und dunklen Haaren. Graue Haare können nicht entfernt werden. Anders als der Laser sendet IPL nicht nur eine Wellenlänge. „Die Blitzlampe ist maximal unselektiv und damit we-

sentlich risikobehafteter als der Laser“, gibt Klaus Hoffmann, Leiter des Zentrums für Lasermedizin des Landes NRW an der Universitätsklinik Bochum, zu bedenken. Auch hier sind mehrere Behandlungen ein Muss und die Methode ist ebenfalls nicht preiswert.

Doch warum haben wir überhaupt Haare?

Die Körperhaare sind Überbleibsel aus Urzeiten. Eine Art Pelz schützte unsere Vorfahren vor Kälte. Im Laufe der Jahre dünnte dieses Haarkleid mehr und mehr aus. Die Härchen in Ohren, Nase sowie Wimpern und Brauen sind wichtig als Schutz vor Fremdkörpern. Um die Haarwurzeln herum befinden sich Nervenenden, sodass Berührungen intensiver gespürt werden. Das Schamhaar verbreitet Lockstoffe, die sexuelle Bereitschaft signalisieren. *anja*

Kommentar

Bei diesem Thema zeigt sich ein deutlicher Generationenunterschied! Die Jugend von heute sieht da manches ziemlich anders: Die behaarte Männerbrust turnt viele junge Frauen total ab – das sieht die ältere Generation (nach den Wechseljahren) dann doch noch anders. Die Uni Saarland hat mit der Psychologin Johanna Lass-Hennemann und dem Fernsehen einen Test gemacht. 200 Frauen bekamen zwanzig Männer unterschiedlicher Figur und verschiedenen Alters gezeigt – zunächst mit, dann ohne Brustbehaarung. Frauen nach den Wechseljahren fanden zu sechzig Prozent die Männer mit behaartem Oberkörper attraktiver, jüngere Frauen entschieden sich zu siebzig Prozent für die nichtbehaarte Variante.

Der „echte Kerl“, früher ein „Bär von einem Mann“, ist heute ein glattrasierter „Softie“, um besser anzukommen – zumindest bei den jungen Frauen! Ein behaarter Bodybuilder? Undenkbar. Und überhaupt: Gibt es ein männliches Model, das NICHT am Körper von jeglicher Behaarung befreit ist? Willkommen im Heute, haarlos ist männlich, haarlos ist sexy.

Die Spielzeugindustrie muss das schon immer gewusst haben und hat den kleinen Mädchen neben der wohlgeformten Barbie stets den körperhaarlosen Ken an die Seite gestellt. Ist der behaarte Mann ein Auslaufmodell? Sollte ein Männerbein enthaart sein? Wenn Männer auf nackte makellose Frauenbeine sehen, fühlen sie viel. Wenn ich auf nackte Männerwaden sehe, fühle ich nichts. Haarlos ist sexy? Bitte nicht! Der amerikanische Psychiater Dr. Aikarakudy Alias vom Royal College of Psychiatrists in London will einen Zusammenhang zwischen Brusthaaren und Intelligenz aufgrund des Hormons DHT herausgefunden haben. Die meisten Brusthaare würden demnach bei Hochgebildeten und Ärzten gefunden. Also Männer, bitte Haare dran lassen – ein Blick verrät den Frauen, wie klug ihr seid!



Dr. Anja Pielorz

Dr. Anja Pielorz



Saisonstart
am 01. April

Genießen Sie das Ruhrtal auf der MS Schwalbe II.

Einsteigen und entspannen. Natürlich.

Eine Fahrt mit der MS Schwalbe II vermittelt Ruhe und Erholung und bereitet Ihnen vom Wasser aus einen unvergleichlichen Blick auf faszinierende Industrie-Denkmäler und Herrenhäuser. Genießen Sie die idyllische Fahrt bei Kaffee und Kuchen, erfrischenden Getränken und leckeren Snacks. Unsere Crew freut sich, Sie bald an Bord der MS Schwalbe II begrüßen zu dürfen.

Die Anlegestellen, Fahrpreise und -zeiten sowie weitere Informationen finden Sie unter www.stadtwerke-witten.de



**STADTWERKE
WITTEN**
Natürlich.



Wahnsinn in Werne geht munter weiter

Entstanden ist Veranstaltungsreihe als Benefizkonzert für Kirina

Die Bochumer Kultveranstaltung „Werner Wahnsinn“ findet in diesem Jahr zum 21. Mal in Bochum-Werne statt. Der Wahnsinn in Werne geht also munter weiter, und zwar am Samstag, 17. März, im Erich-Brühmann-Haus an der Kreyenfeldstraße 36 in Bochum-Werne Parken im Bereich Werner Markt.

Veranstalter ist die Evangelische Kirchengemeinde Bochum-Werne. Einlass ist um 18.30 Uhr, Beginn um 19 Uhr. Der Eintrittspreis beträgt 9,90 Euro.

Entstanden ist die Veranstaltungsreihe als Benefizkonzert für das Arbeitslosenprojekt Kirina (Kirchliche Initiative Arbeit). Aus dem Erlös konnten Projekte von Kirina gefördert werden, wie die Textilwerkstatt, die Kleiderläden, Gartenbauprojekte, Vermittlung im Bereich „Best-Ager“ sowie die Unterstützung von Hauptschulabgängern.

Da das Projekt „Kirina“ inzwischen beendet ist und sich der Förderverein Ende 2015 aufgelöst hat, waren sich alle Beteiligten einig, dass der „Werner Wahnsinn“ als Benefizveranstaltung weiter durchgeführt werden sollte.

Der Erlös aus dem diesjährigen Konzert kommt dem Obdachlosenmagazin „bodo“ zugute – es kümmert sich um Wohnungslose und Menschen in sozialen Notlagen – und der Evangelischen Kirchengemeinde Bochum-Werne für ein Projekt zur Förderung von Kinder- und Jugendfreizeiten. Alle Musiker und Helfer arbeiten ehrenamtlich, es gibt also weder Gagen noch Handgeld.

Diese Bands werden die Besucher beim 21. Werner Wahnsinn unterhalten:

Schülerband der Willy-Brandt-Gesamtschule, 19.15 bis 20 Uhr.

EN – 1, 20.10 bis 21 Uhr: Seit mehr als 30 Jahren steht „EN - 1“ für starken Gesang und druckvollen Rock aus Witten. Mit ihrem wuchtigen Sound werden sie zu den rockigsten Cover-Bands der Region gezählt. Für alle jungen und älteren Fans der härteren musikalischen Gangart spannt „EN - 1“ einen

weiten Bogen über die besten Stücke der Rockgeschichte. In diesem Jahr wird die Band ihre brandneue CD präsentieren.

Furumba, 21.10 bis 22 Uhr: Furumba ist eine Band, die Latino-Tanzmusik spielt und verschiedene Musikrichtungen mischt. In einem Mix wird das Beste aus Latino, Reggae, Samba, Reggeaton, Disco und All-Time-Klassikern zum Tanzen und Mitsingen geboten. Mit den verschiedenen Rhythmen und Stilrichtungen wird die optimale Basis für einen bewegten Abend und gute Stimmung geschaffen.

Bielefeld Ahoi, 22.05 bis 22.55 Uhr: Bekannte Coverband, die ihr Programm in diesem Jahr mit weiteren Musikern ergänzt hat und somit einiges Neues bieten wird. Neu in der Gruppe ist der italienische Keyborder Luca Badouin und der australische Sänger und Gitarrist David Minchen.

Sabowski, 23 bis 23.50 Uhr: Von Anfang an ist diese Gruppe beim Werner Wahnsinn mit viel Engagement dabei. Sie spielt Blues und Rock von CCR, Dire Straits, Beatles und vieles mehr.

Legal Eagles Oldstars, 23.55 bis Ende offen: Die Ur-Besetzung der Rockband Legal Eagles mit Ralf Lieder (Gesang), Michael Erdmenger (Saxophon/Gitarre/Gesang) Teddy Lachner (Bass/Gesang), Horst Weber (Gitarre/Gesang) und Frank am Schlagzeug sind in diesem Jahr dabei und präsentieren in gewohnter Weise legendäre Rock-Klassiker aus den 60er und 70er Jahren. Werner Wahnsinn: Das ist Musik hören, „Abzappeln“, alte Freunde treffen, alles wie immer mit einem Angebot an Speisen und Getränken – und alles für einen guten Zweck.

Karten im Vorverkauf:

Buchhandlung Gimmerthal, Alte Bahnhofstraße 39; Café am Stern/Cheese, Alte Bahnhofstraße 180; Evangelische Kirchengemeinde, Alte Bahnhofstraße 28 bis 30; Evangelische Kirchengemeinde Werne, Gemeindebüro, Kreyenfeldstraße 32; Fleischerei Thorsten Funke, Werner Hellweg 480; Maschinchen Buntes, Witten, Ardeystraße 62.



Bands präsentieren ihre Interpretation von legendären Hits. Dabei orientiert sich das Programm an Gruppen und Titeln, die Musikgeschichte geschrieben haben.

Vom Publikum gewünschte Fortsetzung

„Nacht der Legenden“ bei der Ruhrbühne zum zweiten Mal

Zum zweiten Mal findet die „Nacht der Legenden“ bei der Ruhrbühne in Witten statt. Nach dem erfolgreichen Auftakt im Herbst vorigen Jahres gibt es nun die vom Publikum gewünschte Fortsetzung.

Die legendäre Nacht geht Samstag, 3. März, von 19 bis 23 Uhr über die Ruhrbühne Witten an der Bochumer Straße 10a.

Eintrittskarten kann man im Internet kaufen unter der Adresse der Ruhrbühnen-Seite „ruhrbuehne-witten.de“. Sie kosten zehn Euro.

Fünf Bands präsentieren ihre Interpretation von legendären Hits.

Dabei orientiert sich das Programm an Bands und Titeln, die Musikgeschichte geschrieben haben. Das Publikum kann sich auf Titel von den Beatles den Stones, Pink Floyd, AC/DC aber auch Simon & Garfunkel, Kansas und Joe Cocker freuen.

„Ouwe“ aus Dorsten

Mit dabei in diesem Jahr sind das „Duo Ouwe“ aus Dorsten die eigentlich für ihr Jethro-Tull-Programm bekannt ist, doch diesmal werden sie das Publikum mit einigen Klassikern beglücken, vielleicht ist ja dann auch noch Zeit für „Lokomotive Breath“.

Die „Candid Blues Band“ aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis präsentiert Rock und Blues à la Rolling Stones und Eric Clapton.

Die „Rockfellas“ machen einfach guten Party-Rock, da ist mit Sicherheit für jeden was dabei.

„Small Change“, die ja schon im letzten Jahr zu überzeugen wussten, bringen diesmal einige Gäste mit, und für eine Überraschung sind die Jungs immer gut, mehr wird noch nicht verraten.

Last but not least wird die „MTR-All-Star-Band“ mit einigen Songs an die Stars vergangener Tage erinnern. Und zum Schluss gibt's auch noch ein großes Finale.

Team sorgt für Atmosphäre besonderer Gastfreundschaft

10 Jahre „KUKloch“ – Im September 2008 begann die Kleinkunstabühne mit einer Gala

In diesem Jahr wird das Stockumer „KUKloch“ 10 Jahre alt. Im September 2008 ging die Kleinkunstabühne des damaligen Pastoralverbundes Witten-Ost mit einer Gala im Gemeindezentrum St. Maximilian Kolbe an den Start.

Seitdem fanden und finden Monat für Monat Veranstaltungen in den Sparten Musik, Kabarett und Literatur statt. Das Team des KUKlochs, zur Zeit bestehend aus acht Frauen und Männern, sorgen für ein abwechslungsreiches Programm, sowie für eine Atmosphäre besonderer Gastfreundschaft, die von

den Künstlern und den Gästen immer wieder gelobt wird. Nationale und internationale Kunstschaaffende haben das Programm bisher bereichert. Seit einigen Jahren bekommt das Team mehr Anfragen als in einem Jahr ins Programm aufgenommen werden können. Das Publikum kam zunächst meist aus Annen, Stockum und Rüdinghausen. Mittlerweile kommen aber auch Gäste aus anderen Stadtteilen Wittens und über die Stadtgrenzen hinaus. Das KUKloch hat sich einen Namen gemacht und wird zumindest mit der Kirche St. Maximilian Kolbe in Stockum in Ver-

bindung gesehen. Im Schnitt besuchen etwa 25 Personen die Veranstaltungen. Bei manchen Vorstellungen müssen aber oft noch zu den 40 Plätzen weitere Stühle hinzugesetzt werden, besonders wenn die Bands oder Künstler aus Witten oder der näheren Umgebung kommen.

Das Team hat immer die Zusammenarbeit mit anderen Gruppen in der

Pfarrei gesucht. So wurde von Beginn an das Togo-Projekt in Stockum durch eine Benefizveranstaltung unterstützt. Das wird auch weiterhin der Fall sein, wie auch die Unterstützung des St.-Elisabeth-Hospiz oder die Initiative „Roter Keil“, die sich gegen Kinderprostitution engagiert.

Kooperationen haben sich mit der Evangelischen Kirchengemeinde in Stockum ergeben, in deren Kirche Konzerte aufgeführt wurden. Auch mit dem Christopherushof in Annen hat es gemeinsame Veranstaltungen gegeben.

Im Jahr 2012 wurde der „BildPunkt im KUKloch“ gegründet als Versuch, die Bildungsarbeit, wie sie im Erzbistum Paderborn neu entwickelt wurde, im Pastoralverbund Witten-Ost aufzubauen. Es gab die Idee, von den reinen Vortragsveranstaltungen wegzukommen und künstlerische Elemente mit in die Veranstaltungen einzubringen. Das hat leider nicht so funktioniert wie geplant. Gelungen ist das Ausstellungsprojekt im Trakt zwischen Kirche und Pfarrheim im Gemeindezentrum St. Maximilian Kolbe.

KUKLOCH
EINEN AUGENBLICK KUNST

Neues Logo zum 10. Geburtstag



Das Jahr 2017 hat für das KUKloch gut begonnen. Chris Kramer, Blues Harp Virtuose aus Schwerte, war zu Gast in der Pfarrei Heiligste Dreifaltigkeit. Zwei Tage hat er 28 Kindern das Spiel auf der Mundharmonika vermittelt. Foto: pv-witten-ost.de

Nicht ruhiger

Schon seit 1999 wird in Stockum getrommelt, und auch nachdem sich die „Barulheiros“ im letzten Sommer aufgelöst haben und nun völlig andere musikalische Wege gehen, ist es im Paul-Gerhardt-Haus kein bisschen ruhiger geworden.

Die Groovewerkstatt, Stockums Percussionschule, hat vollen Betrieb. Jetzt unter der Leitung von Joscha Denzel, wurde bereits das Samba-Sommer-Seminar fortgeführt, das zehn Jahre lang von Gerwin Roach angeboten wurde. Aber auch Samba-, Conga- und Schlagzeugunterricht stehen regelmäßig im Programm.

Jeden Mittwoch, 17.50 bis 19 Uhr, wummern treibende Samba-Bässe im neu renovierten Probenraums. Es probt die Groovewerkstatt Batucada. Infos: 01 76/54 71 37 15

Aus Gemeinden

Buchausleihe im Paul-Gerhardt-Haus, Mittelstraße 9: Es können Romane und Krimis der Bibliothek Witten ausgeliehen werden. Die Mitnahme der Bücher funktioniert unentgeltlich und ohne Leseausweis.

Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen Doris Schreyer-Knufinke und Barbara Hofmann freuen sich auf Besuch. Termine gibt es donnerstags bei Kaffee, Waffeln und Kuchen während des Gemeindecafés und montags.

Blütezeit: Kreativ-Kreis für Frauen von 40 bis 65 Jahren, ein Treffen findet statt an jedem 2. Dienstag im Monat von 19.30 Uhr an im evangelischen Gemeindehaus.

Die Frauenhilfe Stockum/Düren trifft sich alle 14 Tage mittwochs um 15 Uhr im Paul-Gerhardt-Haus.

Stockum/Düren und Waterloo

Vortrag: „Mit Gott für König und Vaterland“

Die Redewendung „Sein Waterloo erleben“ hat wohl jeder schon mal benutzt. Doch was steckt dahinter? Sie bezieht sich auf Napoleons Niederlage in der gleichnamigen Schlacht. Ein Schlüsselerlebnis, das schon über 200 Jahre her ist. Und bis heute ist Waterloo der Inbegriff einer vernichtenden Niederlage.

Die Heimatfreunde Stockum/Düren hatten Dr. Dirk Ziesing zur Abendveranstaltung „Mit Gott für König und Vaterland“ in die Sportlerklausur eingeladen. Er dokumentierte anschaulich anhand einer Präsentation die folgenreichste Schlacht des 19. Jahrhunderts, wo englische und preußische Truppen Napoleon Bonaparte entscheidend schlugen und die Herrschaft Napoleons in Europa spektakulär und endgültig zu Ende ging. Und was hat Waterloo mit Stockum zu tun?

Dr. Ziesing konnte bei seinen Recherchen unter anderem – neben etlichen gefallenen Soldaten aus Dortmund und Bochum – auch Teilnehmer aus Stockum und Düren ausmachen. Obwohl viele Papiere und hölzerne Gedenktafeln für die Gefallenen bereits verbrannt worden waren, gelang es ihm doch, 60 hölzerne Tafeln ans Tageslicht zu bringen und die Namen und Herkunftsorte von etwa 700 gefallenen Soldaten des 3 280 Mann starken 1. Westfälischen Landwehr-Infanterieregiments ausfindig zu machen. Zahlreiche Nachfragen und weiterreichende Gespräche über die namentlich erwähnten Wittener zeugten von großem Interesse des Publikums.



Bereits zum 22. Mal in Folge veranstalten die Bauchtänzerinnen von TuRa Rüdinghausen an unter der Leitung von Zabiya alias Sabine Domke ihr alljährliches Bauchtanzfest, und zwar am Samstag, 10. März, im Gemeindesaal, Brunebecker Straße 18, von 19 Uhr an. Diesmal tanzen sie wieder nur für Frauen und lassen die Männer daheim. Die Hüften werden kreisen, die Schleier werden durch die Luft gewirbelt, klassisch trifft modern, von Bollywood bis Lichtertanz – das ganze Spektrum des orientalischen Tanzes wird mit Liebe und Elan von den Tänzerinnen präsentiert. Auch auf einen geheimnisvollen Säbeltanz dürfen sich die Zuschauerinnen freuen. Ein ganzes Jahr haben die Vorbereitungen für diesen Abend gedauert, man darf also

gespannt sein und sich von der tollen Stimmung anstecken und inspirieren lassen. Damit die Besucherinnen auch so richtig in orientalische Stimmung versetzt werden, ist natürlich auch für das leibliche Wohl gesorgt. Ein umfangreiches, leckeres Büffet mit vielen verschiedenen Köstlichkeiten wartet auf die weiblichen Gäste. Und wer gerne selber ein orientalisches Outfit mit nach Hause nehmen möchte: Kein Problem- ein Basar lädt zum Stöbern und Staunen ein. Die Platzwahl ist frei. Kartenvorverkauf ist in der TuRa-Geschäftsstelle an der Brunebecker Straße 71, dienstags bis donnerstags, jeweils 16 bis 18 Uhr, Ruf 023 02/8 05 83. Informationen auch im Internet unter der Adresse www.bauchtanz-witten.de

Wittener Familienunternehmen hat die Berater-Teams erweitert

Ardex: Noch mehr Nähe zu den Anwendern – 37 neue Mitarbeiter wurden 2017 eingestellt

Die richtigen Produkte anbieten und die Kunden bei der optimalen Anwendung unterstützen: Das ist das zentrale Anliegen von Ardex. Deshalb hat das Wittener Familienunternehmen seine Berater-Teams erweitert und vakante Positionen kompetent besetzt.



Michael Barsties



Oliver Derst

Insgesamt 37 neue Mitarbeiter wurden in 2017 bei Ardex neu eingestellt, 14 davon im Außendienst. Wie bei Ardex üblich bringen die neuen Vertriebsmitarbeiter weitreichende Erfahrung aus der Praxis mit. „Unsere Mitarbeiter wissen, wovon sie reden. Denn wir wollen unsere Kunden gut beraten und auch bei schwierigen Fragen passende Lösungen bieten“, sagt Dr. Markus Stolper. „Deshalb ist uns eine gründliche Einarbeitung besonders wichtig.“ Im 2. Halbjahr 2017 haben sieben neue Kollegen im Außendienst angefangen. Ihre Einarbeitung in Witten ist abgeschlossen, sodass die Mitarbeiter jetzt in den Gebieten zur Verfügung stehen. Michael Barsties (30) ergänzt seit Oktober das Ardex-Team in der Region Mitte – von

Mayen/Koblenz über den Westerwald bis ins Siegerland – als Gebietsleiter im Bereich Boden/Wand/Decke. Seine berufliche Laufbahn begann Michael Barsties mit einer Ausbildung zum Groß- und Außenhandelskaufmann und einem Studium zum staatlich geprüften Betriebswirt. Zuletzt war er im Außendienst eines Großhandels tätig. Oliver Derst (42) hat im Juli 2017 als Gebietsleiter für den Bereich Fliese/Bau die fachtechnische Beratung und Kundenbetreuung im Raum Heidelberg/Mannheim übernommen. Der gelernte Fliesenlegermeister war 15 Jahre selbständig, bevor er als Anwendungstechniker in den Bauchemie-Bereich wechselte.

Die Ardex-GmbH ist einer der Weltmarktführer bei hochwertigen bauchemischen Spezialbaustoffen. Als Gesellschaft in Familienbesitz verfolgt das Unternehmen seit mehr als 65 Jahren einen nachhaltigen Wachstumskurs. Die Ardex-Gruppe beschäftigt heute über 2700 Mitarbeiter und ist in mehr als 50 Ländern auf allen Kontinenten präsent, im Kernmarkt Europa nahezu flächendeckend. Mit mehr als zehn großen Marken erwirtschaftet Ardex einen Gesamtumsatz von mehr als 720 Millionen Euro.

Verwaltung soll Vorstellungen der Bürger näherkommen

Ratsmitglieder der SPD haben sich das renaturierte Gelände der „Drei Teiche“ angesehen

Ratsmitglieder der Sozialdemokraten haben kritische Bürger zum Rundgang an den ehemaligen „Drei Teichen“ eingeladen. Mit eigenen Augen haben sich die Ratsleute jetzt das renaturierte Gelände angesehen, woran sich die Verärgerung etlicher Nutzer an der noch gar nicht vollendeten Neugestaltung festmacht.

Robert Beckmann, Susanne Bergstein und Klaus Wiegand hatten Bürger sowie die Stadtverwaltung eingeladen, vor Ort Erläuterungen und Kritik vorzubringen. Ihr gemeinsames Fazit: „Die Verwaltung muss sich noch einmal überlegen, wie sie den Vorstellungen der Bürger näherkommt.“

Trotz Regen und Graupel

Etwa 15 Anwohner – vor allem aus der Straße Kermelberg – waren zu dem Rundgang gekommen. Trotz Regen und Graupel hielt sich die kleine Gruppe anderthalb Stunden im Wald auf, um sich die Erläuterungen von Robin Mues aus dem Planungsamt und die Kritik der Bürger anzuhören. Diese äußerten ihr Unverständnis darüber, dass der Borbach an mehreren Stellen nach dem Rückbau zweier Teiche plötzlich den Spazierweg kreuzt. Vor allem aber kritisierten sie, dass ihr Fahrweg für den Notfall und Fußweg in die Nachbarschaft vom Kermelberg zur Kleinen Borbach gekappt worden ist. Er führte über den Damm, der nun einen tiefen Einschnitt hat, durch den das kleine Gewässer fließt. Der Planer Mues erläuterte: „Der Damm hatte nach 60 Jahren keine Standfestigkeit mehr.“ Beim Abtragen habe sich gezeigt, dass der untere Bereich schon ziemlich „schwabbelig“ war. Eine Erneuerung wäre sehr teuer gewesen.

Sogar eine finanzielle Förderung

Für die Renaturierung des Bachlaufs hingegen konnte die Stadt sogar eine finanzielle Förderung erhalten. „Der Verbindungsweg ist für die Aufrechterhaltung der Nachbarschaft hier oben jedoch wichtig“, erläuterte Ratsmitglied Susanne Bergstein dem Planer die Bedeutung eines guten Fußweges. Ratsmitglied Robert Beckmann hakte nach, inwieweit die Verwaltung bedacht habe, dass nicht alle Spaziergänger und Anwohner in diesem Bereich gut zu Fuß seien: „Es muss auch für Senioren die Möglichkeit geben, den Verbindungsweg zwischen den beiden Straßen künftig zu nutzen.“ Robin Mues räumte ein, dass das auch auf dem Fußweg, der neu angelegt werden soll, nicht so einfach

wäre: „Nach der neuesten Planung soll im nahen Umfeld des Dammes zwar ein kleiner Steg über den Borbach führen.“ Der sei aber auch nicht für alle leicht begehbar. Ratsherr Klaus Wiegand verwies als Mitglied des zuständigen Ausschusses für Stadtentwicklung und Umweltschutz erfreut auf die umweltpolitische Bedeutung der Renaturierung: „Der Bach mäandert wieder.“ Das Wasser habe sich – wie gewünscht – einen natürlichen Weg gesucht, der in Schleifen verläuft. Dennoch sprach auch er sich dafür aus, an den Drei Teichen noch eine bessere Balance zwischen dem Naturschutz und den Belangen der Bürger herzustellen.



Etwa 15 Anwohner – vor allem aus der Straße Kermelberg – waren zu dem Rundgang gekommen. Trotz Regen und Graupel hielt sich die kleine Gruppe anderthalb Stunden im Wald auf, um sich die Erläuterungen von Mitarbeitern des Planungsamtes anzuhören.

Pius-Termine

Die aktuellen Termine rund um die Sankt-Pius-Gemeinde:

Die Wandergruppe der „kfd“ (Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands) trifft sich Mittwoch, 14. März, um 13.50 Uhr an der Haltestelle Wellerskamp.

Die kfd-Folkloregruppe kommt am Mittwoch, 7. März, um 9.20 Uhr im Pfarrheim zusammen.

Der Weltgebetsstag der Frauen findet dieses Jahr am Freitag, 2. März, wieder in der Sankt-Pius-Gemeinde statt. Beginn des Gottesdienstes ist um 15 Uhr, anschließend ist Kaffeetrinken im Gemeindesaal.

Die Jahreshauptversammlung der kfd-Gruppe Sankt Pius findet am Samstag, 10. März, um 9 Uhr im Pfarrsaal statt. Es beginnt mit einem Frühstück.

TuRa Meister

Die Badmintonabteilung von TuRa Rüdinghausen hat ihr letztes Saisonspiel der U15-Mannschaft ausgetragen, und zwar im Sportzentrum Rüdinghausen an der Brunebecker Straße 71. Vorzeitig konnten die Rüdinghauser Badmintonspieler sich die der Meisterschaft im Bezirk sichern. Sie liegen nach dem Spiel gegen den Wattenscheider BC klar an der Tabellenspitze mit 11:5 Punkten, gefolgt von den Wattenscheidern mit 7:5 Punkten.

Auf Platz drei liegt DJK Saxon Dortmund mit 7:9, danach BC Dortmund mit 6:8 und der VfL Bochum mit 5:9 Punkten. Das Wittener Team hat fünf Spiele gewonnen, eins unentschieden gespielt und zwei Spiele verloren.

Weg wird von vielen genutzt

Stadt baut doch Brücke über den Borbach

Die Stadt hat ihre Pläne geändert: Am ehemaligen großen Dammbauwerk soll nun doch eine Brücke über den Borbach gebaut werden. Bisher war nur eine Furt mit Trittsteinen vorgesehen.

Da die Forstwege hier von vielen Spaziergängern genutzt werden, sehen die neuen Pläne einen höheren „Ausbaustandard“ vor. Darüber hat die Stadt auch schon mit dem Fördergeber und der Genehmigungsbehörde gesprochen. Ergebnis: Eine leicht begehbare Querungshilfe wird grundsätzlich befürwortet. Offen ist nur noch die Frage, ob die Brücke auch für Feuerwehr- und Forstfahrzeuge befahrbar sein muss. Das soll kurzfristig geklärt werden. Auch an der großen Furt oberhalb der alten Teichanlage wird es noch eine Verbesserung geben: Die Trittsteine sollen dort durch größere und ebenere Steine ersetzt werden. Bei normalem Wasserstand wäre die Querung des Borbachs auch jetzt schon leicht möglich, denn der Untergrund wurde befestigt und die Wassertiefe beträgt normalerweise nur zwischen 1 bis 3 cm. Nur bei Hochwasser (wie im Moment) werden die Trittsteine als Querungshilfe benötigt.



Wo früher ein Weg verlief über dem Abfluss der „Drei Teiche“, klafft heute eine Lücke.

Kredite für die Wirtschaft

Ein Sonderprogramm

Das gesellschaftliche Engagement und die Unterstützung der heimischen Wirtschaft gehören seit Beginn der Sparkassengeschichte vor über 200 Jahren zu den Kernaufgaben von Sparkassen – hier seit 1853, als die Wittener ihre Sparkasse gegründet haben.

Andreas Aschemeier, Leiter des Bereichs Firmenkundenbetreuung: „Mit dem ‚Gut-für-Witten-Kredit‘, den wir vor Kurzem aufgelegt haben, will die Sparkasse die Wirtschaft in unserer Stadt in besonderem Maße unterstützen. Zum überzeugend günstigen Zinssatz von 0,89 Prozent können Unternehmer, Macher, Meister, Mittelständler und Freiberufler in ihre unternehmerische Zukunft am Standort investieren, auch zum Wohle vieler Beschäftigter. Das wünschen wir uns.“

In Digitalisierung investieren

Und weiter: „Vielleicht kann ein Unternehmer so ja zum Beispiel günstig in seinen Maschinenpark oder in die Digitalisierung seines Betriebs investieren.“

Kreditsummen ab 50.000 Euro sind möglich, die Laufzeit des Kredits ist fünf Jahre. Es versteht sich, dass die Sparkasse für ihr Angebot entsprechende Bonität voraussetzt. Wer in Witten etwas bewegen will, was sonst vielleicht dem Rotstift zum Opfer fallen würde, weiß die Sparkasse als Ansprechpartner zu schätzen – weil sie meist im Rahmen ihrer Möglichkeiten mit „im Boot“ ist.



Andreas Aschemeier, Leiter der Firmenkundenbetreuung der Sparkasse, will mit dem „Gut-für-Witten-Kredit“ heimischen Unternehmen Impulse für Investitionen geben.



Die Stadtwerke Witten haben zahlreiche Mitarbeiter für ihre langjährige Beschäftigung im Unternehmen ausgezeichnet. Gemeinsam mit der Unternehmensleitung verbrachten sie einen unterhaltsamen Abend im Restaurant Mondolino. Dabei stand natürlich der Rückblick auf die dynamische Entwicklung der Energiewirtschaft und der Stadtwerke Witten im Mittelpunkt. Für ihr 25-jähriges Jubiläum wurden Rainer Altenberend, Claudia Kohlstedde, Alexandra Koj, Peter Leuschner und Ralf Luka gewürdigt. Dirk Bosel und Bodo Lukowski

wurden für ihre 35-jährige Mitarbeit geehrt. Zudem wurden Detlef Jammerrmann, Martin Kuhn, Thomas Richter, Teresa Szymankowski und Rainer Thiede offiziell in die Altersteilzeit sowie Peter Dombrowski in die Rente verabschiedet. Auf dem Foto: Geschäftsführer Andreas Schumski (stehend, links) mit Rainer Altenberend, Ralf Luka, Thomas Richter, Alexandra Koj und Detlef Jammerrmann sowie (sitzend) Rainer Thiede, Peter Dombrowski, Teresa Szymankowski und Claudia Kohlstedde. Foto: Barbara Zabka/Stadtwerke Witten

Zeichen für den Umwelt- und Klimaschutz

„Earth Hour“: Am 24. März gehen die Lichter aus – Jetzt anmelden

Das Dutzend ist voll: Bei der 12. „WWF Earth Hour“ gehen am 24. März rund um den Globus von 20.30 Uhr bis 21.30 Uhr die Lichter aus. Witten ist in diesem Jahr zum dritten Mal dabei. Die Stadt ruft alle Bürger zum Mitmachen auf.

„Während der ‚Earth Hour‘ werden unzählige Privatpersonen eine Stunde lang zu Hause das Licht ausschalten und viele Tausend Städte und Ortschaften ihre bekanntesten Bauwerke in Dunkelheit hüllen, um ein Zeichen für den Umwelt- und Klimaschutz zu setzen“, sagt Christina Beckermann von der Stabsstelle für Umwelt und Klimaschutz bei der Verwaltung der Stadt Witten.

Darunter auch berühmte Wahrzeichen wie der Big Ben in London oder die Christusstatue in Rio de Janeiro. „Das Tolle an der ‚Earth Hour‘ ist, dass dabei jeder mitmachen und Teil einer weltweiten Gemeinschaft werden kann.“

Millionen Menschen auf der ganzen Welt

Nach Angaben des WWF werden sich dieses Jahr wieder Millionen Menschen auf der ganzen Welt beteiligen. Wer auch mitmachen möchte, findet unter www.wwf.de/earthhour neben Neuigkeiten rund um das Ereignis auch Tipps für die „eigene“ Earth-Hour zuhause.

In Deutschland steht die Aktion in diesem Jahr unter dem Motto „Für einen lebendigen Planeten“. „Die Umweltschützer wollen auf die Bedrohung der

weltweiten Artenvielfalt aufmerksam machen und dass dadurch auch die menschlichen Lebensgrundlagen gefährdet sind“, erläutert Christina Beckermann.

Über ein Online-Formular kann man seine persönliche Teilnahme öffentlich sichtbar machen. Denn auf der Internetseite der „WWF Earth Hour“ werden alle Gebäude, die an der Aktion teilnehmen, veröffentlicht.

Nur mit einem Häkchen erklären

Dazu muss man nur mit einem Häkchen erklären, dass zwei „Daten“ veröffentlicht werden dürfen: Die Adresse des Ortes, an dem das Licht ausgeht und die Beschreibung des Lichtes, das ausgeknipst werden soll – zum Beispiel eine große Leuchtreklame am Geschäft. „Die E-Mail-Adresse des Teilnehmers dient lediglich zur internen Bearbeitung“, erklärt Christina Beckermann. Darüber hinaus findet man auf der Internetseite der „WWF Earth Hour“ auch Plakate und Flyer, die Unternehmen für ihre Pressearbeit frei verwenden können.

Die Aktion nahm im Jahr 2007 ihren Anfang in Sydney. In den folgenden Jahren breitete sie sich rasch über die gesamte Welt aus. Mittlerweile wird die „Stunde der Erde“ auf allen Kontinenten in über 170 Ländern begangen. Weltweit nehmen rund 7.000 Städte teil. Allein in Deutschland waren es im vergangenen Jahr 323.

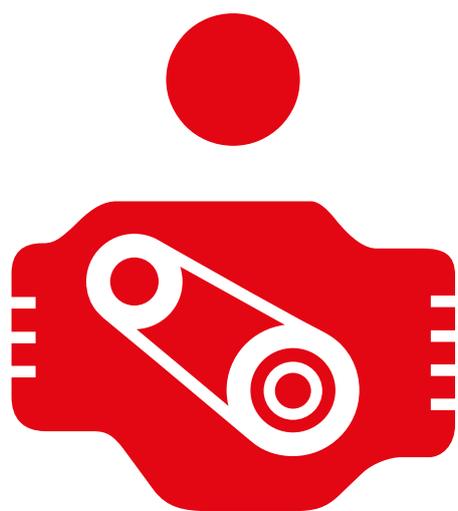
**Achtung Unternehmer* - Macher, Meister,
Mittelständler oder Freiberufler:**

Der „Gut für Witten-Kredit“

0,89%

... Jahreszins, ab 50.000€,
Laufzeit 5 Jahre, entsprechende
Bonität vorausgesetzt.

* Keine Verbraucherkredite.



Gemeinsam #AllemGewachsen

Als Unternehmer sind Sie der
Motor der Wirtschaft.
Und wir haben den Treibstoff.
Geben wir also gemeinsam
Gas. In Witten. Für Witten.

Mit dem
„Gut für  -Kredit“.

 **Sparkasse
Witten**



Zeckenschutz für Tiere

Tiere werden deutlich häufiger von Zecken befallen als Menschen – dies liegt daran, dass sie sich in der Regel vermehrt in der Natur aufhalten und durch Büsche und Wiesen streifen. Wildtiere sind demnach ebenso betroffen wie Haustiere, die sich im Freien bewegen.

Werden Tiere von einer Zecke gestochen, können sie sich ebenso wie der Mensch mit verschiedenen Krankheiten infizieren: Borreliose, Babesiose, Ehrlichiose und FSME sind nur einige davon. Mitunter sind schwere Krankheitsverläufe möglich, schlimmstenfalls verenden die Tiere daran. Jede Tierart und jedes Tier reagiert, abhängig vom jeweiligen Immunsystem, unterschiedlich auf einen Erreger. So sind Mäuse zwar Hauptwirte für FSME-Viren und Borreliose-Bakterien, doch erkranken sie selbst nur sehr selten. Von ihnen nehmen Zecken die Erreger mit dem Blut auf, um sie beim nächsten Saugakt weiter zu übertragen. Auch Katzen können sich anstecken, erkranken allerdings nicht.

FSME-Viren in der Milch

Werden Kühe und Ziegen jedoch von einer FSME-tragenden Zecke infiziert, ist das Virus auch in der Milch nachweisbar und kann beim Genuss nicht pasteurisierter Milch zu schweren Erkrankungen beim Menschen führen.

Borreliose beim Hund

Das Immunsystem bei Pferden wiederum muss sich oft mit Borreliose-Erregern auseinandersetzen, daher erkranken sie nur in seltenen Fällen. Viel empfindlicher reagieren Hunde: Sie infizieren sich nicht ganz so oft wie Pferde, erkranken aber deutlich häufiger nach Zeckenstichen.

In jedem Fall ist es wichtig, dass sich Tierbesitzer über die verschiedenen Möglichkeiten des Zeckenschutzes informieren, wenn ihr Tier mit Zecken in Kontakt kommen kann. Im Zweifel hilft der Rat des Tierarztes.

Wie kann ich mein Haustier schützen?

Haustierhalter, vor allem Hundebesitzer, können auf verschiedene Maßnahmen zurückgreifen, um ihr Tier vor Zeckenstichen zu schützen. Die einfachste Methode: den Vierbeiner nach jedem Aufenthalt im Freien nach Zecken absuchen und im Fell krabbelnde oder festgesogene Zecken gleich entfernen. Die meisten krank machenden Erreger werden erst übertragen, wenn die Zecke bereits zwölf bis 24 Stunden saugt. Zusätzlich können Kontakt-Antiparasitika und für Hunde die Borreliose-Impfung eingesetzt werden.

Borreliose-Impfung für Hunde

Hunde können gegen Borreliose geimpft werden. Das Prinzip des Impfschutzes: Der geimpfte Hund bildet Antikörper. Wird ein geimpf-

ter Hund von einer mit Borrelien infizierten Zecke gestochen, gelangen diese Antikörper bereits während des Saugvorgangs vom Hund in die Zecke. Dort machen sie die Borrelien unschädlich und die Bakterien können nicht in das Tier eindringen. Hunde, die bereits von einer infizierten Zecke gestochen wurden, besitzen jedoch keine ausreichend schützenden Antikörper. Sie können sich daher erneut infizieren.

Zusätzlich zum Absuchen nach Zecken und zum Einsatz von Antiparasitika bildet sie einen Teil des Borreliose-Schutzes. Auch vor dem Urlaub in zeckenbelasteten Regionen empfiehlt sich eine Impfung gegen Borreliose. Mit der Borreliose-Impfung ist inzwischen ein Schutz von rund 90 Prozent der Borreliose-Bakterien in Deutschland – möglich. So ist der Hund gut geschützt.

Zeckenabwehr durch Antiparasitika

Eine wichtige Maßnahme zum Schutz vor Zecken und Flöhen bieten sogenannte Kontakt-Antiparasitika. Das sind chemische Substanzen, die die Übertragung der Erreger durch das Abtöten der Blutsauger auf der Haut der Haustiere verhindern sollen. Zecken können sich zwar am Tier festhalten und eine Zeit lang im Fell herumkrabbeln, sterben aber spätestens beim Blutsaugen ab. Das Risiko der Erregerübertragung wird so deutlich vermindert. Während der Mensch mit Sprays und Lotionen Zecken fernzuhalten versucht, kommen bei Hunden und Katzen vor allem Spot-on-Präparate und spezielle Halsbänder mit unterschiedlichen Wirkstoffen zum Einsatz. Präparate mit dem Wirkstoff Permethrin sind für Hunde geeignet, für Katzen allerdings nicht. Für sie ist dieser Wirkstoff sehr giftig. Daher sollte vor dem Einsatz solcher Antiparasitika immer ein aufklärendes Gespräch mit dem Tierarzt geführt werden.

Zudem gibt es spezielle Zeckenschutz-Halsbänder, die Gifte gegen die Spinnentiere enthalten. Auch diese sogenannten Akarizide wirken kontinuierlich über längere Zeit. Derartige Halsbänder kann der Hund zusätzlich zum herkömmlichen Halsband tragen. Um die dauerhafte Wirksamkeit der Präparate zu gewährleisten, kann es nötig sein, das jeweilige Halsband vor dem Baden abzunehmen.

Halten Sie mit Ihrem Tierarzt Rücksprache, welches Präparat für Ihr Haustier am besten geeignet ist! Nicht jedes Tier verträgt jedes Mittel gleichermaßen.

Hausmittel gegen Zecken

Experten oder Verbrauchermagazine raten in der Regel von Hausmitteln wie Knoblauch, Leinöl oder Zitronella ab, da ihre Wirkung nicht bewiesen ist. Darüber hinaus könnten sie Hundebesitzer zu einem Gefühl trügerischer Sicherheit verleiten – und damit zu leichtsinnigerem Verhalten.



Ihre
Susanne Fischbach

AMTS-qualifizierte
Apotheke



Zeckenschutz mit Amigard



Im Aktionszeitraum bis Ende März erhalten die Kunden
25% Rabatt auf alle vorrätigen Produkte der

Firma **Amigard**



Bequem und einfach: Unser Drive-In-Schalter!

Wussten Sie schon, dass Sie bei uns bequem „aus dem Auto heraus“ einkaufen können?

- Fahren Sie mit Ihrem Fahrzeug in unsere Drive-In Spur.
- Betätigen Sie die Klingel.
- Lösen Sie Ihr Rezept ein oder kaufen Sie freiverkäufliche Arzneimittel und Kosmetik.



Fischbach-Taler¹

Sammeln Sie unsere Fischbach-Taler¹ und lösen diese bei uns oder unseren Partnern direkt ein!



¹Fischbach-Taler sind eine unverbindliche Aufmerksamkeit der Apotheke am boni-Center auf freiwilliger Basis, es besteht kein Rechtsanspruch. Ein Fischbach-Taler hat einen Wert von 50 Cent. Keine Barauszahlung, keine Teileinlösung und keine Bezahlung von Rezeptzusatzleistungen möglich.

Apotheke am boni-Center, Susanne Fischbach e. K.
Schlachthofstraße 27, 58455 Witten

0 23 02 / 20 20 317



Kostenlose Parkplätze

Wirksamer Schutz – auf pflanzlicher Basis

Insekten, Parasiten und Lästlinge

Jedes Frühjahr kommt das Thema wieder in die Medien und in die Köpfe der Tierhalter – wie schütze ich mein Tier am besten vor Plagegeistern?

Dabei möchten immer mehr Tierhalter auf chemische Substanzen verzichten. Das Bewusstsein für die schädlichen Nebenwirkungen wird größer. Genauso, wie es auch bei der Tierernährung einen Trend zu Bio und schadstoffarmer Auswahl gibt, fragen immer mehr Tierbesitzer nach unschädlichen Alternativen zu chemischen Repellents, schadstoffreichen Spot-ons oder toxisch wirkenden Halsbändern.

Im Sommer stellen vor allem Außenschmarotzer – wie Flöhe · Kleiderläuse · Filzläuse · Blutegel · Zecken – eine besondere Herausforderung dar, da sie nicht nur lästig sind, starken Juckreiz auslösen und zu Hautschädigungen führen. Darüber hinaus sind sie als Krankheitsüberträger nicht ungefährlich.

Zecken (gemeiner Holzbock oder braune Hundezecke ist die in Deutschland am meisten verbreitete) übertragen bekanntermaßen infektiöse Krankheiten: Borreliose, FSME, Anaplasmose, Fleckfieber und Babesiose sind die wichtigsten. Entgegen landläufiger Meinung kommt es aber nicht nur im Sommer zum Zeckenbiss, in wärmeren Phasen des Winters oder in geschützten Ecken können Zecken durchaus munter und aktiv sein. Vor allem die braune Hundezecke wartet nicht nur im Garten, sondern auch gerne in Innenräumen auf ihre Opfer.

Ein wirksamer Schutz vor Zecken und anderen Parasiten ist eine wichtige Gesundheitsvorsorge für unsere Haustiere, ebenso wie für deren Halter und Kontaktpersonen.

Das Team der Apotheke am boni bietet Ihnen Produkte mit hoher Wirksamkeit an. Der Hersteller setzt auf eine Mischung aus Naturprodukten (Margosaextrakt, aus Neemöl gewonnen und Decansäure, aus Kokosöl gewonnen). Hierdurch zeichnet sich eine gute Verträglichkeit und Akzeptanz bei Hunden und Katzen aus. Wie bei einem herkömmlichen Spot-on wird der Wirkstoff in einer Phiolen, passenden für jede Tiergröße, über die Rückenlinie, im Ellbogenbereich und an den Innenseiten der Hinterschenkel aufgetragen.

Weitere Fragen zum Produkt oder der Anwendung beantwortet Ihnen gerne Ihre



Schlachthofstr. 27 · 58455 Witten
Telefon: 02302-20 20 317
Telefax: 02302-20 20 493

S. Fischbach

Bundesweit einmalig in Witten: Die „Uro-Geriatrie“

Prof. Dr. med. Andreas Wiedemann, Chefarzt der Urologie EvK Witten, hat jetzt Professur

Die Universität Witten/Herdecke hat Professor Dr. Andreas Wiedemann (58) auf die Professur für Urogeriatrie berufen. Damit realisiert sich eine bundesweit einmalige Konstellation. IMAGE hat mit dem Chefarzt der Klinik für Urologie am Evangelischen Krankenhaus Witten gesprochen.

IMAGE: Was genau ist Urogeriatrie und wie kann man den betroffenen Patienten helfen?

WIEDEMANN: Die Urologie beschäftigt sich mit den harnbildenden und harnableitenden Organen bei Männern und Frauen. Dies sind Nieren, Harnblase, Harnleiter und Harnröhre. Und wir behandeln bei Krankheiten die Geschlechtsorgane des Mannes. Hier wären vor allem Hoden und Prostata zu nennen. Die Geriatrie behandelt Erkrankungen von Menschen, die mehrheitlich um oder über 75 Jahre alt sind. Beide Medizinsparten haben gemeinsam, dass ihre Patienten oft gebrechlich und mehrfach erkrankt sind. Wir können also viel voneinander lernen.

IMAGE: Können Sie ein Beispiel geben?

WIEDEMANN: Ich habe Medikamente gegen Harninkontinenz auf Nebenwirkungen untersucht. Das Ergebnis waren Konzentrationsstörungen, Gedächtnislücken, Schlafprobleme und erhöhte Sturzgefahr. Viele der Patienten nehmen mehrere Medikamente und man muss bei den Wechselwirkungen schon sehr genau hinsehen. Wir haben 936 ambulante urologische Patienten untersucht, die mehrere Medikamente zu sich nehmen. Medikamente mit sog. „anticholinerg Wir-

Was bedeutet „anticholinerg“?

Als anticholinerg bezeichnet man in der Medizin (Neben-)Wirkungen, die sich aus der Hemmung des Neurotransmitters Acetylcholin ergeben. Symptome können sein Mundtrockenheit, vermehrte Schweißbildung, Blasen- und Darmlähmung, Hautprobleme, aber auch Angst, Probleme mit der Atmung, Bewusstseinsstörung bis hin zum Koma.

kung“, wie sie in der Neurologie, der Psychiatrie und Inneren Medizin häufig verwendet werden, können die beschriebenen Nebenwirkungen auslösen. Wir konnten nachweisen, dass rund zwölf Prozent der Patienten aus urologischen Praxen ein relevantes Risiko für solche Nebenwirkungen bei zusätzlicher Gabe eines weiteren Präparates aus urologischer Indikation haben. Für diese Forschung gab es auch den Preis der Deutschen Kontinenzgesellschaft.

Zusammenhänge zwischen Blut im Urin und der Einnahme blutverdünnender Medikamente sind ebenfalls ein Teil der aktuellen Forschung. Ich selbst betrachte mich da als Grenzgänger zwischen Urologie und Geriatrie. Und die Verbindung zu Forschung und Lehre an der Universität ist für mich wichtig im Hinblick auf die Nachwuchsförderung. Die ist übrigens zu einem großen Teil weiblich - denn auch in der „Männerwelt“ der Urologie setzen sich zunehmend Frauen durch.

IMAGE: Ihre Ausführungen machen die Wichtigkeit interdisziplinärer Ansätze deutlich. Wichtig wäre aber auch die Verbindung zwischen ambulanten und stationären Strukturen?

WIEDEMANN: Unbedingt. In der Geriatrie sind Fragebögen üblich, die den Ärzten Auskunft über die geistigen und körperlichen Fähigkeiten der Patienten geben. Daraus ergibt sich für die stationäre Aufnahme ein Behandlungsplan, der in der ambulanten Versorgung, etwa durch den Hausarzt, aber auch in Altenhilfeeinrichtungen, berücksichtigt werden sollte. In abgewandelter Form führen wir das in der Urologie auch ein und sind damit eine der ersten Einrichtungen Deutschlands.

IMAGE: Beim Blick auf die Medien fällt vor allem die Werbung zum Thema Inkontinenz auf. Meistens geht es aber hier lediglich um



Professor Dr. Andreas Wiedemann, Chefarzt der Klinik für Urologie am Evangelischen Krankenhaus Witten, besetzt die erste Professur „Uro-Geriatrie“ an der Universität Witten/Herdecke.

Hilfsmittel wie spezielle Einlageprodukte oder ähnliches. Man hat aber auch den Eindruck gewonnen, das Thema ist noch immer ein Tabu in der Gesellschaft?

WIEDEMANN: Absolut. Und das, obwohl in Deutschland fünf Millionen Menschen betroffen sind. Besonders Frauen leiden unter unwillkürlichem Harnverlust: Jede dritte über 50 Jahre kennt das Problem. Den Gang zum Arzt scheuen trotzdem viele. Dabei gibt es eine Reihe wirksamer Therapien, angefangen vom Beckenbodentraining bis zur Operation. Die Arbeitsgruppe Inkontinenz widmet sich der Thematik seit dem Jahr 2000. Ursprünglich initiiert von Prof. Dr. Ingo Füsgen, war die AG von Anfang an interdisziplinär mit Geriatern und Urologen besetzt.

IMAGE: Chefarzt der Klinik für Urologie, Ihre Arbeit in Forschung und Lehre – wenn es die Zeit erlaubt, gibt es dann auch noch ein Hobby?

WIEDEMANN: Ja, das gibt es. Ich spiele klassische Trompete und das auch in einem Blechbläserquartett. Außerdem habe ich auch eine Sammelleidenschaft für diese Instrumente entwickelt und hege und pflege sie ausgesprochen gern.

Dr. Anja Pielorz

Vita Andreas Wiedemann

Andreas Wiedemann studierte in Essen Medizin. Nach der Promotion erhielt er 2013 seine Habilitation mit dem Thema „Harntraktbeschwerden beim älteren Diabetiker unter besonderer Berücksichtigung seiner Multimorbidität und Multimedikation“ an der Universität Witten/Herdecke am Lehrstuhl für Geriatrie.

„Wir konnten erstmals flächendeckend beweisen, dass Diabetiker doppelt so oft über eine überaktive Blase klagen wie gleichaltrige gesunde Menschen“, erläutert Dr. Wiedemann. „Außerdem konnten wir in einem Punkt die Lehrmeinung widerlegen: Bisher ging man davon aus, dass Diabetes eine schlaffe Blase verursacht. Wir haben gezeigt, dass meist eine überaktive Blase vorliegt.“ Für seine Studie zu diesem Thema hat Dr. Wiedemann 2008 bereits den Paul-Mellin-Gedächtnispreis der Nordrhein-Westfälischen Gesellschaft für Urologie erhalten.

Wiedemann arbeitete in Gelsenkirchen und Witten als Urologe. Seit 2006 ist er Chefarzt der Klinik für Urologie am EvK Witten. Zusatzqualifikationen in Spezieller Urologischer Chirurgie, Andrologie und Medikamentöse Tumorthherapie.

Medizin – Pflege – Therapie

Modernste Technik und menschliche Zuwendung

Unsere Klinik für Urologie verbindet modernste Technik mit menschlicher Zuwendung. Zu den Schwerpunkten der Abteilung gehören unter anderem:

- **Inkontinenzbehandlung bei Mann und Frau**
 - Beckenbodenzentrum Hagen-Witten
 - Beckenbodenzentrum Ruhrgebiet
- **Prostataerkrankungen**
 - Prostatakrebs
 - Lasertherapie bei gutartiger Prostatavergrößerung
 - Zertifiziertes Prostatazentrum
- **Blasenerkrankungen**
- **Andrologie**
 - Unfruchtbarkeit, Impotenz und Hormonstörungen
- **Steintherapie**
 - Stoßwelle, Laser



An jedem zweiten Dienstag im Monat um 18 Uhr lädt die Klinik für Urologie zu einer Ambulanzführung ein. Dabei stellen Chefarzt Prof. Dr. Andreas Wiedemann und sein Team die Arbeit der Abteilung und hochmoderne technische Geräte vor.

Nächster Termin ist am 13. März 2018.

Ev. Krankenhaus Witten, Klinik für Urologie

Chefarzt Prof. Dr. Andreas Wiedemann

Tel. 02302 / 175 - 2521

Pferdebachstr. 27, 58455 Witten

www.evk-witten.de, www.facebook.com/evkwitten

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

Blasenschwäche bei Männern

Blasenschwäche ist auch bei Männern eine häufige Erkrankung. Viele Männer gehen meistens aus Scham allerdings erst viel zu spät zum Arzt, um die Ursachen untersuchen zu lassen. Darum ist es wichtig auf die Anzeichen des Körpers zu hören und alle Vorsorgeuntersuchungen wahrzunehmen.

Herr Achim Eickler steht den Kunden bereits seit mehreren Jahren beim Sanitätshaus Kaiser als examinierter Krankenpfleger, Wundexperte und als Fachkraft für Kontinenzförderung (TÜV zertifiziert) beratend zur Seite. Er ist selbst von einer Inkontinenz betroffen und redet nun ganz offen darüber. „Für Männer ist Inkontinenz ein großes Tabu-

thema, ein entspanntes Umgehen, Offenheit und eine sichere Versorgung hilft Ihnen wieder am aktivem, sozialen Leben teil zu haben. Als selbst Betroffener sehe ich die Welt der Inkontinenz mit anderen Augen und helfe den Kunden mit meiner Offenheit und meiner Sicht auf dieses Thema“, so berichtet Herr Eickler.

Die richtigen Produkte bei Inkontinenz

Die Produkte von SENI sind optimal geeignet. Sie bieten ein aktives und uneingeschränktes Leben trotz Blasenschwäche. SENI Man ist besonders an die männliche Anatomie angepasst und verhindert, durch exakte Fixierung im Slip, ein Verrutschen der Einlage. Superabsorber geruchsbindend und aufsaugend bieten sofortigen Schutz gegen Auslaufen von Flüssigkeiten. Ein hoher Tragekomfort wird durch die maximale Atmungsaktivität und durch die Flexibilität der Einlagen erreicht. „Sicherheit und Diskretion helfen bei der Akzeptanz dieser Beeinträchtigung“, erläutert Herr Eickler. Sie kennen die SENI Produkte noch nicht? Lassen Sie sich durch das Sanitätshaus Kaiser in Witten beraten, damit Sie das richtige Produkt für sich finden. Sie erhalten eine kostenlose Produktprobe von SENI Man, damit Sie sich von der Qualität selbst überzeugen können.



seni®

Sanitätshaus Kaiser
Unser Lächeln hilft

Ein uneingeschränktes Leben trotz Blasenschwäche? Mit Seni Man Einlagen kein Problem. Hoher Tragekomfort, maximale Flexibilität, vollständig atmungsaktiv und absolut sicher.

Jetzt auch in Ihrem Sanitätshaus Kaiser erhältlich!
Sanitätshaus Kaiser, Hans-Böckler-Str. 2-6, 58455 Witten, Tel.: 02302-58001-0



Bei moderaten bis mittelschweren Beschwerden können pflanzliche Präparate wieder für Entspannung und Lebensqualität sorgen. Foto: Monkey Business Images/shutterstock.com/akz-o

Viele verdrängen Probleme Blasenschwäche bei Frauen und Männern

Blasenschwäche trifft Männer und Frauen gleichermaßen, nur die Ursachen sind völlig andere. Schätzungen zufolge leiden 40 Prozent aller Frauen über 60 Jahre daran. In den meisten Fällen lässt sich keine auslösende Krankheit ausmachen. Die Gründe liegen vielmehr in der Natur der Frau.

Die Stütz- und Haltefunktion des weiblichen Beckenbodens ist sehr viel stärker beansprucht, weil Frauen ein breiteres Becken haben als Männer. Das ist notwendig, um Kinder auf die Welt zu bringen. Doch Geburten können zu einer Senkung der Gebärmutter führen, was den Verschlussmechanismus der Blase beeinträchtigen kann.

Frauen mit Bindegewebsschwäche sind besonders gefährdet. Ganz anders verhält es sich bei den Männern.

Beschwerden beim Wasserlassen

Viele verdrängen Probleme wie Beschwerden beim Wasserlassen oder nachlassende Potenz viel zu lange, bevor sie professionelle Hilfe suchen – zum einen, weil es ihnen peinlich ist, und zum anderen, da sie sich keine Besserung erhoffen. Dies ist das Fazit des kürzlich veröffentlichten Männergesundheitsberichts „Sexualität von Männern“ der Stiftung Männergesundheit. Tatsächlich gibt es viele Fakten rund um Blase und Prostata, die vielen Männern nicht bekannt sind – sie zu kennen, ist aber oft schon ein erster Schritt, um sich wirkungsvoll helfen zu lassen. Beispielsweise kann eine gutartig vergrößerte Prostata auf die Blase drücken, was zu übermäßigem Harndrang führt.



Extrakte aus Früchten der Sägepalme (Bild) und Brennnesselwurzel helfen.

Foto: Sabal/istockphoto/akz-o

Bei gefüllter Blase

Bei Männern sind bei gefüllter Blase bis zu 750 Milliliter Urin enthalten. Die Harnmenge beträgt beim Erwachsenen normalerweise etwa 1 bis 1,5 Liter in 24 Stunden. Der größte Teil wird tagsüber ausgeschieden. Im Normalfall beträgt die nächtliche Harnmenge bei jungen Erwachsenen bis zu 20 Prozent, bei über 65-Jährigen etwa ein Drittel der 24-Stunden-Harnmenge. Die gutartige Prostatavergrößerung kann sich zwar negativ auf das Sexualeben auswirken; dies ist in der Regel – sofern keine weiteren Begleiterkrankungen vorliegen – meist nicht organischer, sondern eher psychischer Natur. Ein „Benignes Prostata-syndrom“ (BPS), das heißt Beschwerden beim Wasserlassen aufgrund einer gutartigen Prostatavergrößerung, wird nicht zwangsläufig vererbt. Dennoch sollte jeder Mann ab dem 45. Lebensjahr einmal jährlich eine kostenlose Vorsorgeuntersuchung in Anspruch nehmen. akz-o



Friederike Paetzel (v.l.), Barbara Schumacher, Ilka Genser und Dominik Raasch sind das Team der „KoNAP“-Regionalstelle für den Regierungsbezirk Arnsberg. Foto: Ehlert/Diakonie Ruhr

Zentrale Stelle für Ernstfall

Wenn Pflegebedürftige Hilfe brauchen

Nachlassende Kräfte, Unfall, Krankheit – wenn Pflegebedürftige plötzlich auf dauerhafte Hilfe angewiesen sind, muss ihre Versorgung sichergestellt und ihr Alltagsleben neu organisiert werden. Betroffene und ihre Angehörige wissen oft nicht, an wen sie sich in einem solchen Ernstfall wenden sollen. Dafür gibt es jetzt eine zentrale Stelle für alle Bürger des Regierungsbezirks Arnsberg.

Der „Pflwegeweiser NRW“ ist das Ergebnis monatelanger Recherchen des Projekts „KoNAP“ – „KompetenzNetz Angehörigenunterstützung und Pflegeberatung NRW“. Die Mitarbeiter haben Informationen über die Beratungs- und Hilfsangebote der ganzen Region gesammelt – und stellen sie jetzt zur Verfügung. Was für das gesamte Bundesland in Düsseldorf koordiniert wird, ist wegen der besseren regionalen Vernetzung auch noch einmal auf die Regierungsbezirke aufgesplittet.

Die Ansprechpersonen

Für alle Menschen in den Kommunen und Kreisen des Regierungsbezirks Arnsberg sitzen die Ansprechpersonen in Bochum – angedockt an das dortige „Seniorenbüro Mitte“ und die Alzheimergesellschaft. Die gebührenfreie Rufnummer 0800/4040044 ist montags bis freitags von 9 bis 19 Uhr und samstags von 9 bis 14 Uhr erreichbar. „KoNAP liefert einen dringend benötigten und unabhängigen Service“, sagt Ilka Genser vom Projektteam. „Das Kompetenznetz verschafft Pflegebedürftigen und ihren Angehörigen schnell und kostenlos einen Gesamtüberblick über dringend benötigte Versorgungs- und Betreuungsangebote.“ Gemeinsam mit den Landesverbänden der Pflegekassen und dem Verband der privaten Krankenversicherung hat das Landesministerium für Soziales das Projekt „KoNAP“ – KompetenzNetz Angehörigenunterstützung und Pflegeberatung NRW – ins Leben gerufen.

Hotline und Netz

Ergänzt werden soll die Hotline für Ratsuchende zum Thema Pflegebedürftigkeit durch eine Internetseite, auf der Pflegebedürftige und Angehörige neben wichtigen Adressen auch eine Vielzahl an weiterführenden Informationen rund um das Thema „Pflege in NRW“ erhalten. Unter www.pflwegeweiser-nrw.de können sich Ratsuchende ab Frühjahr umfassend informieren.

24h Betreuung & Pflege
Daheim statt Heim

PROMEDICA PLUS



Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Daniela Thiel

PROMEDICA PLUS Ennepe-Ruhr-Nord

Postfach 3104 | 58422 Witten-Herbede

Tel. +49 2302 17 90 259

www.promedicaplus.de/ennepe-ruhr-nord

Spende an Wittener Stiftung

Bei Feier kamen rund 1050 Euro zusammen

Rund 1050 Euro kamen bei der Tombola auf der Weihnachtsfeier der Universität Witten/Herdecke (UW/H) zusammen. Nun übergaben die Auszubildenden der Universität Witten/Herdecke, die traditionell die Weihnachtsfeier der Universität vorbereiten, die Spende an die Wittener Initiative „Olmstedt Stiftung“.

„Als wir uns über Stiftungen in Witten informiert haben, sind wir schnell auf die Olmstedt-Stiftung aufmerksam geworden und waren von ihrer Arbeit sofort fasziniert“, erläutert Alexander Krause, Auszubildender an der UW/H, die Wahl. „Die Stiftung unterstützt Kinder mit geistiger und geistig-körperlicher Behinderung und deren Familien. Anschaffungen, die mit Hilfe der Stiftung ermöglicht werden, fördern das körperliche und seelische Empfinden des Kindes. Die Hilfe, die die Kinder erhalten, ist sehr wichtig und deshalb freuen wir uns, die Arbeit der Stiftung mit unserer Spende unterstützen zu können.“

Die Olmstedt-Stiftung wurde auf Grundlage der Vorstellung des Ehepaars Olmstedt gegründet. Andreas und Emilie betrieben zu Lebzeiten einen Lebensmittelgroßhandel in Witten und setzten sich schon immer für benachteiligte Kinder ein. Ihrem Wunsch entsprechend wurde die Stiftung im Sommer 1999 ins Leben gerufen.



Auszubildende der Universität Witten/Herdecke, die traditionell die Weihnachtsfeier der Universität vorbereiten, überreichen die Spende an die Wittener Initiative „Olmstedt Stiftung“.

»Es ist super, wie
das Team hier zusammenhält.
Ich fühl mich wohl.«

Anna S., 25 Jahre

Bewirb dich
bei uns in der Pflege!

100 Jahre
caritas
witten

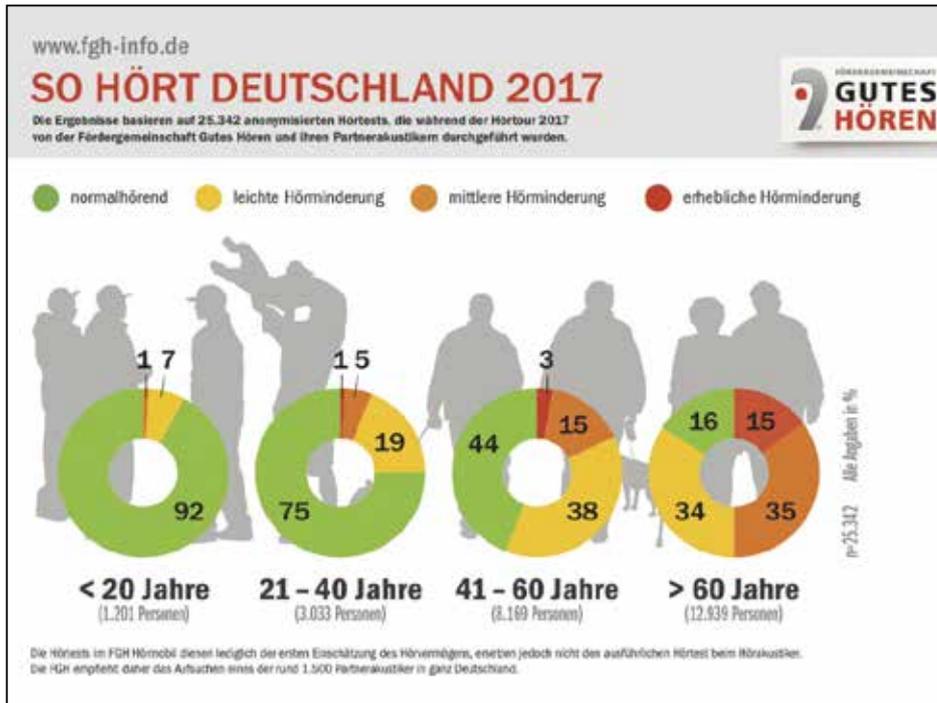
Caritasverband Witten e. V. · Tel. 910 90 17 · www.caritas-witten.de



Deutschlands Ohren im Test: so gut hören wir wirklich.

Über 25.000 Mal wurde bei der Hör tour der Fördergemeinschaft Gutes Hören dem Volk buchstäblich ins Ohr geschaut. Der Trend gegenüber den Vorjahren: Deutlich mehr Personen der jüngeren Jahrgänge haben an den kostenlosen Hörtests teilgenommen, während in den einzelnen Altersgruppen die Verteilung von normalhörend bis zu erheblichen Hörminderungen im Vergleich zu den Vorjahren weitgehend gleichbleibend ist.

In Zahlen heißt das: 1.201 Personen unter 20 Jahren (2016: 847) haben im schallgedämpften Messraum eines der vier FGH Hörmobile ihre Ohren fachkundig überprüfen lassen. Bei immerhin 8% wurden Hörminderungen festgestellt. Auch die Gruppe der 21- bis 40-Jährigen war mit 3.033 Teilnehmern (2016: 2.524) stärker vertreten als im Vorjahr. Hier lag die Quote der festgestellten Einschränkungen bereits bei 25%. Mit einem Plus von 618 stieg die Zahl der Teilnehmer bei den 41- bis 6-Jährigen auf 8.169 bei 58% gemessenen Hörminderungen. Die Gruppe 60plus bildet mit 12.939 (2016: 12.342) den größten Teil der Hörtestinteressenten. Bei diesen älteren Jahrgängen liegt die Verbreitung von Beeinträchtigungen des Gehörs bei 84%. Weitere Differenzierungen der Messergebnisse nach den WHO-Kriterien finden sich in der FGH Grafik mit den entsprechenden Zahlenangaben. Die FGH Hör tour ist europaweit die größte zusammenhängende Hörtestaktion. Die eigens dafür ausgestatteten Hörmobile waren 2017 insgesamt 360 Mal in ganz Deutschland im Einsatz. Vor Ort wurden die Hörtests jeweils von ansässigen FGH Partnerakustikern durchge-



HÖRGERÄTE
STENE BERG
 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

führt, wobei diese Überprüfungen nicht den Hörtest im Fachgeschäft eines Hörakustikers ersetzen. Darüber hinaus gab zahlreiche Informationsgespräche zu fast allen Fragen rund um das gute Hören. An dem von der Fördergemeinschaft Gutes Hören entwickelten multifunktionalen Quattro Check wurden außerdem zusätzliche Schnellhörtests oder Lautstärkepegelmessungen der eigenen Musik-Hörgewohnheiten durchgeführt. Insgesamt bestätigen die Hör tour-Ergebnisse einerseits die zunehmende Verbreitung von Hörminderungen im Alter, sie zeigen andererseits aber auch, dass jüngere Menschen ebenfalls davon betroffen sein können. Bemerkenswert ist, dass die meisten Hörtest-Teilnehmer, bei denen auch signifikante Einschränkungen der Hörleistung festgestellt wurden, noch nicht mit Hörsystemen versorgt waren. „Auf der einen Seite freuen wir uns über das stetig steigende Hörbewusstsein hinsichtlich Lärmvermeidung und Prävention in der Bevölkerung“, sagt Christian Hastedt von der Fördergemeinschaft Gutes Hö-

ren. „Andererseits kümmern sich viele Menschen immer noch zu wenig um ihre eigene Hörleistung und schieben eine Versorgung mit Hörgeräten vor sich her, obwohl sie dadurch ihre Lebensqualität so gut und komfortabel verbessern könnten wie nie zuvor.“ Als bewährte und anerkannte Aufklärungsaktion für gutes Hören ist die FGH Hör tour daher seit Jahren eine unentbehrliche Institution der Gesundheitsvorsorge. Die erfahrenen Hörbotschafter werden auch 2018 von April bis Oktober wieder für das gute Hören in Deutschland unterwegs sein. Bis dahin und währenddessen stehen allen Interessierten die rund 1.500 FGH Partnerakustiker zur Verfügung. Sie bedienen das gesamte Leistungsspektrum der Hörakustik vom kostenlosen Hörtest über die Auswahl und individuelle Anpassung geeigneter Hörgeräte bis hin zur mehrjährigen Nachbetreuung. Die FGH Partner sind am gemeinsamen Symbol zu erkennen: am Ohrbogen mit dem Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de. *FGH*

Wie man die Angst des Patienten vorm Praxisstuhl besiegt

Mit Musik fällt vieles leichter, auch der Besuch beim Zahnarzt – „Motörhead“ hilft da nicht

Der Schrecken hat viele Gesichter. „Eins davon ähnelt dem meines Zahnarztes“: Das würden viele Leidensgenossen unterschreiben. Gerade diese Branche der segensreichen Heilberufe genießt einen unangenehmen Ruf. Das kann viele Ursachen haben, womit sich schon seit langem Wissenschaftler beschäftigen. Einer davon ist Dr. Peter Jöhren. Er erwarb sich den akademischen Titel eines Professors an der Privatumi Witten/Herdecke mit einer Arbeit über die Angst vorm Zahnarzt und ist heute Leiter der „Zahnklinik Bochum/Therapiezentrum Zahnbehandlungsangst“ an der Bergstraße.

Ausgerechnet Frisöre

Eine Ursache liegt sicherlich in der Vergangenheit. Bevor sich der Stand der Zahnheiler in den Rang eines eigenständigen Gewerkes erheben konnte, haben sich Barbieri unter anderem auch um das Wohl unserer Beißwerkzeuge und deren Umgebung gekümmert.

Warum es ausgerechnet Frisöre waren und nicht etwa Schmiede oder Schuster, bleibt wohl im Dunkel der Geschichte verborgen. Auf jeden Fall muss das wehgetan haben, da Narkosevorrichtungen weitgehend unbekannt waren außer vielleicht unetikettierte Flaschen mit Selbstgebranntem, die wir allerhöchstens noch aus amerikanischen Western kennen. Der Schrecken, den dieses Gewerbe verbreitet hatte, blieb eine Weile bestehen, auch als der Barbier schließlich eine Doktorarbeit schreiben und sich Arzt nennen durfte. Die Älteren unter uns erinnern sich noch an die Zeiten, wo Bohrer mit dünnen Riemen angetrieben wurden und einen tiefen mahlenden Ton erzeugten, den man sonst nur aus Autowerkstätten kennt. An der Spitze dieser urtümlichen Geräte rotierten grobe Fräsaufsätze, mit dem man auch Löcher für die Dübel eines Küchenschrankes bohren konnte. Das alles war nicht angetan, um für die Mehrheit der Zeitgenossen ein nachhaltiges Vertrauensverhältnis aufzubauen, auch wenn sich Narkosetechnik und Werkzeugkasten wesentlich verbessert haben und nicht mehr aus mittelalterlichen Kellergewölben zu stammen scheinen, wo um kirchliche Wahrheiten gerungen wurde. „Wie kann man diese Angst des Patienten vorm Praxisstuhl besiegen?“ oder „Wie das große Zittern



Eine Situation, die wir alle kennen, und die vielen Zeitgenossen den Angstschweiß auf die Stirn treibt: eingezwängt auf einem beweglichen Stuhl und umgeben von etlichen „Folterwerkzeugen“, die nichts Gutes verheißen. Gegen die Angst kann man aber was tun. Fotos: IngImage

vorm Zahnarzt beenden?“ Antworten darauf kann man in der Schrift „Zahnbehandlungsangst“ von Dr. Peter Jöhren finden. Er setzt auf die Kraft der Musik, was nicht neu ist.

Ein gewisser Herr Kronfeld

Ein gewisser Herr Kronfeld hat schon 1901 berichtet, dass Musik zur Angstlösung am Beginn einer Narkose erfolgreich erklungen sei. In der klinischen Untersuchung von Dr. Peter Jöhren wurde die Wirkung von Musik im Verlauf einer zahnärztlichen Behandlung getestet. Das Ergebnis in Kurzform: Musik senkt Angst, Puls und Schmerz, und zwar merkbar. Der Schmerzforscher schreibt in seinem Bericht: „Wenn der Patient vor der Behandlung im Behandlungsstuhl Platz genommen hat, zeigte sich der größte Effekt von Musik auf Schmerzempfinden. Im Behandlungsverlauf bewirkte die Musikintervention eine relativ konstante Reduktion des Angstempfindens.“

Helene oder Howard?

Die abschließende spannende Frage lautet: „Mit welcher Musik erzielt man die gewünschte Wirkung? Hilft das ohrenbetäubende Dröhnen von Heavy-Metal-Bands wie Motörhead oder Metallica auch gegen Zahnschmerzen? Oder sind Schmuseschlager von Helene Fischer bis Howard Carpendale einschläfernder? Oder müssen es mal wieder die Klassiker von Mozart bis Robert Schu-

mann richten? Weder noch.

Einige gehen gar nicht hin

Dr. Peter Jöhren griff auf bewährte Entspannungsmusik zurück, die den Patienten über Ohrkanalhörer verabreicht wurde, damit der Sirenenklang des Bohrers nicht beim Angstabbau dazwischenfunktete. Die angstlösende Wirkung

bestimmter Musik wird viele freuen: 60 bis 80 Prozent der Bevölkerung haben laut der „Deutschen Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde“ (DGZMK) Angst vor dem Zahnarztbesuch. Bis zu 20 Prozent gelten als hochängstlich, und 5 Prozent gehen erst gar nicht hin.

Patienten hatten die Möglichkeit, selbst zwischen drei CDs auszuwählen: zwei Kompositionen von Martin Buntrock „Meer und Atlantic Symphony“, deren angstlösende Wirkung unter anderen von Dr. Peter Jöhren nachgewiesen wurde, sowie die CD „Cafe del Mar, Classic I“, deren Wirkung sich in der Untersuchung erweisen sollte. Bei allen drei CDs handelte es sich um Musik ähnlicher Stilrichtung mit langsamen instrumentalen Tönen und Rhythmen sowie einem Metrum von 60 Schlägen pro Minute. Die Lautstärke konnten die Probanden selbst regulieren.

Besuchen Sie unsere Sondersprechstunde zum Thema

ZAHNIMPLANTATE

NÄCHSTER
TERMIN:

Mittwoch,
14.3.2018

Anmeldung unter:
02324 597500



UNSERE BESONDERHEITEN:

- Schonende Implantationen ohne Skalpell – dank 3D-Implantatplanung
- Behandlung unter OP-Mikroskop bei 20-facher Vergrößerung



Mehr erfahren Sie auf www.dr-markus-baumann.de

Dr. Baumann M.Sc., M.Sc., M.Sc. | Hauptstr. 68 | 45549 Sprockhövel



Energiebedarf senken – Heizkosten sparen

Alte Fenster sollten ersetzt werden

Kein Platz für Nostalgie: Alte Fenster sollten ausgetauscht werden, da sie weder energetisch noch in puncto Wohnkomfort heutigen Standards genügen. Die Folgen: höhere Heizkosten, sinkender Immobilienwert, deutlich weniger Wohnbehaglichkeit. Neue Fenster lohnen sich also mehrfach. Foto: Veka/txn

Hausbesitzer sind gut beraten, wenn sie von Zeit zu Zeit den energetischen Zustand des Eigenheims prüfen. Ansonsten droht Gefahr, dass hohe Heizkosten das Haushaltsbudget aufzehren und die Immobilie an Wert verliert. Sind Sanierungsmaßnahmen notwendig, kommt es auf die Reihenfolge an: erst stehen Fenster und Fassade im Fokus, dann die neue Heizung, um diese auf den geringeren Energieverbrauch abzustimmen. Über alte Fenster und Türen geht sehr viel

Wärme verloren. Mitunter lohnt sich ein Austausch schon nach 15 Jahren, denn seitdem hat sich viel getan. Das Fenster von heute ist ein echtes Hightech-Produkt. Widerstandsfähige PVC-Mehrkammerprofile in Klasse A-Qualität, wie sie Veka produziert, sind mittlerweile Standard. In Kombination mit einer Dreifach-Isolierverglasung erreichen die durchdachten Konstruktionen bemerkenswert gute Dämmwerte, was sich unmittelbar positiv auf die Heizkosten auswirkt. Zudem wird auch der CO₂-Ausstoß reduziert – gut für Umwelt und Klima. Sinkende Heizenergieverluste führen auch zu mehr Behaglichkeit und Wohnkomfort. Der Grund: Moderne Fenster sind auf der Innenseite deutlich wärmer als veraltete Konstruktionen, Kälte und Zugerscheinungen bleiben aus. Zusätzlich erhöhen Kunststofffenster mit stahlverstärkten Rahmen und Flügeln den Schutz vor Einbrechern. Der Austausch veralteter Fenster wird – auch als Einzelmaßnahme – vom Staat mit Zuschüssen und zinsgünstigen Darlehen gefördert. txn

Benking & Gibis

GmbH

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

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

Experten für energetische Sanierung

Wer ein älteres Eigenheim bewohnt, kennt in der Regel die Mängel. Der Heizenergieverbrauch ist zu hoch, es zieht, ist fußkalt und mitunter sogar feucht. Die meisten Hausbesitzer wissen, dass sich eine energetische Sanierung schnell bezahlt macht. Das Problem sind die vielfältigen Möglichkeiten: Die Dämmung verbessern, alte Fenster austauschen, eine neue Heizung einbauen lassen, eine Solaranlage installieren. Aber wo anfangen? Der Laie ist kaum in der Lage, die einzelnen Möglichkeiten gegeneinander abzuwägen. Er weiß in der Regel weder, welche gesetzlichen Anforderungen zu erfüllen sind, noch kann er Kosten und Einsparpotenziale kalkulieren. In der Tat ist die energetische Sanierung von Häusern eine kom-

Lauterbach

GmbH

Schreinern nach Maß

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

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

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

02302/96260-0

www.schreinerei-lauterbach.de

Geprüfter
Bestatter
Mitglied der IHK

Lauterbach

BESTATTUNGEN

Bommerholzer Straße 40 a
0 23 02 / 3 10 44

plexe Angelegenheit, die ohne Fachwissen kaum zum Erfolg führen kann. Daher wurde schon vor einiger Zeit beschlossen, dass Bauherren, die staatliche Fördergelder der KfW für ihre Sanierung beantragen wollen, einen geprüften Sachverständigen hinzuziehen müssen. Die Suche nach einem solchen Experten sollte für sanierungswillige Hausbesitzer daher in jedem Fall der erste Schritt sein. Unter www.energie-effizienz-experten.de sind mittlerweile rund 12.000 anerkannte Fachleute registriert. Diese Liste gilt bundesweit. Wichtig zu wissen: Auch die Beratung vor Beginn einer Sanierung wird bereits staatlich gefördert. Bei Ein- und Zweifamilienhäusern beträgt der Zuschuss 400 Euro. Den entsprechenden Antrag übernimmt ebenfalls der Experte.



txn-Foto: dena/fotolia - Jugo Bartussek

Je älter das Eigenheim, desto größer ist oft der energetische Sanierungsbedarf. Hier kann auf die Beratung durch einen Fachmann nicht verzichtet werden. Entsprechend qualifizierte Experten finden sich unter www.energie-effizienz-experten.de im Internet.

Lärm im Eigenheim reduzieren

Immer mehr Eigenheimbesitzer entscheiden sich für Schallschutztüren in den eigenen vier Wänden. Sei es ein ruhiges Arbeitszimmer, in dem sich ungestört denken lässt. Oder ein Haushaltsraum, aus dem Heizungsgeräusche und Waschmaschinenlärm nicht mehr in die Wohnräume gelangen. Die Vorteile liegen auf der Hand. Moderne Schallschutztüren lassen sich heute perfekt auf die vorhandene Inneneinrichtung abstimmen. Es gibt sie in einer Vielzahl von Designs, Farben und Formen. Schallgeschützte Verglasungen sind ebenso möglich wie individuelle Türgriffe. So unterscheiden sich die wohnlich gestalteten Spezialtüren kaum von normalen Hausinnentüren. Ein weiteres Plus: Schallschutztüren sind auch mit Feuer- und Rauchschutzfunktion zu haben. Bei Öl- und Gas-Heizungsräumen beispielsweise ist dies vom Gesetzgeber vorgeschrieben, damit sich ein Brand im Ernstfall nicht in die restlichen Wohnräume ausbreiten kann. Fachkundige Beratung bieten die Mitglieder des Industrieverbands Tore, Türen, Zargen an – vor Ort und individuell. Weitere Informationen online unter www.ttz-online.de.

txn-p

Sanitär | Heizung



Barthel & Schirmmacher GbR

Heizungswartung – schon Termin vereinbart?

Knappensiedlung 4 · 58456 Witten · Tel. 023 02 - 1 78 02 15 · Mobil 01 63 - 2 81 72 31

Image Nächster Erscheinungstermin:

Mittwoch, 28.3.2018
Anzeigenschluss: Freitag, 16.3.2018



txn-Foto: ttz/fotolia

Wärme - Wasser - Wohlbehagen
WILGENBUS

Sanitär
Heizung
Klima
Wartung



Fotoquelle: REMKO GmbH & Co. KG

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

Was misten Sie bei einem Umzug aus?

56 %	Wäsche/Kleidung
51 %	CDs, DVDs, Bücher, alte Zeitungen/Zeitschriften/Kalender etc.
49 %	Dekomaterial/Bilder/Urlaubsmitbringsel/ungeliebte Geschenke
46 %	Alte Elektrogeräte
45 %	Medikamente/Salben
35 %	Geschirr
25 %	Nichts, es zieht alles mit um/mache ich später
19 %	Spielzeug der Kinder
15 %	Die Kisten vom letzten Umzug
8 %	Werkzeug

Elektrogeräte – richtig entsorgt

Allgemein gilt: Alte Elektrogeräte können zum Wertstoffhof gebracht werden und dürfen nicht in den Hausmüll. In manchen Gemeinden ist auch die Abholung per Sperrmüll möglich. Der Einzelhandel ist seit 2015 ab 400 Quadratmetern Ladenfläche außerdem generell zur Rücknahme alter Kleingeräte wie Handys verpflichtet – auch ohne Kauf von Neuware. Größere Elektrogeräte, also beispielsweise Kühlschränke oder Fernseher, müssen lediglich beim Kauf eines neuen Geräts angenommen wer-

den. Ein Kaufbeleg ist dafür nicht notwendig. Die Rücknahmepflicht gilt auch für Onlinehändler.

Wer noch etwas Geld rausholen möchte, kann es bei einem Schrotthändler versuchen. Diese zahlen gerade bei alten Handys und Ladekabeln unter Umständen noch einen kleinen Betrag. Wer hingegen alte Elektrogeräte einfach in den Hausmüll schmeißt, begeht eine Ordnungswidrigkeit, die mit einem Bußgeld geahndet werden kann. Das kann – je nach Bundesland und Umfang des Vergehens – empfindlich ausfallen. Zudem gehen so wichtige Rohstoffe verloren. Dadurch müssen neue Ressourcen wie Edelmetalle in die Produktion aktueller Geräte einfließen. Deren Gewinnung ist energieaufwendig und hat in den Erzeugerländern oft verheerende Folgen für die Umwelt.

Medikamente nicht ins Klo!

Medikamente können hingegen einfach im Hausmüll entsorgt werden, solange im Beipackzettel nicht ausdrücklich etwas anderes steht. Wer beispielsweise starke Schmerzmittel entsorgen möchte und nicht sicher ist, ob sich womöglich jemand am Hausmüll zu schaffen macht, sollte auf Recyclinghöfe oder Apotheken zurückgreifen. Prinzipiell können hier zwar auch alle anderen Arzneien entsorgt werden. Notwendig ist das aber nicht. Denn der sogenannte Siedlungsabfall, zu dem auch Medikamente zählen, wird seit 2005 in Deutschland flächendeckend verbrannt und gelangt erst danach zur Lagerung auf Deponien. Dadurch werden die Wirkstoffe der Medikamente neutralisiert. Im Hausabwasser haben Arzneien hingegen nichts zu suchen. Denn unbehandelt können sie auch stark verdünnt noch lange ihre Wirksamkeit behalten und großen Schaden an der Umwelt anrichten.

Quelle: Repräsentative Studie „Umzug 2017“ von umzugsauktion.de

- Anzeige -

Neues arbeitsmedizinisches Institut in Sprockhövel:

Die Dr. Peters-Steffen GmbH ist ein Institut für Arbeits-, Sozial-, und Umweltmedizin, Arbeitssicherheit und Gesundheitsmanagement. Die Geschäftsführerin Frau Dr. Ulrike Ignatowitz ist Fachärztin für Arbeits-, Umwelt-, Allgemein- und Sportmedizin und Sicherheitsingenieurin.

Die Arbeitsmedizin erfüllt einen wesentlichen Teil des gesetzlich vorgegebenen präventiven Auftrags in der medizinischen Versorgung. Sie leistet einen wichtigen Beitrag zu einer partnerschaftlichen Unternehmenskultur. Ziel betriebsärztlichen Handelns ist der gesunde, zufriedene und leistungsfähige Beschäftigte, in einem wirtschaftlich erfolgreichen Unternehmen, das gleichermaßen Kunden- wie Beschäftigtenorientiert ist und das Gesundheitspotenziale bereits bei der Arbeits- und Organisationsgestaltung berücksichtigt.

Die Dr. Peters-Steffen GmbH beschäftigt vier angestellte Ärzte, mehrere examinierte Arzthelferinnen, mit einer arbeitsmedizinischen Spezialausbildung. Die Experten unterstützen Unternehmen bei der Entwicklung ihres betrieblichen Arbeitsschutzes- und Gesundheitsmanagements, indem sie die Bedingungen am Arbeitsplatz analysieren,

und Faktoren, die die Gesundheit schützen und fördern, in den Mittelpunkt stellen.

Der demografische und wirtschaftliche Wandel in unserer Gesellschaft, mit älter werdender Belegschaft bei steigenden beruflichen Anforderungen und zunehmenden psychomentalen Belastungen, stellt auch die Arbeitsmedizin vor neue Anforderungen.

Zentrale Aufgabe des Fachgebietes Arbeitsmedizin, mit ihren spezifischen Kernkompetenzen ist eine ganzheitlich ausgerichtete Verhältnis- und Verhaltensprävention durch spezifischen Zugang zu Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern und die Tätigkeit an der Schnittstelle zwischen Betrieb und dem Menschen.

Neben der Primärprävention nimmt die Arbeitsmedizin zunehmend auch Aufgaben der Sekundär- und Tertiärprävention wahr, von der Feststellung von Rehabilitationsbedarf bis zur beruflichen Wiedereingliederung leistungsgewandelter Mitarbeiter. Dabei wirkt sie sowohl auf das Verhältnis als auch auf das Verhalten, im Sinne der ganzheitlichen Therapie, ein.

PS

Dr. Peters-Steffen GmbH



Maklerbüro
R. Peter Ignatowitz

Dr. Peters-Steffen GmbH
Dr. Ulrike Ignatowitz

Institut für Arbeitsmedizin, Umweltmedizin
für Allgemeinmedizin, Sportmedizin
Sicherheitsingenieurin

ARBEITSMEDIZIN, SOZIALMEDIZIN, UMWELTMEDIZIN
ARBEITSSICHERHEIT, GESUNDHEITSMANAGEMENT

Meine Tätigkeitsschwerpunkte:

- ✔ Arbeitsmedizin ✔ Umweltmedizin ✔ Allgemeinmedizin
- ✔ Sportmedizin ✔ Sicherheitsingenieurin

Rottenberger Weg 25 · 45549 Sprockhövel · Telefon 0202 7697366-10
Mobil 0171 6414941 · dr.ignatowitz@dr.peters-steffen-gmbh.de

Vor allem bei jungen Leuten Mit „Betongold“ der Zinsflaute trotzen

Die Mehrheit der Deutschen setzt auf die selbstgenutzte Immobilie, auf „Betongold“, um der Zinsflaute zu trotzen. Für 54 Prozent der Bundesbürger ist sie die beste Anlageform. Das ist ein Ergebnis des diesjährigen Vermögensbarometers des „Deutschen Sparkassen- und Giroverbands“ (DSGV).

Angaben in %
der Befragten



Gefragt ist Wohneigentum vor allem bei jungen Familien: Rund 30 Prozent von ihnen würden gerne eine Immobilie erwerben oder bauen – die meisten, um selbst darin zu wohnen. Grafik: LBS/akz-o

Kredit aufzunehmen. Wichtig ist jungen Familien zudem eine stabile Eigenkapitalbasis: Die Hälfte will sich maximal 60 Prozent des Kaufpreises leihen. „Ausreichend Eigenkapital ist eine wesentliche Voraussetzung für den Sprung in die eigenen vier Wände. Idealerweise sollten zusätzlich zu den Erwerbsnebenkosten mindestens 20 Prozent des Kaufpreises vorhanden sein“, empfiehlt Albrecht Luz von der LBS. „In Zeiten niedriger Zinsen sollten Bauherren sich die günstigen Konditionen langfristig sichern.“ Mit einem Bausparvertrag bauen künftige Eigentümer nicht nur in der Ansparphase Eigenkapital auf, sie sichern sich auch das zinsichere Bauspardarlehen für die spätere Finanzierung. akz-o

Sich rundherum informieren „Ruhr Bau & Energietage“ wieder in Bochum

Die „Ruhr Bau & Energietage“ finden auch in diesem Jahr wieder im „Ruhr Congress“ in Bochum am Stadionring statt, und zwar am Samstag und Sonntag, 3. und 4. März. Geöffnet hat die Messe von 10 bis 18 Uhr. Mit etwa 220 Ausstellern auf rund 5000 Quadratmeter Ausstellungsfläche ist es eine regionale Fachmesse für den Endverbraucher und den Fachhandel.

Die Fachgebiete der Messe beinhalten Bauen und Wohnen, Sanieren und Renovieren, alternative Energien und Energieeinsparungen, Immobilien und Finanzen, Einrichten und Dekorieren, Haus und Garten. Der Besucher findet alles unter einem Dach, um sich rundherum zu informieren und beraten zu lassen.

Luftbefeuchter

Das beste Mittel gegen trockene Heizungsluft? Wasserbehälter an Heizungen anbringen? Feuchte Lappen auslegen? Ein natürlicher Luftbefeuchter ist die Hortensie. Die kugelrunden Blüten und das voluminöse Blattwerk verdunsten Wasser und verbessern so auf ganz natürliche Art und Weise das Raumklima. Das haben Wissenschaftler des Forschungsinstituts „Fytgoras Plant Science“ in Leiden bestätigt. akz-o

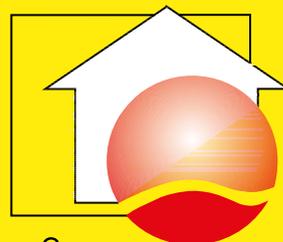
Eintrittskarte

12. RuhrBau Bochum

Wohnen – Renovieren – Energietage – Alles rund ums Haus

3. + 4. März '18

**RuhrCongress - Stadionring
von 10-18 Uhr**



Freikarte

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

www.stalter-immobilien.de Find us on Facebook

WWO
Wohnungsgenossenschaft
Witten-Ost eG

**Mehr als nur Wohnen
in Witten-Annen**

Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf:
Tel.: 0 23 02 / 933680
Wohnungsgenossenschaft Witten-Ost eG
kontakt@wwo-witten.de • www.wwo-witten.de

Image Nächster
Erscheinungstermin:

Mittwoch, 28.3.2018
Anzeigenschluss: Freitag, 16.3.2018



Nasse Wände? Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

ISOTEC-Fachbetrieb Bobach

Lagerstr. 4, 45549 Sprockhövel

☎ 02339 - 929020

www.isotec-sprockhoevel.de



ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken



Eigenheimbesitzer finden für die Fassadengestaltung in einem Stuckateur den richtigen Ansprechpartner. Der Fachmann berät in puncto Struktur und Farbe, beherrscht viele Verputztechniken und kennt die Eigenschaften der Materialien. Foto: Saint-Gobain Weber/txn-p



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



KüchenTreff Rensinghoff

Westfalenstraße 110 a · 58453 Witten

Telefon: 0 23 02-20 51 60

mail@kuechentreff-rensinghoff.de

Putze-König ist edelgekratzt Es entstehen Licht- und Schattenspiele

Die Fassade ist die Visitenkarte eines Hauses und zuständig für den berühmten ersten Eindruck. Bei Neubau oder Sanierung sollte das Material also sorgfältig ausgewählt werden. Besonders beliebt sind verputzte Fronten. Neben den Klassikern Scheiben- oder Reibputz gibt es noch eine Vielzahl faszinierender Putzstrukturen zu entdecken.

Eigenheimbesitzer finden für die Fassadengestaltung in einem Stuckateur den richtigen Ansprechpartner. Denn der Fachmann berät in puncto Struktur und Farbe, beherrscht viele Verputztechniken und kennt die Eigenschaften der verwendeten Materialien: Ein Streichputz etwa wird, ähnlich wie Farbe, relativ dünn mit der Rolle aufgetragen. Dünnschichtiger Edelputz hingegen lässt mehr Gestaltungsmöglichkeiten, weil er mit einer Kelle verarbeitet wird.

Als König der Putze gilt ein dickschichtiger Edelkratzputz. Der Experte kann mit ihm je nach Körnung unterschiedliche Strukturierungen entstehen lassen. Je grober die Körnung, desto ausgeprägter wird der Schattenwurf auf der Fassade. So entstehen lebendige Licht- und Schattenspiele, die je nach Tageszeit variieren. Der natürliche Baustoff kann mit Farbpigmenten und natürlichem Glimmer versetzt werden, was die Gestaltungsmöglichkeiten noch einmal erweitert. Edelkratzputz hat einen geringen Wartungsaufwand und eine selbstreinigende Wirkung. So bleibt die Fassade dauerhaft schön. txn-p



Vorbereitung zum Injizieren der Silikonharzlösung. Foto: veinal.de/akz-o

Harz in Mauerwerk injizieren Feuchte Wände: Eine Lösung bildet Sperre

Viele Besitzer oder Kaufinteressenten eines Altbaus müssen sich mit einem im wahrsten Sinne des Wortes grundlegenden Problem auseinandersetzen: mit feuchten Wänden.

Feuchtigkeit zerstört die Bausubstanz, verursacht Schimmelbildung und Salzausblühungen, Anstriche und Putze werden abgesprengt, Tapeten beschädigt. Feuchte Mauern stellen sogar ein gesundheitliches Risiko dar. Wer heutzutage aufsteigende Feuchtigkeit möglichst rasch stoppen will, ist glücklicherweise nicht mehr auf zeit- und kostenintensive bauliche Maßnahmen angewiesen. Die Ursache für die Durchfeuchtung von Bauteilen sind meistens schadhafte oder fehlende Horizontalsperren. Nachträglich angebrachte Horizontalsperren durch – mit oder ohne Druck – ins Mauerwerk injizierte Silikonharzlösungen sind eine schnelle, preiswerte und mehrfach zertifizierte Lösung. Werden sie über Bohrkanaäle ins Mauerwerk injiziert, bildet sich in kürzester Zeit eine hochwirksame, nicht verrottende Sperre. spp-o



Gemüse, Obst oder Salat abwaschen, Geschirr spülen, Wasser zum Kochen und Trinken zapfen: Was viele nicht wissen, die Wasserquelle in der Küche, die Küchenspüle, ist der am häufigsten genutzte Küchenhelfer. Praktisch sind hier sogenannte Spülenkombinationen. Sie verbinden Wasserhahn, Spülbecken und cleveres Zubehör zu einem in Design und Funktion aufeinander abgestimmten Team. Foto: Studioraum GmbH/akz-o

Gartenarbeiten im
März: Frühling in Sicht

Zeit des Pflanzens beginnt

Wenn im dritten Monat des Jahres die Gefahr von längeren Frostperioden und häufigen Nachfrösten sinkt und Flora und Fauna aus dem Winterschlaf erwachen, halten die Farben wieder Einzug in den Garten. Die ersten Frühjahrsblüher wagen sich aus ihren Verstecken und eröffnen die Gartensaison. Für die Gartenfreunde stehen viele Arbeiten auf der „To-do-Liste“.



Farben halten wieder Einzug in den Garten. Die ersten Frühjahrsblüher wagen sich aus ihren Verstecken und eröffnen die Gartensaison. Foto: Sperli/akz-o

einen Rückschnitt kommen ebenfalls Obststräucher und -bäume an die Reihe, bevor sie neue Austriebe ansetzen. Gerade an neu entstehenden Trieben wachsen besonders viele Früchte. Entfernt werden sollten gleichzeitig alle durch Frost und Pilzbefall geschädigte Triebe. Hecken dagegen dürfen nach dem 1. März nicht mehr stark zurückgeschnitten werden, um nistende Vögel zu schützen.

Wie in langen heißen Sommern

Ähnlich wie in langen heißen Sommern bekommen unsere Pflanzen auch in normalen Wintern nicht ausreichend Wasser. Ist der Boden noch gefroren, scheint aber die Frühlingssonne angenehm warm vom Himmel, leiden vor allem immergrüne Pflanzen mit viel Blattwerk und Nadeln. Für das Wasser, das Pflanzen wie Bambus, Kirschlorbeer und Eiben an die Luft abgeben, bekommen sie aus dem gefrorenen Boden zu wenig Nachschub. Es droht daher nicht der Tod durch Erfrieren, sondern durch Vertrocknen. Der aufmerksame Gärtner sollte daher die Feuchtigkeit im Boden im Auge behalten und bei Bedarf wässern. Grundsätzlich für ein gutes Wachsen und Gedeihen der Pflanzen ist natürlich die Beschaffenheit des Bodens selbst. Die durch den Winter meist verdichtete Erde wartet darauf, durch Umgraben und Harken aufgelockert und gleichzeitig durch das Einbringen von Kompost gedüngt zu werden. Den Kompost am besten vor dem Umgraben flächig auf den Boden auftragen. Die Pflanzen ziehen aus dem so verbesserten Boden wichtige Nährstoffe für ihr Wachstum und danken es mit Blüten und Früchten. Auch der Rasen freut sich über eine gute Belüftung, wenn er im März vertikutiert wird. Frische Blumenerde gibt auch den Zimmerpflanzen neue Lebensfreude.

In einem Eierkarton vorgekeimt

Ist der Boden dauerhaft frostfrei, können Hecken neu gepflanzt werden. Kartoffeln sollten an einem hellen, luftigen Ort mit Temperatu-

**Bommerholzer
Baumschulen**

Starten Sie mit uns in den

Wir bieten Ihnen zu jeder Jahreszeit ein breites Sortiment hochwertiger Containerpflanzen auf 1,2 ha Verkaufsfläche.

**Beste Qualität und fachliche Beratung sind
in unserer Baumschule selbstverständlich!**



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

...viel mehr Natur erleben!

Frühling!



ren zwischen 10 und 20 Grad zum Beispiel in einem Eierkarton vorgekeimt werden, bis sich grüne oder rötliche Keime von ein bis zwei Zentimeter Länge gebildet haben. Die Zeit ist außerdem reif für die Aussaat von Möhre, Radies, Rettich, Spinat und Küchenkräuter. Auch Blumenkohl, Brokkoli, Kohlrabi und Kopfsalat können unter einem Gemüsevlies in die Erde. Übrigens: Der gleiche Schutz verkürzt die Erntezeit von Erdbeeren um bis zu einer Woche. dx

Ab März haben Hecken Schonzeit

Das Ordnungsamt der Stadt Witten erinnert daran, dass ab 1. März die Schonzeit für Hecken beginnt. Jetzt dürfen der heimischen Tierwelt zuliebe Hecken, Wallhecken, Gebüsche, Röhricht und Schilf nicht mehr gerodet oder stark zurückgeschnitten werden. Das soll der heimischen Tierwelt helfen, Nist- und Brutplätze zu finden.

Die Schonzeit dauert bis zum 30. September. Bis dahin sind nur noch behutsame Form- und Pflegeschnitte erlaubt, die im Rahmen der Verkehrssicherungspflicht sogar nötig sind, wenn Hecken oder Bäume in Bürgersteig oder Fahrbahn hineinwuchern oder an stark befahrenen Straßen die Sicht versperren.

Buchsbaumsterben

Die besten Ersatzpflanzen

Krankheiten und der Buchsbaumzünsler setzen dem Buchsbaum so sehr zu, dass immer mehr Gartenfreunde sich nach Alternativen umsehen. In vielen Regionen macht dem immergrünen Gehölz der Buchsbaumzünsler arg zu schaffen, in anderen sorgt die Blattfallkrankheit (Cylindrocladium) auch Buchsbaum-Triebsterben genannt, für kahle Sträucher. Der Deutsche Gartenbauverband rät in manchen Landstrichen sogar generell von der Pflanzung neuer Buchsbäume ab. Zwar ist eine Bekämpfung des Schädling grundsätzlich möglich, aber mit hohem Aufwand verbunden, da sie mehrmals im Jahr wiederholt werden muss.

Was aber tun, wenn die eigene Buchsbaum-Einfassung nicht mehr zu retten ist? Um eines vorwegzunehmen: Einen optisch gleichwertigen Ersatz gibt es nicht. Die immergrünen Zwerggehölze, die dem Einfassungsbusch am ähnlichsten sehen, sind meist anspruchsvoller an Boden und Standort.

Der Zwerg-Liguster bleibt mit einem Meter Wuchshöhe deutlich kleiner. Er wächst aufrecht und bildet eine kompakte, dichtbuschige Krone. Sein Laub ist nicht immergrün, sondern wintergrün – er trennt sich also im Lauf der kalten Jahreszeit von einem Teil seiner Blätter.

Eine weitere Alternative zum Buchsbaum ist die sehr schwach wachsende Zwerg-Eibe, die auf den Markt gebracht wurde. Sie wächst ähnlich langsam und dicht wie der Buchsbaum und zeigt auch eine vergleichbare Boden- und Standorttoleranz. Optisch unterscheidet sich die Zwerg-Eibe allerdings recht deutlich vom Buchs – sie trägt statt mittelgrüner Blätter dunkelgrüne Nadeln. Dennoch ist die Zwerg-Eibe nach Einschätzung der meisten Experten der beste zurzeit verfügbare Buchsersatz. Weiterhin stehen auch noch der kleinwüchsige Bergföhle und der Lebensbaum, oft in Form von Kugeln geschnitten, zur Auswahl.

Gelbe Engel: Batterien bleiben häufigste Pannenursache

Die ADAC-Straßenwachtfahrer und ihre Mobilitätspartner sind im vergangenen Jahr zu 4 008 747 Pannen gerufen worden. Rekordeinsatztag war der 23. Januar 2017 mit 21 943 Hilfeinsätzen, gefolgt vom 9. Januar mit 21 040 Pannemeldungen. Die 1762 „Gelben Engel“ legten mit ihren insgesamt 1856 Fahrzeugen 53 943 208 Kilometer zurück.



ADAC-Pannenhilfe. Foto: Auto-Medienportal.Net/ADAC

Pannenursache Nummer eins waren mit knapp 40 Prozent aller Fälle erneut Probleme mit der Batterie. Platz zwei belegte das „Motormanagement“ (21 Prozent). Dazu zählt der ADAC vor allem Probleme mit der Einspritzung, Sensorik oder mit der Zündung. Mit 13 Prozent schlagen Defekte an Lenkung, Karosserie, Bremsen, Fahrwerk oder dem Antrieb zu Buche. Der ADAC führt in diesem Jahr eine neu konzipierte Pannenhilfe-App ein. Die Nutzer können ab sofort persönliche Informationen und wichtige Fahrzeugdaten bei ihrem Hilferuf per Smartphone übermitteln. So wird die Hilfe beschleunigt. Zudem können Pannenursachen wie „Reifen“, „Springt nicht an“, „Schlüssel“, „Unfall“ oder „Sonstiger Schaden“ gleich mit übermittelt werden. Durch die Option „Statusmeldungen“ können die Nutzer zeitnah einsehen, wie weit die Bearbeitung des Hilferufs ist. Im Rahmen seiner Digitalisierungsoffensive wird der Automobilclub die Möglichkeiten der Anwendung noch im laufenden Jahr erweitern. *ampnet/jri*

Genf 2018:

Autonomes Elektroauto

Volkswagen zeigt auf dem Genfer Autosalon (6.–18.3.2018) mit dem I.D. Vizzion seine Vision von einer autonom fahrenden Elektrolimousine der Oberklasse. Der Innenraum des 5,11 Meter langen Viersitzers mit gegenläufig öffnenden Türen und ohne B-Säule präsentiert sich ohne Lenkrad und sichtbare Bedienelemente. Die Studie ist das vierte Modell der I.D.-Familie von VW und hat eine Leistung von 225 kW / 306 PS. Die Höchstgeschwindigkeit liegt bei 180 km/h, die Reichweite dank 111-kWh-Lithiumionen-Batterien und Rekuperation bei bis zu 665 Kilometern. Die beiden Elektromotoren treiben die Limousine über beide Achsen an. *ampnet/jri*



Die Anmeldungen zeigen, dass die Messe die Ausstellerzahl nochmals steigern kann. Fast alle wichtigen Marken der Branche präsentieren dort ihre Produkte. Den Besuchern wird in Dortmund in diesem Jahr wesentlich mehr Komfort geboten. *Fotos: Veranstalter*

Alle wichtigen Marken vor Ort Motorradfans treffen sich zum Saisonstart

Anfang März treffen sich die Zweiradfans wieder in Dortmund zum Saisonstart. Die „Motorräder 2018“ gibt einen umfassenden Überblick über die Neuheiten des neuen Motorradjahres. Die Anmeldungen zeigen, dass die Messe die Ausstellerzahl nochmals steigern kann. Fast alle wichtigen Marken der Branche präsentieren dort ihre Produkte.

Den Besuchern wird in Dortmund mehr Komfort geboten. Von Donnerstag, 1. März, bis Sonntag, 4. März, wird das Gelände rund um Westfalenhallen und BVB-Stadion ziemlich exklusiv den Motorradfans und Ausstellern zur Verfügung stehen.

Während der beiden vergangenen Veranstaltungen sorgten Bundesliga-Spitzenspiele, ein internationales Reitturnier und weitere kleinere Veranstaltungen für Engpässe auf den Zufahrtsstraßen und Parkplätzen. 2018 konnten diese Terminüberschneidungen abgestellt werden.

Besucher können Stadionparkplätze nutzen

Zwar tritt Peter Maffay am Mittwoch vor der Messeeröffnung auf seiner Unplugged-Tour in den Westfalenhallen auf. Während der Messetage von Donnerstag bis Sonntag sind aber keine weiteren Großveranstaltungen geplant. Damit können die Messebesucher auch die Parkplätze am Stadion nutzen. Zudem werden über 1 000 Parkplätze zusätzlich frei, weil eine provisorische Asylbewerber-Unterkunft abgebaut werden konnte.



Während der Messetage von Donnerstag bis Sonntag sind keine weiteren Großveranstaltungen geplant. Damit können die Messebesucher auch die Parkplätze am Stadion nutzen. Zudem werden über 1 000 Parkplätze zusätzlich frei wegen Aufgabe einer Flüchtlingsunterkunft.

Die größte Messe im Land

Breites Bekleidungs- und Zubehörangebot

Über 500 Aussteller und rund 100 000 Besucher werden zum Saisonstart in Dortmund erwartet. Dort dürften alle Neuheiten der Saison zu sehen sein. Neben den neuesten Modellen der wichtigsten Motorradhersteller gehören Umbauten, ein breites Bekleidungs- und Zubehörangebot und ein abwechslungsreiches Showprogramm zu den Höhepunkten der Motorradmesse.

Die Motorradmesse zählt zu den ersten großen Motorradmessen des Jahres und ist die größte im Ruhrgebiet und im ganzen Land NRW. Alle Neuheiten der großen Hersteller sind hier am Start. Über 500 Aussteller zeigen die ganze Bandbreite an Produkten und Dienstleistungen rund um das Motorrad.

Neben den Modellen der Hersteller gibt es Bekleidung, Zubehör, Tuning oder Reifen zu sehen. Ebenfalls zeigen Reiseanbieter und Hotels ihr Angebot. Auch Vereine präsentieren sich und ihre Arbeit. Dazu gibt es täglich ein interessantes Programm auf zwei Bühnen mit Modenschauen, Interviews und Reisereportagen. Action-Shows in der Halle und im Innenhof versprechen Spannung und Nervenkitzel. Sonder-schauen mit historischen Motorrädern, Cafe-Racern oder faszinierenden Rennmaschinen bieten viel Gesprächsstoff.

Ohne Wartezeit mitten im Geschehen

Der Vorab-Online-Verkauf eines sogenannten E-Tickets hat etliche Vorteile: Das Ticket wird nach Bestellung sofort per E-Mail verschickt und daheim per print@home ausgedruckt. Diese Tickets sind übertragbar und daher auch als Geschenk geeignet. Das Ticket kann auch direkt aufs Smartphone geschickt und dort gespeichert werden. Vor Ort braucht man das nur am Eingang an der „Fastlane“ vorzeigen und ist ohne Wartezeit mitten im Geschehen. Die Messe „Motorräder 2018“ findet statt – wie schon zuvor – in den fünf Messehallen 3B, 4, 5, 6, 7. Die Ausstellungsfläche beträgt rund 36 000 Quadratmeter.



Neben den Modellen der Hersteller gibt es Bekleidung, Zubehör, Tuning oder Reifen zu sehen. Ebenfalls zeigen Reiseanbieter und Hotels ihr Angebot. Auch Vereine präsentieren sich und ihre Arbeit. Dazu gibt es täglich ein interessantes Programm auf zwei Bühnen. Foto: Veranstalter

📍 Geöffnet von Donnerstag, 1. März, bis Sonntag, 4. März, je von 9 bis 18 Uhr; Tageskarte 15 Euro/Online-Vorverkauf 13,77 Euro; Ermäßigungskarte 13 Euro/Online-Vorverkauf 11,74 Euro, gilt für Schüler, Studenten, Personen mit Behinderung (ab 50 Prozent); Dauerkarte 30 Euro (nicht online erhältlich); Kinder und Jugendliche (unter 16) freier Eintritt; Abendkarte 10 Euro (ab 16 Uhr an allen Tagen, nicht online erhältlich); **Kartenvorverkauf:** Online-Vorverkauf erfolgt unter der Adresse zweiradmessen.de/motorraeder-dortmund/motorraeder-dortmund-tickets-kaufen.de. Eintrittskarten sind auch an den Tageskassen zum regulären Preis erhältlich. Anschrift: Rheinlanddamm 200, 44139 Dortmund.

Auto-Fritz

WITTEN

Meisterbetrieb

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

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

KFZ Ralf Kleppe Witten

**Wir können alle Marken
von Alfa-Romeo bis Volkswagen**

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

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

Über die Hälfte aller neuen Toyota waren im Januar Hybride

Als Pionier der vor etwas über 20 Jahren mit dem Prius eingeführten Hybridtechnik sieht sich Toyota zunehmend bestätigt. Im vergangenen Monat betrug der Anteil der Hybridmodelle an den Neuzulassungen des japanischen Autoherstellers 53 Prozent, bei der Konzernmarke Lexus sind es mittlerweile 90 Prozent.

Die im vergangenen Jahr in Deutschland neu zugelassenen 42 190 Toyota und Lexus kamen im Schnitt auf einen CO₂-Wert von 91,5 Gramm pro Kilometer. Damit unterschreiten beide Hersteller den ab 2021 geltenden Grenzwert von 95 Gramm schon jetzt. Dabei stieg der Kohlendioxid-Durchschnittswert aller verkauften Neuwagen in 2017 um ein halbes Gramm auf 127,9 g/km.

ampnet/jri



Toyota C-HR Hybrid. Foto: Auto-Medienportal.Net/Toyota

BLICK IN DIE *Frühjahrsküche*

Wer schnell müde wird und sich nur schlecht konzentrieren kann, sollte sich viel an der frischen Luft bewegen – auch im Winter oder in der Übergangszeit. Außerdem tut eine ausgewogene Ernährung mit viel frischem Obst, Gemüse, Fisch, Fleisch und Vollkornprodukten gut. Neben Kohlenhydraten, Fetten und Eiweißen sind darin auch Mineralstoffe und Vitamine enthalten.

Mineralstoffe dienen meist als Bausubstanz, zum Beispiel für Knochen und Zähne. Viele Vitamine sorgen insbesondere dafür, dass der menschliche Körper die Energie aus der Nahrung überhaupt aufnehmen kann. Sie sind außerdem an weiteren unzähligen Stoffwechselprozessen beteiligt, die es dem Organismus ermöglichen, reibungslos zu funktionieren.

Doch unser Körper kann Vitamine und Mineralstoffe in der Regel nicht selbst herstellen und nur bedingt speichern. Die fettlöslichen Vitamine A, D, E und K, das wasserlösliche Vitamin B12 und Mineralstoffe wie Magnesium und Calcium können für einen längeren Zeitraum eingelagert werden. Vitamin C und die anderen B-Vitamine sind allesamt wasserlöslich.

Die meisten dieser Vitamine können nicht über einen langen Zeit-



*Ausgewogene Ernährung macht munter.
Foto: Marilyn Barbone/Shutterstock/akz-o*

raum gespeichert werden. Die insgesamt acht B-Vitamine werden unter dem Begriff Vitamin B-Komplex zusammengefasst. Im Einzelnen sind es Thiamin (Vitamin B1), Riboflavin (Vitamin B2), Pyridoxin (Vitamin B6), Cyanocobalamin (Vitamin B12), Pantothenensäure (Vitamin B5), Biotin, Folsäure und Niacin. Sie finden sich hauptsächlich in tierischen Produkten wie zum Beispiel Schweine- oder Hühner-

fleisch, Leber, Niere, Hering oder Camembert. Um mit Vitaminen und Mineralstoffen ausreichend versorgt zu sein, sollten sie täglich aufgenommen werden.

In bestimmten Lebensphasen kann der Bedarf über das normale Maß hinausgehen oder die allgemeine Aufnahme vermindert sein: Stress, regelmäßiger Alkoholkonsum, intensive körperliche Aktivität oder Schwangerschaft erhöhen den Bedarf. Da die meisten B-Vitamine in pflanzlichen Lebensmitteln in deutlich geringerer Menge vorkommen als in tierischen Erzeugnissen, sollten besonders Vegetarier und vor allem Veganer darauf achten, dennoch ausreichend Vitamine dieser Gruppe zu sich zu nehmen.

Auch wer dauerhaft einen verminderten Appetit hat oder eine Diät macht und dadurch weniger als 1.500 Kalorien täglich aufnimmt, führt seinem Körper in der Regel nicht genügend Vitamine zu. Nahrungsergänzungsmittel, die alle acht Vitamine des B-Komplexes enthalten, können in diesen Fällen dazu beitragen, täglich genügend B-Vitamine aufzunehmen. akz-o



*Essen ist ein
Bedürfnis,
Genießen eine
Kunst.*



Was sich alles getan hat – Witten: früher und heute



Wir haben unter dem Motto „Was sich alles getan hat – Witten: früher und heute“ eine kleine Fotoreihe ins Leben gerufen, die die Veränderungen im Wittener Stadtbild dokumentieren soll. Sie, liebe Leser, können sich gerne beteiligen, wenn Sie alte Fotos von Witten besitzen und ein aktuelles Foto aus demselben Blickwinkel machen und uns zukommen lassen. Die treffendsten und typischsten Fotos wollen wir in loser Folge veröffentlichen. Wenn Sie noch Informationen zu den eingesendeten Fotos wie etwa Entstehungsjahr und Hintergründe zu den Veränderungen mitschicken, können wir zu den Fotos auch noch eine kleine Geschichte erzählen. Falls

es Ihnen nicht möglich ist, ein aktuelles Foto mitzuliefern, können wir das übernehmen. Begonnen hat die Serie unser Mitarbeiter Matthias Dix. Er hat im Stadtarchiv gekramt und ein Foto von Herbede gefunden, das die Veränderungen im Laufe der Jahre sehr schön zeigt. Das Foto von der Ecke Meesmann- und Vormholzer Straße stammt aus den 70er Jahren, als die Straßenbahn noch durch den Stadtteil führte. Sie können Ihre Fotos per Post schicken an „Kathagen press, media + kommunikation, Thiestraße 7, 58456 Witten“ oder digitalisiert an „uk@kamk.de“. Papierfotos schicken wir natürlich an die Absender zurück. Foto links: Stadtarchiv

„ThunderDrags YoungStars“ deutscher Indoormeister



Fotos: Karoline Heitzer

Im Mindeern Melittabad fand der „14. Minden Drachenboot-Indoor-Cup“ statt, bei dem die „Offenen Deutschen & NRW Meisterschaften“ sowie ein „Indoor-Cup“ für Fun-Teams ausgerichtet wurden.

Das Jugenddrachenbootteam Thunder-Drags vom Kanu-Club Witten ging dort als Titelverteidiger an den Start. Indoordrachenbootrennen sind Tauziehen jeweils zweier Boote. Sie liegen im Schwimmbecken nebeneinander und sind über zwei Umlenkrollen verbunden. Beide Teams paddeln in die gleiche Richtung. Das stärkere Team zieht über das Rollensystem das schwächere zurück. Gewinner des Durchgangs ist das Team, das entweder die markierte Ziellinie erreicht oder nach Ablauf von einer Minute vorn liegt. Den Thunder-Drags gelang es, alle fünf Rennen zu gewinnen und sich so zum dritten Mal in Folge den Titel „Deutscher und NRW-Meister Indoordrachenboot“ zu sichern.

Trainerin Karoline Heitzer zeigte sich stolz auf ihr junges Team: „Wir sind angetreten, um zu gewinnen, und konnten unser Ziel vom Meisterschaftstriple sicher einfahren. Der hervorragende Trainingsstand des Teams, das im Winter hauptsächlich Kraft und Ausdauer an Land trainiert, hat sich hier wieder gezeigt.“



Werben im Image

Hattingen

Verteilung ca. **23.500** im Kerngebiet

Witten

Verteilung ca. **20.000** im Kerngebiet

ImageSprockhövel

Verteilung ca. **16.500** im Kerngebiet

Sprockhövel



Image-Magazine seit 2003

Bis zu 90.000 Magazine

direkt in die Briefkästen!

Ihre Anzeigen-Hotline:

☎ **0 23 02 / 98 38 98-0**

uk@kamk.de • www.kamk.de



Auch wenn der reifere Mensch noch klar im Kopf ist ...

„Fahrschultraining 60 plus“: Fritz Zanke gab wertvolle Tipps und Infos für ältere Autofahrer

Die Führerscheinprüfung liegt zum Teil über 60 Jahre zurück und das Auto hat seinen festen Platz im Leben. Doch reichen im Alter noch Kenntnisse und Fähigkeiten, um den Anforderungen des heutigen Straßenverkehrs gerecht zu werden?

Grund genug für Norbert Henke, Quartiersmanager in Diensten der AWO, die Info-Veranstaltung „Fahrschultraining 60 plus“ ins Leben zu rufen. Norbert Henke konnte dafür mit Friedrich Zanke einen mit 43 Jahren Berufspraxis äußerst erfahrenen Fahrlehrer gewinnen.

Der aktuelle Stand

Rund 30 Teilnehmer hatten sich für die Veranstaltung im Seniorenzentrum Egge angemeldet, um sich einen Nachmittag lang in unterhaltsamer Weise über die Verkehrsregeln und das richtige Verhalten



Rund 30 Teilnehmer hatten sich für die Veranstaltung im Seniorenzentrum Egge angemeldet, um sich einen Nachmittag lang in unterhaltsamer Weise über die Verkehrsregeln und das richtige Verhalten im Straßenverkehr auf einen aktuellen Stand zu bringen. Foto: Dix

im Straßenverkehr auf einen aktuellen Stand zu bringen. Der 67-jährige Zanke forderte gleich zu Anfang auf, sich selbstkritisch zu hinterfragen: „Vieles machen wir mit Routine. Auch wenn der reifere Mensch noch klar im Kopf ist, gibt er Schwächen wie aufkommende Kurzsichtigkeit oder den richtigen Hinweis des Beifahrers oft nicht zu.“ Der Fahrschulbesitzer legte den Teilnehmern daher einen Sehtest ans Herz und führte weiter aus, dass sich nicht nur der Mensch ändert, sondern auch die Gesetze und der Verkehr selbst – es wird heutzutage schlichtweg schneller gefahren als zu früheren Zeiten.

Nachdenkliche Blicke

Selbstredend sollten sich die Autofahrer über alle geltenden Regelungen und Änderungen informiert halten. Als der erfahrene Fahrlehrer in einem Crashkurs die wichtigsten Verkehrszeichen besprach und auch die entsprechende Höhe der Bußgelder bei Regelübertreten benennen konnte, blickte er in nachdenkliche Blicke allerseits: „Stopp heißt Stopp und nicht Roll-Stopp, kostet 70 Euro, bei einem aus dem Erbe der DDR übernommenen Grünpfeil 100 Euro.“ Vor allem ältere Menschen könnten stressige Situationen von vornherein reduzieren.

Der Rat des Fahrschullehrers: Die Einkaufsfahrt zur schwarz-gelben Nachbarstadt bei Tageslicht und nicht in die Zeit legen, in der sich die Stadt vor einem Ligaspiel mit tausenden Fußballfans füllt. Als weitere Gefahrenquelle machte Zanke die lieben Eigenarten und Gewohnheiten aus: „Der Deutsche ist kein Freund des Reißverschlussystems. Beim Abbiegen und anderen unübersichtlichen Situationen wird der wichtige Schulterblick häufig nicht praktiziert. Lange Zeit geht es gut, aber dann knallt es doch mal, weil die Auto- spiegel nicht den toten Winkel erfassen konnten.“ dx

Es gibt sie, sogar nicht selten: Menschen, die nicht lange fragen, sondern erkennen, wenn andere Menschen Hilfe und Unterstützung brauchen. Zu ihnen zählen Hartmut Jerathe und Carina Kuznik, beide anzutreffen im wöchentlich stattfindenden Sprachcafé im „Alten Fritz“. In der Traditionswirtschaft an der Augustastraße treffen sich immer mittwochs ab 18.30 Uhr bis zu 30 Flüchtlinge mit ihren Gastgebern, um eine für sie neue Sprache in einem noch immer weitgehend fremden Land zu erlernen.

Entstanden ist dieser Anlaufpunkt aus Schulungen, die der evangelische Kirchenkreis ab Ende 2015 für Ehrenamtliche durchgeführt hat, die sich wiederum um Flüchtlinge kümmern wollten. Bei komplexen Themen wie der Umgang mit traumatisierten Menschen, ein Anti-Aggressionstraining und sogar ein „Anti-Parolentraining“, um den häufigen Anfeindungen im Alltag angemessen zu begegnen, blieb nur wenig Platz für einen Erfahrungsaustausch. „Das Sprachcafé ist sozusagen der nächste Schritt, den wir im Oktober letzten Jahres begonnen haben“, erzählt Carina Kuznik, Jugendreferentin in der evangelischen Jugend Annen.

Anfeindungen begegnen

Im Sprachcafé wird Alltagsdeutsch geredet



Auch gemeinsame Einkäufe und gemeinsames Kochen gehören zu den praxisorientierten Sprachkursen, rechts: Carina Kuznik, Jugendreferentin in der evangelischen Jugend Annen.

Es mangelt schlichtweg an Übung

Sie versucht zusammen mit Hartmut Jerathe und weiteren Ehrenamtlichen, neben der schwer zu vermittelnden deutschen Sprache auch die vielen kleinen und große Probleme des Alltags nach und nach in den Griff zu kriegen. „Es fehlt den Flüchtlingen schlichtweg an Übung, um die im Sprachkurs gelernten Worte anzuwenden. Und hier sprechen wir ‚Alltagsdeutsch‘, über Fußball und Gott und die Welt. Eine große Kanne Tee und ab und zu ein gemeinsames Kochen sorgen für eine entspannte Atmosphäre. Das spricht sich im doppelten Sinne des Wortes rum“, freut sich Hartmut Jerathe über die wachsende Resonanz.

Auf Einladung kommen zudem gerne auch Fachleute und erzählen, was zum Beispiel bei Abschlüssen von Verträgen vom Handy- bis zur Strom- und Gasbelieferung zu beachten ist. Informationen des Abends werden per WhatsApp weitergeleitet und sicherheitshalber ins Arabische übersetzt. Deutsche Sprache, schwere Sprache. dx



„Schau mal über den Tellerrand“

Schon zum siebten Mal lädt die Stadt Witten gemeinsam mit dem Verein „Kontrakt-Unternehmen für Bildung e.V.“ zur Messe in die Wittener Werk^oStadt ein.

Nach der Eröffnung durch die Bürgermeisterin Sonja Leidemann um 13.00 Uhr erwarten Sie über 40 Aussteller mit vielen Aktionen für Jung und Alt.

Die Veranstalter laden Sie ein, einfach mal „über den Tellerrand“ zu schauen und die kulturelle Vielfalt dieser Stadt mit Menschen aus mehr als 130 Nationen kennen zu lernen.

Erfahren Sie mehr über das bunte Leben bei uns und lassen Sie sich von den kulinarischen Köstlichkeiten anderer Länder begeistern.

Die Mitarbeiterinnen der städtischen Stabsstelle für Integration, Internationale Beziehungen und Städtepartnerschaften unter der Leitung von Frau Claudia Formann und die Jugendlichen aus dem Programm Kontrakt werden Sie vor Ort herzlich willkommen heißen und informieren Sie über die Angebote und die Teilnahme an der Verlosung.

Kommen Sie doch einfach vorbei und lernen Sie die vielen Menschen mit und ohne Migrationshintergrund kennen, die organisiert oder ehrenamtlich für Witten aktiv sind.



Besucher und Besucherinnen, die sich an den Aktionen und Spielen an den Messeständen beteiligen, können sich die Teilnahme auf ihrer Loskarte bestätigen lassen und am Ende der Veranstaltung einen von vielen schönen Preisen gewinnen.

Wer sich und die Arbeit seiner Organisation im Bereich Migration in Witten mit einem Stand auf der Messe präsentieren möchte, kann sich gerne telefonisch unter 581 1012 oder auch per E-Mail an integration@stadt-witten.de bei Frau Fröhling informieren.

Wir freuen uns auf Sie. Der Eintritt ist frei!



Messe für Integration und Städtepartnerschaften

am 17. März 2018
von 13-17 Uhr
in der Wittener Werk^oStadt,
Mannesmannstraße 5,
58455 Witten

Moderne Gestaltungsideen

Grabbepflanzungen für den Frühling

Die Gestaltung der Grabbepflanzung ist ein wichtiger Teil der Trauer. Die letzte Ruhestätte sollte zu jeder Jahreszeit ein besonderes Aussehen haben. Neben dem traditionellen Bewuchs aus Boddendeckern und wechselnden Pflanzen, werden modernere Gestaltungsideen immer wichtiger.



Blühenden Stauden eine Alternative sein zu immergrünen Pflanzen.

Die Friedhofssatzung macht zunächst Vorgaben für die Gestaltung. Da dies Sache der Gemeindeverwaltung ist, können die Regelungen unterschiedlich sein. Neben den Öffnungszeiten, dem Verhalten auf dem Friedhof und den Bestattungsvorschriften, sind in der Satzung auch mehr oder weniger konkrete Regelungen hinsichtlich der Grabgestaltung aufgelistet. Häufig ist es verboten, Bäume zu pflanzen oder einen Zaun um das Grab zu bauen. Es ist daher sinnvoll, sich die örtliche Friedhofssatzung durchzulesen, um möglichem Ärger vorzubeugen.

Die traditionelle Grabbepflanzung im Frühling sieht so aus: eine Umrandung des Grabes durch kleine Heckenpflanzen. Das wirkt naturverbundener, als ein steinerner Rahmen. Neben dem Grabstein wird bei der Umrandung die dauerhafteste Entscheidung hinsichtlich der Grabgestaltung getroffen. Es lohnt sich, in diese Überlegung etwas Zeit zu investieren, denn neben den typischen, immergrünen Heckenpflanzen, kann eine Einfassung aus blühenden Stauden eine Alternative sein. Da der Frühling die beste Pflanzzeit für Hecken ist, einige Möglichkeiten und ihre Eigenarten:

Japanstechpalme: Grabumrandung; halbschattiger bis schattiger Standort; kleine, grüne Blätter; gut schnittverträglich; winterhart und immergrün. **Heckenmyrthe:** traditionelle Grabumrandung; kommt mit jedem Standort zurecht; verträgt Trockenheit und saure Böden; schönes, dunkelgrünes, glänzendes Laub; friert etwas zurück; treibt dann wieder aus. **Lebensbaum** (Thuja): gut als kleine, immergrüne Hecke; schnittverträglich; winterhart; aber giftig.

Daten zum Notar bringen

Schritt hin zu einem digitalen Nachlass

Eine Bestattung kann teuer werden. Neben der finanziellen Belastung sind viele rechtliche Fragen zu klären. Erben müssen sich in mühevoller Kleinarbeit einen Überblick über bestehende Verträge und Online-Accounts verschaffen. In der Zwischenzeit summieren sich die weiter laufenden Kosten.

Der erste Schritt hin zu einem digitalen Nachlass ist eine Bestandsaufnahme: Welche Onlineverträge, Profile in sozialen Netzwerken, digitale Mitgliedschaften oder Accounts bei Webshops und anderen Anbietern gibt es? Das ZDF-Verbrauchermagazin „Wiso“ empfahl kürzlich, Konten und Zugangsdaten in einer Liste einzutragen und gemeinsam mit dem Testament bei einem Notar zu hinterlegen.

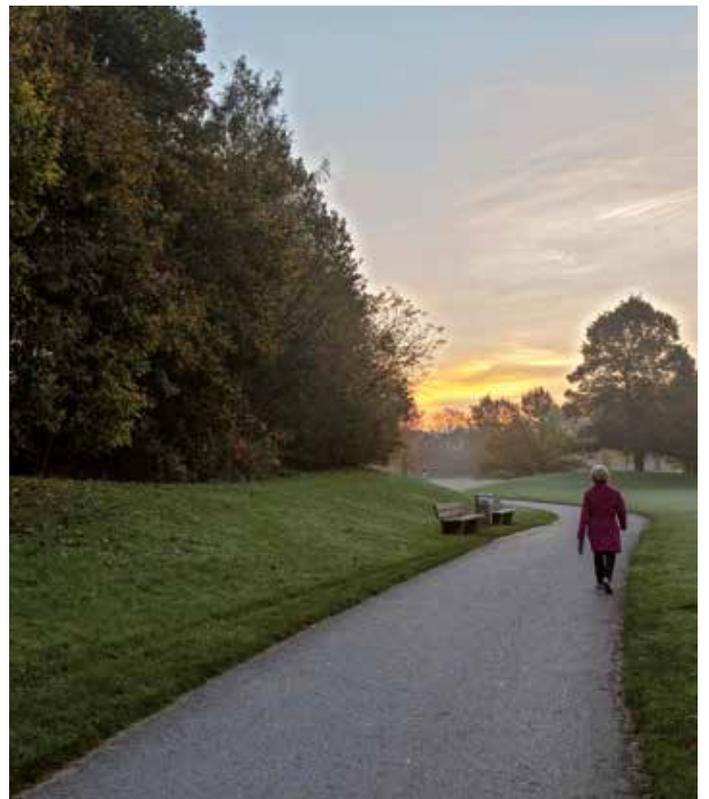
Grundsätzlich gehören Verträge zum Erbe

Grundsätzlich gehören abgeschlossene Verträge zum Erbe und gehen mit dem Tod auf die Erben über. Sie haben jedoch meist keinen Überblick, welche Verträge und Nutzerkonten überhaupt bestehen. „Es lohnt sich also, auch einmal über den eigenen digitalen Nachlass nachzudenken“, rät das Verbraucherportal Vorsorgewebblick.de. Die meisten Verträge enden nämlich nicht automatisch mit dem Tod. Erben müssen die Verträge manuell kündigen. Dazu müssen sie sich im Todesfall beim jeweiligen Vertragspartner melden, unterschiedliche Legitimationsanforderungen erfüllen und jeden einzelnen Vertrag selbst kündigen.

Was mit Verträgen und Nutzerkonten passiert

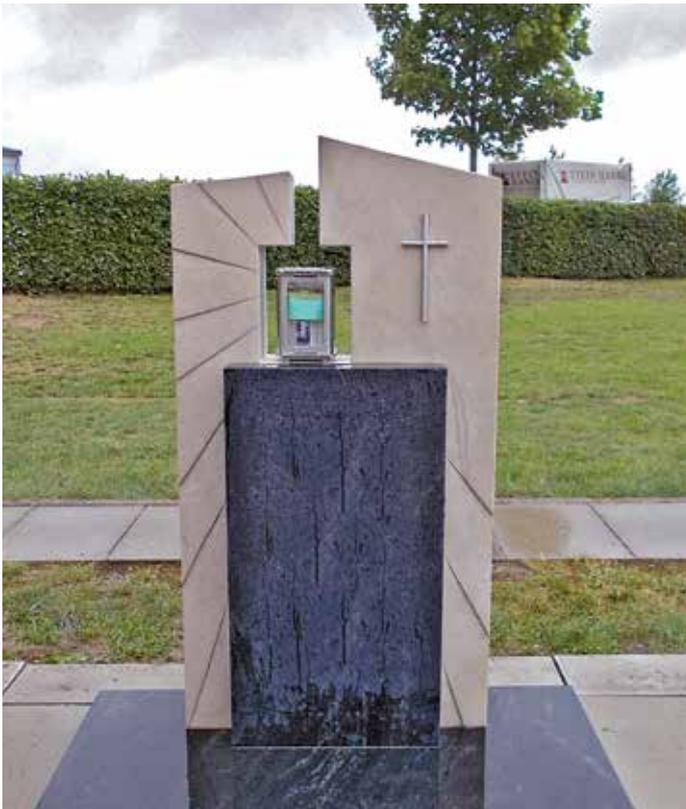
„Sterbegeld Plus“ der „LV 1871“ nimmt den Erben einen großen Teil der Arbeit ab. In digitalen Nachlassplänen lassen sich die Verträge, Online-Nutzerkonten und Mitgliedschaften digital verwalten. Einmal angelegt, können Kunden selbst entscheiden, was im Fall der Fälle mit den Verträgen und Nutzerkonten passieren soll. Wenn Erben nach dem Tod des Nutzers Zugang zu dem Webportal erhalten, können die vorher angelegten Verträge dann im Auftrag der Erben abgemeldet oder gekündigt werden.

akz-o



In Momenten der Trauer fällt es den Angehörigen besonders schwer, an so alltägliche Dinge wie die laufenden Verträge der Verstorbenen zu denken. Der Bestatter hilft auch hierbei. Doch Vorsorge erleichtert die Last der Hinterbliebenen.

Foto: LV1871/akz-o



Waren früher schlicht persönliche Daten des Verstorbenen eingraviert, wird heute viel mehr Wert auf Individualität gelegt. Gerade der Grabstein gibt den Hinterbliebenen die Möglichkeit, weiterhin auf ganz besondere Weise an den Verstorbenen zu erinnern. Foto: Rokstyle/akz-o,

Grablicht im Stein integriert Meistens traditionelle Bestattung gewünscht

Die traditionelle Bestattung auf einem Friedhof ist bundesweit immer noch die meistgewünschte Art der Beisetzung. Hinterbliebene brauchen einen Ort, um der Verstorbenen zu gedenken und ihre Trauer zu bewältigen, und Friedhöfe können auf wunderbare Weise auch Orte der Begegnung sein.

In vielen deutschen Städten gibt es alte Friedhöfe, deren Besuch zeigt, wie vielschichtig die Form der Bestattung ist. Auch die Grabsteine legen ein Zeugnis über den Geschmack im Wandel der Zeit ab. Waren früher schlicht die persönlichen Daten des Verstorbenen dort eingraviert, wird heute viel mehr Wert auf Individualität gelegt. Gerade der Grabstein gibt den Hinterbliebenen die Möglichkeit, weiterhin auf ganz besondere Weise an den Verstorbenen zu erinnern. Immer mehr Menschen legen bei einer Bestattung hohen Wert auf das Besondere. 2013 wurde „Rokstyle – für immer schön“, das erste Fashionlabel für Grabsteine, gegründet. Der Inhaber hat zuvor ein Jahr





Grabmale
Individuelles aus Naturstein

WIEGOLD



Jutta & Jochen Wiegold GbR
Steinmetz-Steinbildhauermeister

Wullener Feld 42
58454 Witten

Tel. (02302) 80934
Fax (02302) 800523
www.grabmale-wiegold.de

Grabmale · Findlinge · Arbeitsplatten
Natursteinarbeiten für Innen und Außen · Skulpturen ...

Bohnet

seit 1913

Bestattungen und Vorsorge
so individuell wie der Mensch...

Wenn Sie sich einfach nur informieren möchten oder konkrete Hilfe benötigen, sprechen Sie uns an, wir sind für Sie da.

Tag und Nacht · Erledigung aller Formalitäten



5 78 28

Universitätstraße 4a
58455 Witten



KÖNIG

Bestattungshaus

Inh. Monika König-Stein

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

Cregeldanzstraße 34 · 58455 Witten
Telefon **02302/56615**
E-Mail: info@koenig-bestattungshaus.de
www.bestattungshaus-koenig.de




lang seine Zeit in sämtliche Vorbereitungen, Designs, Markenmeldungen und alle notwendigen Maßnahmen investiert. Von Bronzeemblem über Swarovski-Steine bis hin zu Glasintarsien: Die neue Generation von Grabsteinen bietet eine ausdrucksstarke Ästhetik und höchste Qualität.

Damit entfällt das lästige Bücken

Ein ganz besonderer Höhepunkt sind die Grablichtsteine. Hier ist das Grablicht gestalterisch in den Stein integriert. Damit entfällt das lästige Bücken beim Anzünden der Kerzen im herkömmlichen Grablicht. Das gut abgestimmte Design, die Funktionalität und die Qualität haben bei der Vergabe des „Plus X Award“ – des Innovationspreises 2017 für Technologie, Sport und Lifestyle – bereits zum zweiten Mal den jeweils ersten Platz belegt. Mit dieser Form der Grabsteingestaltung kann man für seine Verstorbenen ein besonderes Andenken und gleichzeitig einen Ort der stillen Erinnerungen schaffen. akz-o

Knax: ein großes Schul-Abenteuer mit Conni Beste Freundin meistert Alltag

Was kann es Schöneres geben als mit Conni, der beliebtesten Kinderbuchfigur seit 25 Jahren, auf Abenteuerreise zu gehen? Genau das hat die Sparkasse ihren jungen Klub-Mitgliedern ermöglicht.



Im Knax-Klub war wieder einiges los.

Und zwar mit rund 800 Kindern bei einer Theateraufführung im Saalbau an der Bergerstraße. Mit dabei waren auch über 200 Knax-Club-Mitglieder der Sparkasse, für die es sogar gänzlich „Eintritt frei“ hieß. Conni hat ihre kleinen und großen Musicalbesucher mit in ihre Welt genommen. Conni ist für ihre jungen Leser eine Art „beste Freundin“, die genau wie sie die verschiedensten Situationen des Alltags meistert. Ob beim Zahnarztbesuch, bei den ersten Fahrversuchen auf dem Rad oder bei ihren Abenteuern in der Schule mit ihren Freunden Anna und Paul: Sie erlebt eine Menge aufregender Dinge. Dabei bekommt Conni immer Rückhalt von Mama und Papa Klawitter.

Im Saalbau hieß es jedenfalls für alle Conni-Fans: mitmachen, mitlachen und mitsingen. Mit tollen Songs und ganz viel Spaß begeisterte Conni im Theatersaal ihr Publikum. Als persönliches Highlight durften einige Knax-Klub-Mitglieder vor der Aufführung sogar auf die Bühne, um Conni zu treffen.

Mehrmals im Jahr lädt die Sparkasse Witten ihre sechs- bis zwölfjährigen Knax-Klub-Mitglieder zu kostenfreien Veranstaltungen ein. Informationen zur kostenlosen Mitgliedschaft im Knax-Klub gibt es in jeder Sparkassengeschäftsstelle.

Mitreißende Musik und stinkige Geschichte Die Olchis kauen Kieselsteine

Olchis mögen, wenn es mief, muffelt und furzt. Sie waschen sich nie, und wenn sie gähnen, dann stürzen die Fliegen ab und fallen tot auf den Fußboden. So sehr muffeln die Olchis aus dem Mund.

Die Olchis sind ganz anders als die Menschen. Ihre Nasen sind viel größer und ihre Haut ist richtig grün. Alles, was wir Menschen wegwerfen, kommt ihnen gerade recht. Die Olchis verdrücken Schuhsohlen wie Wiener Schnitzel und rostige Nägel wie Gummibärchen. Sie kauen Kieselsteine wie Schokolade und verspeisen lange Schnürsenkel wie Spaghetti. Ihr Gehör ist so gut, dass sie die Kröten husten, die Ratten rülpfen und die kleinen Mäuse pupsen hören. Auch die Olchis pupsen gerne lustig durch die Gegend, und meistens sind sie dabei gut gelaunt. Und gute Laune macht auch dieser musikalische Theaterspaß der Kammerpuppenspiele Bielefeld.

Nachdem das beliebte Figurentheater aus Bielefeld in der Vergangenheit mir dem **Kleinen Raben Socke, Petterson und Findus** und dem **Räuber Hotzenplotz** begeistert haben, zeigt das Ensemble jetzt mit den **Olchis** nach den Büchern von Erhard Dietl seine neueste Inszenierung.

Die mitreißende Musik, der Live-Gesang und die stinkige Geschichte versprechen ein einmaliges Theatererlebnis für die ganze Familie. Spieldauer: anderthalb Stunden. Die Vorstellung findet in Witten am Samstag, 3. März, um 14 Uhr in dem Jugend- und Kulturzentrum Werkstadt in der Mannesmannstraße 6 statt.

Karten können telefonisch unter Ruf 052 03/90 22 83 reserviert werden oder sind einer Stunde vor der Vorstellung an der Tageskasse erhältlich. Eine Karte kostet 9 Euro.

Samstag, 3. März,
14 Uhr

Do. 1.3. 20 Uhr – Eintritt frei

WORTWÄSCHE: Mario Siegesmund – „Ungefährliches Vollwissen“



Ein Mann teilt aus! Zu lange hat Mario Siegesmund sich die Verrücktheiten unserer Lifestyle-Selfie-Gesellschaft angesehen. Nun ist es Zeit, allen die Leviten zu lesen.

Fr. 2.3. 20 Uhr – Eintritt frei

Harry up

„Wir spielen das, was wir selbst gerne hören, wobei die Vorliebe für melodiose Stücke und mehrstimmigen Satzgesang eindeutig ist.“ Das sagen die sechs Musiker der Ruhrgebietsband über ihr Programm. Und das besteht aus klassischem Gitarrenrock mit Folk und Country-Einflüssen.



Sa. 3.3. 20 Uhr – Eintritt frei

Yellow Express

Soulmusik der 1960er steht auf dem Programm, wenn der „Yellow Express“ aus Bergkamen die Bühne eines Clubs betritt.

Dabei wird es dann sehr eng auf der Bühne, denn es zählen bis zu 12 Musiker und Musikerinnen zum gelben Express.

So. 4.3. 18 Uhr – Eintritt frei
„Elvis Double Dynamite“

mit Shaky Everett & D.W. King

Es gibt viele Elvis-Interpreten, die das Erbe des King auf den Live-Bühnen lebendig halten. „Elvis Double Dynamite“ ist eine besondere Show, bei der gleich zwei Elvis-Interpreten die Musik ihres Idols aufführen und damit alle Phasen aus dessen Karriere abdecken. Sowohl einzeln als auch im Doppel.

Mo. 5.3. 20 Uhr – Eintritt frei
„Wittener Blues-Session“

Findet an jedem 1. Montag im Monat statt und ist Treffpunkt für Blues-Musiker und -Musikerinnen, die Lust haben, in völlig neuen Konstellationen zusammen zu spielen. Der Spaß soll im Vordergrund stehen. Die komplette Backline, E-Drum und ein E-Piano sind vorhanden, es müssen nur Gitarre, Bass, Harps und gute Laune mitgebracht werden. Der Opener erhält eine halbe Stunde Gelegenheit, sich vorzustellen. Und natürlich sind auch „Nichtmusiker“ als Zuhörer herzlich willkommen.

Mi. 7.3. 20 Uhr – Eintritt frei
„Mitmach-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. 8.3. 20 Uhr – Eintritt frei
Kopfball! Das Fußballquiz

Kohle, Stahl, Bier und Fußball. Nur Letzteres ist dem Ruhrgebiet geblieben. Da macht es Sinn, sich näher mit dem Thema zu beschäftigen. Meike, Lukas und Momo werden euch viele zum Teil knifflige Fragen zum Fußball und dem „Drumherum“ stellen. Die ihr im Team beantworten könnt. Am Ende könnt ihr euch beim Torwandschießen „blamieren“.

Fr. 9.3. 20 Uhr – Eintritt frei
Greyhound

„Greyhound“ ist eine Coverrock-Band aus Gevelsberg. Die fünf Musiker sind zum Teil schon seit Jahrzehnten aktiv und haben sich auf Rocksongs der 1960/70/80er Jahre spezialisiert. Auf ihrer Setliste steht u.a. die Musik von AC DC, Clapton, Free, Led Zeppelin und einigen deutschen Acts wie Extrabreit und Westernhagen.

Mo. 12.3. 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. Und es macht Spaß – auch wenn die Töne oder Einsätze nicht immer perfekt sind. Das Publikum

gestaltet diesen Abend zu einem ganz individuellen, einzigartigen Konzertabend.

Mi. 14.3. 20 Uhr – Eintritt frei
Offenes Rock- u. Pop-Chorsingen – Replay 2016

Berühmte Songklassiker zum Mitsingen für die Gäste – arrangiert und präsentiert von der „Maschinchen Bunt-Hausband“ mit Helmut Brasse, Gerald Caspers und Thomas Lienenbröcker.

Do. 15.3. 20 Uhr – Eintritt frei
WORTWÄSCHE: Udo Wolff – „Nicht meine Baustelle“



Ein turbulentes Bühnenprogramm, in dem der charmante Aachener Comedian seine ganz spezielle Mischung aus Comedy, Entertainment, Alltäglichem und Besonderen serviert. Mit seiner fesselnden, bildlichen Art Geschichten zu erzählen, steckt man direkt mitten im Geschehen. Ein Abend zum Lachen, Hinterfragen und Entdecken der eigentlichen Baustellen im Leben.

Fr. 16.3. 20 Uhr
„Ü44-Party“ mit „Herr Müller“
Abtanzen in die Nacht mit der besten Dance-Music aus allen Zeiten der Popgeschichte.

Mo. 19.3. 20 Uhr
Wittener Folkclub mit „nnb“
Der „Folkclub“, einst gegründet von der

Ein Skatbuch für Fortgeschrittene

Skat ist nach wie vor eines der beliebtesten Spiele der Deutschen. Viele Spieler suchen einfach Spaß und Geselligkeit, andere schätzen den Skat mit seinen Finten, Taktiken und Tricks als Denksport. In zahlreichen Gaststätten werden offene Turniere veranstaltet, Skat wird aber auch sportlich betrieben, mit Meisterschaften und eigener Bundesliga. „Reizvoller Skat“ von Axel Gutjahr wendet sich an Fortgeschrittene, die ihr Spiel verfeinern möchten. Es zeigt Spielzüge, die auch gewiefte Taktiker überraschen, und es demonstriert spielerische Lösungen für Blätter, die eigentlich hoffnungslos aussehen. Das Buch verrät ferner, wie man auf legale Weise seinem Mitspieler Informationen zukommen lassen kann, wie ein Königsabwurf den Sitz der zugehörigen Farb-Zehn verraten kann oder etwa, was sich hinter dem „Elchtrick“ verbirgt.



Axel Gutjahr
„Reizvoller Skat“ – Tricks und Taktiken für Fortgeschrittene
 160 Seiten, Paperback, Fotos, durchgehend farbig gestaltet
 ISBN 978-3-7307-0368-7
 14,90 Euro, Verlag Die Werkstatt

Sechs Millionen Euro für Schulen

Fast sechs Millionen Euro fließen jetzt für die Verbesserung der Schulinfrastruktur nach Witten. Bürgermeisterin Sonja Leidemann hat von der Bezirksregierung Arnsberg einen Zuwendungsbescheid erhalten. Damit kann die Stadt bis 2022 Projekte realisieren.

unvergessenen „Folkmutter“ Hildegard Doebner, war in den 1970er und 80er Jahren eine Anlaufstelle für Liedermacher aus aller Welt. Bekannte Musiker wie „Stoppok“ machten hier ihre ersten Schritte.

Mi. 21.3. 20 Uhr – Eintritt frei
„Beat-Session“ – Rettet die Sixties

Wir laden MusikerInnen und Fans ein, die großen Songs jener Zeit gemeinsam zu spielen. Anlage, Gitarre, Bass, Klavier und Percussion sind vorhanden, eigene Soloinstrumente bitte mitbringen. Alle Musiker bitte vor Beginn der Veranstaltung anwesend sein, um den Programmablauf ein wenig planen zu können.

Do. 22.3. 20 Uhr – Eintritt frei
Die „Buchmangel“



„Die Buchmangel“ ist ein Treffpunkt für Bücherfreunde/innen. Es werden aktuelle Bücher sowie Lieblingsbücher vorgestellt und besprochen. Bei der „Buchmangel“ gibt es viel Unterhaltsames und auch einige Spiele rund um die Welt der Bücher. Zum Beispiel werden in Anlehnung an die „Montagsmaler“ Buchtitel als Rätsel gemalt. Die Gewinner bekommen – wie passend – ein Tüte Buchstabensuppe!

Fr. 23.3. 20 Uhr – Eintritt frei
„Jazzpanna“

Professionelle Jazzstandards, vornehm-

lich Evergreens der Swing-Ära, Bossa Nova, Jazz- und Popballaden und Titel aus den aktuelleren Charts.

Sa. 24.3. 20 Uhr – Eintritt frei
„Brother Snakeoil & the Medicine Men“

Eine feste Größe in der Blueszene der Euregio im Raum Aachen – authentischer Blues wie in den 50ern und 60ern.

So. 25.3. 18 Uhr – Eintritt frei
WORTWÄSCHE:

Wittener Wortwechsel

Kneipen-Talkshow mit den Gästen: Prof. Dr. Alfred Endres – der „Beat-Professor“ und Unfallseelsorger Oliver Gengenbach.

Mo. 26.3. 20 Uhr – Eintritt frei
Offenes Rock- u. Pop-Chorsingen – Replay 2016

Die Hausband mit Helmut Brasse, Gerald Caspers und Thomas Lienenbröcker übt mit den Gästen berühmte Songklassiker ein.

Mi. 28.3. 20 Uhr – Eintritt frei
„Die 2fellosen“



Das Duo mit Jürgen Koch-Janson und Kurt Savalles präsentiert eigene Songs und einige Coverversionen von Klassikern der 70er Jahre.



Wanderungen im Monat März

So. 4.3. 10 Uhr

Stiepeler Ruhrhöhen

Wir wandern bergauf & bergab durch Wald & Feld; ca. 12 km; Einkehr im „Haus Oveney“. Treffpunkt Platz der Gedächtniskirche, PKW-Anfahrt.

Mi. 7.3. 13.30 Uhr

Nachmittagswanderung

über Nachtigallstraße, Ruine Hardenstein zum „Marktkieker“ in Hebede. Treffpunkt Bökkchen an der Ruhrstraße.

So. 11.3. 10 Uhr

Rund um Haßlinghausen

Wir wandern in stetem Auf & Ab rund um den Ort; ca. 12 km; Einkehr im Landgasthaus „Holland“. Treffpunkt Platz der Gedächtniskirche, PKW-Anfahrt.

Mi. 14.3. 13.30 Uhr

Nachmittagswanderung

durch den Schrebergarten am Sonnen-

schein zu „Malzers Backstuben“ im Edeka-Markt in Stockum. Treffpunkt Bökkchen an der Ruhrstraße.

So. 18.3. 8.45 Uhr

Wir wandern von Wetter nach Witten

ca. 13 km; Einkehr möglich. Treffpunkt Witten Hbf, ÖPNV-Anfahrt. Ticket A.

Mi. 21.3. 13.30 Uhr

Nachmittagswanderung

über Nachtigallstraße, Kastanienallee, Wacholderstraße durchs Mutental zum „Steigerhaus“. Treffpunkt Bökkchen an der Ruhrstraße.

So. 25.3. 11 Uhr

Mutteltalfest am Steigerhaus

Zum offenen Singen mit Gitarre & Akkordeon sind alle herzlich eingeladen. Für Speis & Trank sorgen die guten Geister des SGV. Treffpunkt Steigerhaus im Mutental.

Mi. 28.3. 13.30 Uhr

Nachmittagswanderung

über Uferstraße, Goltenbusch und zurück über den Ruhrtalradweg zum „Kanu-Club“ an der Uferstraße. Treffpunkt Bökkchen an der Ruhrstraße.

Ausstellung

4.3. – 2.12.2018

Zeche Nachtigall Witten

Von Kohle gezeichnet – Frauen im Bergbau

Fotografien von Dariusz Kantor

Die Bilder von Dariusz Kantor zeigen die Arbeit von Frauen im Bergbau zu Beginn des 21. Jahrhunderts in künstlerischer Perspektive.

Es handelt sich einerseits um ausdrucksstarke Portrait-Fotografien, andererseits lassen die Bilder die Arbeitsbedingungen im oberschlesischen polnischen Steinkohlenrevier ebenso erkennen wie die deutlich sichtbare „Endzeit“-Stimmung. Die Arbeit der Frauen im Bergbau gehört hierzulande auch über Tage längst der Vergangenheit an. In Oberschlesien wird es bald genauso sein. Die Ausstellung bezieht, ausgehend vom Ende des Ruhrbergbaus 2018, den Niedergang der beiden anderen großen Steinkohle-Revier Europas ein. Zeche Nachtigall, Witten

Sa. 3.3. 14 Uhr

„Die Olchis“

Kindertheater von Erhard Dietl



Sie kennen die Olchis nicht? – Dann wird es höchste Zeit! Auf geht es in die blauen Berge! Eigentlich ist es in Schmuddelfing gerade so gemütlich, aber zu leckerem Gebirgs-Müll können die Olchis nicht Nein sagen. Doch in den Bergen ist es unangenehm ordentlich... Und dann spukt es auch noch! Sie treffen auf den Geist der blauen Berge... Spieldauer: ca. 1 1/2 Stunden, inkl. Pause. Karten können unter (05203) 902283 reserviert werden. Eintritt: 9,- €, nur Tageskasse. WERK*STADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Sa. 3.3. 20 Uhr

WDR2 Copacabana live – „Klingt interessant, isst aber nicht“

„Habbich wat verpasst?“ Wer bei diesem Satz nicht an „Copacabana“ denkt, der hat tatsächlich etwas verpasst. Denn schon seit über einem Jahr gehen die drei Welt-erklärer Jünter, Jötz und Jürgen auf WDR 2 allmorgendlich den großen Fragen der Menschheit nach. Saalbau Witten, Saal B.

Sa. 3.3. 22 Uhr

90's Party

Hits und Hymnen aus den 90er Jahren
 Auf der 90er-Party der WERK*STADT kom-



Fr. 2.3. 18.30 Uhr

Der kleine Maulwurf

Ballettschule Ivancic. Modern Moves zeigt die vielseitigen Facetten moderner Tanzrichtungen, u.a. fetzige Hip Hop-Choreographien, Krumping, Steptanz, Contemporary, Modern Dance und ganz aktuell Dancehall. Saalbau Witten, Theatersaal.

men 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. Ladies haben freien Eintritt! AK 6,- €. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 4.3. 10 Uhr

Chortag NRW: Jeder kann mitsingen

Der beliebte Chortag NRW lädt zum gemeinsamen Gospelsingen. ein. Angeleitet und begleitet werden Sie dabei vom schwedischen Gospelstar Samuel Ljungbladh und dessen Pianisten. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich. Den Höhepunkt und gleichzeitigen Abschluss bildet um 18 Uhr der beliebte Stadtgottesdienst „Himmelwärts“. Saalbau Witten, Festsaal.

WERK^oSTADT

So. 4.3. 11 – 16 Uhr

In Hülle und Fülle

Der Modeflohmarkt für Übergrößen
 Ihr habt etwas mehr Format und habt es satt, auf normalen Modeflohmärkten nichts Passendes in eurer Größe zu finden, ihr seid auf der Suche nach neuen Lieblingsstücken und Schnäppchen für euren Kleiderschrank oder euer Kleiderschrank quillt über und eure ausrangierten Dinge sind noch viel zu schade für den Müllcontainer! Dann seid ihr bei uns genau richtig! WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.



So. 4.3. 14.30 Uhr

Ausstellungseröffnung „Von Kohle gezeichnet – Frauen im Bergbau“, Zeche Nachtigall Witten.

So. 4.3. 18 Uhr – Eintritt frei Stadtgottesdienst „Himmelwärts“

Himmelwärts ist der Gottesdienst der Creativen Kirche für die Stadt Witten. Mit regelmäßig 400 bis 700 Besuchern ist es einer der bestbesuchten Gottesdienste im östlichen Ruhrgebiet. Saalbau Witten, Theatersaal.

Do. 8.3. 15.30 Uhr

Das magische Baumhaus – im Bann des Eiszauberers

Ein neues, spannendes Abenteuer für Anne und Philipp für Menschen ab 4 Jahre. Saalbau Witten, Theatersaal.

Do. 8.3. 18 Uhr

Unterm Pusenköff

Prof. Dr. Reinhold Happel unternimmt einen Streifzug durch die Fotografiegeschichte zwischen 1839 bis zur Jahrhundertwende unter dem Titel „Fotografie als Kunst?“. Förderverein Märkisches Museum Witten, Husemannstraße 12.

Sa. 10.3. 19.30 Uhr

Die Orchesterprobe

Ein scharfsinniger Großangriff auf die Lachmuskeln voller Wortwitz nach dem Kurzfilm von Karl Valentin von 1933. Komödie nach Karl Valentin mit Einführung um 19 Uhr. Saalbau Witten, Theatersaal.

So. 11.3. 11 – 15 Uhr – Eintritt frei Baby- & Kindertrödel

Ob Kinderspielzeug, Babykleidung, Umstandsmode, Bücher oder Zubehör für einen reibungslosen Alltag mit den Kleinen, hier kann getrödel werden, was das Zeug hält. Damit die Hauptdarsteller ihres Lebens nicht zu kurz kommen, gibt es auch einen Bastelbereich sowie eine Tobedisco. Zur Stärkung erhalten Sie an der Theke Waffeln, Kaffee, Kakao u.v.m. Standplätze buchbar: Persönlich im Infobüro der WERK^oSTADT oder online unter www.hellwegticket.de. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 11.3. 14.30 Uhr

„Der Weg in die Tiefe“

Offene Themenführung zum Bergbau im Ruhrtal des 19. Jahrhunderts. Zeche Nachtigall Witten.

So. 11.3. 17 Uhr

Die drei von der Tankstelle

Musikalische Komödie in schwarz/weiß, u.a. mit Saskia Leder, Fridjof Bundel, Joeri Burger, Lars Lienen, Filmtheater Lange & Leder. Die Freunde Willi, Kurt und Hans sind pleite. Sie beschließen ins „Tankgewerbe“ einzusteigen. Die Evergreens, die den Film so populär machten – „Ein Freund, ein guter Freund“ oder „Liebling, mein Herz lässt dich grüßen“ – wirken noch wie damals. Saalbau Witten, Theatersaal.

Di. 13.3. 18.30 Uhr

Als Hagen am Äquator lag

Geologie und Geotope im Umfeld von Hagen. Vortrag von Antje Selter, Eintritt frei, Zeche Nachtigall Witten.

Di. 13.3. 19.30 Uhr

Die Perlenfischer

Oper von Georges Bizet mit deutscher Übertitelung. Einführung um 19 Uhr. Die ergreifende Geschichte um ein exotisches Dorf im damaligen Ceylon verwebt unerfüllte Liebe, Rache und Eifersucht zu einer lyrischen Oper. Imposante Inszenierung mit über 100 Mitwirkenden. Saalbau Witten, Theatersaal.

Mi. 14.3. 16 Uhr

Dornröschen

Schauspiel mit Rockmusik für die ganze Familie für Menschen ab 6 Jahre. Das Landestheater Detmold und die Kinder-Rockband „Randale“, Saalbau Witten, Theatersaal.

Do. 15.3. 19 – 20.30 Uhr

Industrienatur – Neue Vielfalt auf alten Brachen

Vortrag von Birgit Ehse in Kooperation mit der VHS Witten | Wetter | Herdecke. 8 €, erm. 4 € für VHS-Mitglieder. Zeche Nachtigall Witten.

Fr. 16.3. 19 Uhr

„Schottischer Abend“

Mit Schottischer Musik, Tänzen und schottischem Essen. Mit Maik Hester und Anne Behrenbeck. Karten nur im Vorverkauf bis zum 4.3.; Haus Oveney am Kemnader Stausee, Oveneystr. 65, BO (Tel: 0234/799 888).

Sa. 17.3. 13 – 17 Uhr – Eintritt frei Messe für Integration und Städtepartnerschaften

Schau über den Tellerrand!

Schon zum achten Mal lädt die Stadt Witten gemeinsam mit dem Verein „Kontrakt-Unternehmen für Bildung e.V.“ zur Messe in die Wittener WERK^oSTADT ein. Nach der Eröffnung durch Wittens Bürgermeisterin Sonja Leidemann um 13 Uhr erwarten Sie über 40 Aussteller mit vielen Aktionen für Jung und Alt. Die Veranstalter laden Sie ein, einfach mal „über den Tellerrand zu schauen“ und die kulturelle Vielfalt dieser Stadt und die kulinarischen Köstlichkeiten anderer Länder kennenzulernen. Die Jugendlichen aus dem Programm Kontrakt werden Sie vor Ort herzlich willkommen heißen und informieren Sie über die Angebote und die Teilnahme an der Verlosung. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Sa. 17.3. 20 Uhr

Silver Party mit DJ Ruud van Laar

Die legendäre Silver Party ist für alle, die noch lange nicht zum alten Eisen gehören! DJ Ruud van Laar präsentiert hier Tanzbares aus dem Rock und Pop der letzten 40 Jahre und zeigt, dass man auch jenseits der 50 noch die Nacht zum Tag machen kann. Ein Fingerfood-Buffer, ein Begrüßungsdrink und die charmante Atmosphäre der WERK^oSTADT runden den Abend ab und sorgen für beste Feierlaune. AK 10,- €. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 18.3. 11 – 15 Uhr – Eintritt frei

Familientrödelmarkt

Schnäppchenjagd auf Wittens größtem Flohmarkt für private Anbieter! Saalbau Witten, Festsaal, Foyer, Saal C.

So. 18.3. 14 – 18 Uhr – Eintritt frei

Familiensonntag



Spiele- und Bastelaktionen für Groß und Klein. Pauline bastelt mit den Kindern, in der Holzwerkstatt fliegen die Späne und in der Disko wird getobt. Währenddessen können es sich die Eltern bei einer heißen Tasse Kaffee bequem machen und ihren Kindern beim Spielen zusehen – mitmachen ist natürlich auch erlaubt! Im kostenlosen Kinderkino läuft ein Film über einen einfachen Gassenjungen, dessen Leben sich durch eine verwunschene Lampe ändert. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

So. 18.3. 14.30 Uhr

„Alles aus einem Berg“

Interaktive Themenführung zur Geologie rund um den Hettberg, kostenlose Führung Zeche Nachtigall Witten.

So. 18.3. 19.30 Uhr

Ganz großes Kino – „TOSCA“

Oper in drei Akten von Giacomo Puccini. Übertragen aus dem Royal Opera House in London. Dan Ettinger dirigiert eine Starbesetzung mit Adrienne Pieczonka, Joseph Calleja und Gerald Finley, gesungen auf Italienisch mit deutschen Untertiteln. Gesamtdauer: ca. 3 Stunden, mit Pausen. „Ganz großes Kino“ wird präsentiert mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse. Saalbau Witten, Theatersaal.

Mo. 19.3. + Di 20.3. 20 Uhr

Monsieur Claude und seine Töchter

Komödie, u.a. mit Ralf Novak, Fee Denise Horstmann, Hans-Jürgen Helsig, agon München. Claude – stockkonservativer Gaullist und erzkatholisch – hat vier erwachsene Töchter. Drei Schwiegersonne sind zwar Franzosen, aber keine Katholiken. Und so ist er entzückt, als er hört, dass der vierte Schwiegersonn katholisch ist – zumindest so lange, bis er ihn zu Gesicht bekommt... Saalbau Witten, Theatersaal.

Mi. 21.3. 19.30 Uhr

Best of NRW - Anouchka und Katharina Hack

Es werden Werke von Leos Janáček, Ludwig van Beethoven, Robert Schumann und Dmitri Schostakowitsch gespielt. Anouchka Hack, Violoncello, Katharina Hack, Klavier. Haus Witten, Konzertsaal.

Do. 22.3. 20 Uhr

Maxi Gstettenbauer

„Lieber Maxi als normal!“



Nach „Nerdisch By Nature“ und „Maxipedia“ wächst der kellergebräunte Comedy-Nerd in „Lieber Maxi als normal!“ immer weiter zum scharfen Beobachter des Alltags heran. Normal war nie ein Fall für Maxi (Gstettenbauer). Keine klassische Ausbildung, kein Studium, nicht mal Abitur! Was für jeden anderen Beruf eine Katastrophe wäre, ist für die Comedy genau richtig. Von der Schule direkt nach Köln in die Comedy-Welt! Über 3 Millionen Klicks auf YouTube, zahlreiche TV-Auftritte und

die Auszeichnung mit dem Jury-Preis des großen Kleinkunstfestivals 2016 sprechen für sich. VVK 24,- € zzgl. Gebühren, AK 30,- €. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Fr. 23.3. 18 – 22 Uhr – Eintritt frei
Nachtrödelmarkt

Der Stöberspaß für Nachtschwärmer
Ob Kleidung, Kitsch, Rarität oder Kuriosität – hier findet das Flohmarkttherz was es begehrt. Standplätze können werktags vor Ort in der WERK^oSTADT und online auf www.hellwegticket.de gebucht werden. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Fr. 23.3. 20 Uhr
Roberto Capioni - „Italiener schlafen nackt - manchmal auch in Socken“

Wie war das Leben mit einem italienischen Vater in einer verschlafenen Kleinstadt ohne Handy oder Fernsehen in S/W und mit nur 3 TV-Programmen? Wie immer natürlich in 4D: Sehen, Hören, Fühlen, Lachen! Saalbau Witten, Saal B.

Sa. 24.3. 15.30 Uhr
Dünkelbergstollen

Große Bergwerkstour für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren, 6 Euro plus Eintritt, Anmeldung bis 22.3. Zeche Nachtigall Witten.

Sa. 24.3. 20 Uhr
Swedish-Legend – Absolute ABBA Tribute

Als wäre das Original wieder da! Special Guest und Moderation: Harpo (Moviestar). Zehn Jahre lang haben Agnetha Fältskog, Anni-Frid Lyngstad, Benny Andersson und Björn Ulvaeus mit der schwedischen Gruppe ABBA die internationale Popmusik bestimmt. Originalgetreuer Sound, Glamour, Glitzer, Plateauschuhe, authentische Kostüme und Discokugeln – als wäre das Original wieder auf der Bühne! Saalbau Theatersaal.

So. 25.3. 11 – 18 Uhr
Muttentalfest

Museen und Ausflugsziele im Muttental feiern den Start in die neue Saison, Eintritt frei Zeche Nachtigall Witten.

So. 25.3. 14.30 Uhr
„Zeche Eimerweise“

Offene Themenführung zu den Kleinzichen im südlichen Ruhrgebiet. Zeche Nachtigall.

So. 25.3. 15 Uhr
Reihe: Kunst & Kuchen
Gespräch in der neuen Ausstellung „Informel international“, die mit Werken internationaler Künstler wie Julius Bissier, Georges Mathieu und Emilio Vedova eine Brücke zum deutschen Informel und somit zum Wittener Museumsbestand schlägt, anschließend Kaffee und Kuchen. Förderverein Märkisches Museum Witten e.V., Husemannstraße 12.

So. 25.3. 19.30 Uhr
Westdeutsche Sinfonia
Es werden Werke von Samuel Barber, Frédéric Chopin und Ludwig van Beethoven gespielt. Leitung: Dirk Joeres, Solist: Nikolai Tokarew,

Klavier. Saalbau Witten, Theatersaal.

Di. 27.3. 20 Uhr – Eintritt frei
ZeitRaum

Mit hausgemachten Gerichten
Zeit zum Teilen, zum Entdecken, zum Sehen, Hören und Nachdenken. Über Kunst und Kultur. Über Menschen und Möglichkeiten. Über Gott und die Welt. Raum dafür ist bei „ZeitRaum“ im Treff^o. Das Thema im März lautet „Unendlichkeit“. Wie immer warten raffinierte hausgemachte Speisen auf die Gäste. Café Treff^o, WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, WIT.

Mi. 28.3. 15 – 17 Uhr
Zechen Safari

Glück auf – Die Kröten kommen! Tiere auf Wanderschaft. Für Kinder ab 6 J. und Erwachsene, 5 Euro plus Eintritt, Anmeldung erforderlich. In Kooperation mit der VHS Witten | Wetter | Herdecke und Naturführerin Birgit Ehses. Zeche Nachtigall Witten.

Vorschau
Saalbau Witten

VVK-Info: Saalbaukasse 02302 581

Sa. 14.4.
„Das Fest“

So. 15.4.
Neue Philharmonie Westfalen

Sa. 21.4.
Fritz Eckenga

Fr. 4.5.
„Love Story“

Sa. 5.5.
„Toast Hawaii“

So. 6.5.
Frauenchor Harmonie Wetter

So. 20.5.
Die neue Show zu Ehren von Udo Jürgens

Mi. 23.5.
Nightwash Live

Sa. 26.5.
Mirja Regensburg

Sa. 26.5.
„Jesus liebt mich“

Fr. 1.6.
Torsten Sträter

Sa. 9.6.
Sebastian Pufpaff

LWL-Industriemuseum | Westfälisches Landesmuseum für Industriekultur

Jetzt anmelden!

Henrichshütte Hattingen

15. Hattinger Hüttenlauf
27. Mai 2018, ab 11 Uhr

Funlauf und Walk ++ Sparkassenlauf ++
3er Staffellauf ++ 2er-Staffelwalk
AVU-Bambini- und Kinderlauf

www.lwl-industriemuseum.de

Sparkasse Hattingen AVU... PROVINZIAL LWL

Image Nächster Erscheinungstermin:

Mittwoch, 28.3.2018
Anzeigenschluss: Freitag, 16.3.2018

Image

Titelbild: Parkplatz an der Berghauser Straße in Bommern
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. Bohner-Danz, S. Bützler, M. Dix, C. Hamacher, M.+U. Kathagen, U. Lindner, J. Meckler, Dr. Anja Pielorz, R. Schletter, T. Strehl (Es gilt die Verlagsanschrift)
Verteilung: SDW Prospektwerbung, Bochum
Druck: Lensing Druck GmbH & Co. KG, 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. 4 vom 1.12.2017. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

HAMMERTALER BAUSTOFFE

Alle Artikel nur so lange der Vorrat reicht! Angebote gültig bis 31.03.2018. Preise inkl. MwSt.



ab
5⁹⁵
pro Sack



Pinienrinde 70 L



oder
Rindenmulch lose
Größe: 0/40
ab 29,95€ pro m³



Rosenschere

leichte, handliche Gartenschere,
Klinge aus hochwertigem Carbon-
Stahl, geschliffen und poliert

13⁹⁵
pro Stück



16⁹⁵
pro 5kg Sack



Rasaflor Rasendünger

Ihr Rasenteppich - dauerhaft dicht, grün und strapazierfähig

- + Gegen Staunässe bei schweren & verdichteten Böden
- + Optimiert den pH-Wert bei sauren Böden und ersetzt das jährliche Kalken
- + Tonminerale verhindern Trockenschäden und sorgen für eine bessere Nährstoffausnutzung

Hotrega Reiniger

ab
8⁹⁵
pro Flasche

Hotrega Garten- und Motorgeräte Reiniger
500ml Spezialreiniger zur Entfernung von Gras-,
Baumharz-, Öl- & Fettrückständen. Reinigt, pflegt
und konserviert. Für alle Garten- und Motorgeräte
aus Metall, Kunststoff und Holz.



Dauertiefpreis

2²⁹
pro Sack

Blumenerde 45L



Werkzeuge aller Art



Baumaschinen Vermietung

Professionelle Kubota Baumaschinen
zu fairen Mietpreisen.



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. 6.00-17.00 Uhr
Sa. 6.00-12.00 Uhr

Internet:
www.hammertaler-baustoffe.com

**Neue Öffnungszeiten
ab 1. März wieder bis 17 Uhr**

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