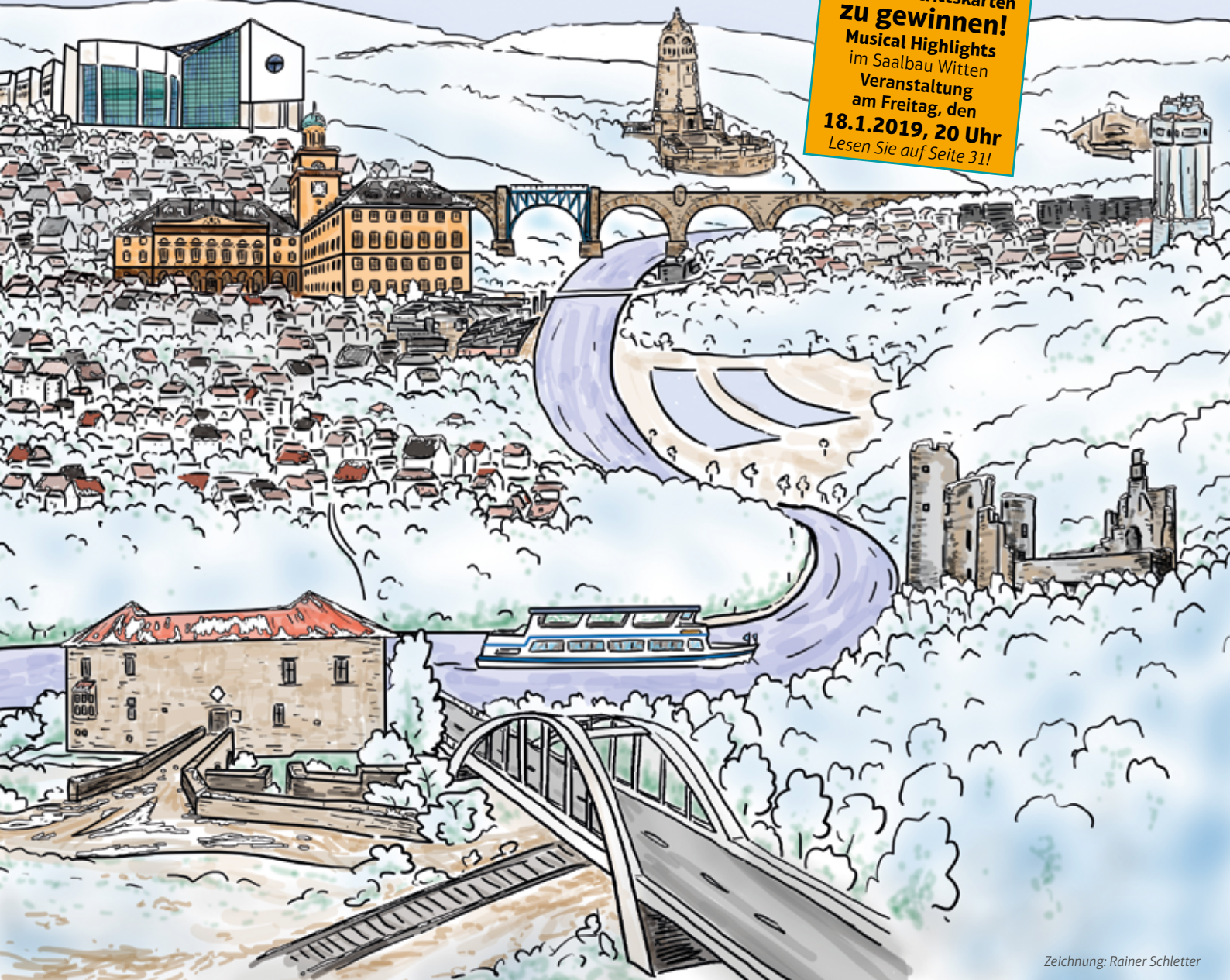


Image Witten

Neujahrsausgabe

www.image-witten.de

**5 x 2 Eintrittskarten
zu gewinnen!**
Musical Highlights
im Saalbau Witten
Veranstaltung
am Freitag, den
18.1.2019, 20 Uhr
Lesen Sie auf Seite 31!



Zeichnung: Rainer Schletter

Hütten-Gaudi



**Sa., 26. Jan. 2019,
ab 19.00 Uhr**

Es erwarten Sie bayrische Schmankerln
und Live-Musik! Tischreservierung erbeten!

WILD WILD WEST

US-Steak-Wochen
ab Dienstag, 5. Februar!



„Krimispieldinner“

Wir bitten um
Reservierung!

am **26. März**: „Im Schatten der Vergangen-
heit“, ein Kreuzfahrtkrimi zum Mitspielen, inkl.
4-Gang Menü, **48,90 € p.P.**, Beginn 18 Uhr

Wöchentlich wechselnde
Mittagsgerichte,
Di. – Sa., 12.00–14.30 Uhr,
ab 5,50 € *Ausn. an Feiertagen

Steak vom heißen Stein

Restaurant Jever Krog

mit der friesischen Note

Ab 8. Januar wieder bei uns:

„Friesie trifft Ruhrpott“

Spezialitäten aus dem Ruhrgebiet/
Ruhrpottküche



Donnerstag ist **Schnitzeltag**

Öffnungszeiten: Di. bis Sa. 12.00–14.30 Uhr (Küchenschluss 14.15 Uhr), So. 11.30–14.00 Uhr und Di.–So. ab 17.30 Uhr. Mo. Ruhetag.

Meesmannstraße 103 · 58456 Witten-Herbede · ☎ 0 23 02/7 36 05 · www.jeverkrog.com · E-Mail: info@jevekrög.com

Allianz Schwartz

Platz an der Schmiede 3

Liebe Leser,

das neue Jahr hat begonnen, jeder hat es in seiner Form gefeiert oder auch nicht, und wie alle Jahre wieder sind die guten Vorsätze wieder einmal da.

Ich will abnehmen, um im Sommer eine schicke Strandfigur zu haben. Ich will mich mehr sportlich betätigen, um aktiver und vitaler zu werden. Ich will weniger oder gar keinen Alkohol mehr trinken. Ich höre auf zu rauchen. Dies sind nur einige gute Vorsätze, die die Menschen jedes Jahr wieder prägen.

In allem steckt ein wahrlich guter Kern, aber warum ist die Ausführung immer wieder zum Scheitern verurteilt?

Die Ziele werden einfach immer zu hoch gesteckt, der Winter ist eher dunkel und gemütlich, man zündet sich gerne Kerzen an und liebt sein Sofa - und so ist die Motivation, die durchaus da ist, schnell verschwunden.

Beginnen Sie langsam etwas zu tun, aber tun Sie das dann auch wirklich! Gönnen Sie sich auch gemütliche und schöne Momente, es kann von jedem etwas weniger sein.

„Fit ins neue Jahr“ – Gesundheit und Co. sind auch in der Januar-Ausgabe bei uns ein Thema. Wir berichten weiter über die neuen Automodelle, da es auf dem Markt viele Neuheiten gibt. Achten Sie auf Fördergelder, diese werden in vielen Bereichen neu ausgeschüttet. Gehen Sie mit offenen Augen durch das neue Jahr, helfen und spenden kann man nicht nur im Dezember, wobei die Bereitschaft hier natürlich am Größten ist.

Die Image-Redaktion wünscht Ihnen für das neue Jahr viele schöne Momente und Ereignisse. Wir bemühen uns, Ihnen monatlich auch weiterhin ein attraktives und informatives Magazin zu präsentieren.



Monika Kathagen

Isola Bella

RISTORANTE

ITAL. SPEZIALITÄTEN-RESTAURANT

Wir wünschen ein frohes neues Jahr!

Unsere Öffnungszeiten:

Dienstag – Sonntag 12.00 – 14.30 Uhr und 18.00 – 23.00 Uhr
Montag Ruhetag

Hauptstr. 12 · 58452 Witten · Telefon (02302) 68485

2019 die Fitness verbessern:

PV startet Lauf- und Schwimmkurs

Fit werden im Wasser und auf dem Land verspricht der PV-Triathlon Witten: Laufanfängerkurs startete am 7. Januar 2019.

Anfang des neuen Jahres begann der neue Laufkurs für Anfänger. Zielgruppe: absolute Laufeinsteiger und Läufer mit wenig Lauferfahrung. Während der Trainingsrunden bekommen die Teilnehmer schrittweise Kondition und Laufgefühl. „Das erste Ziel ist es, nach drei Monaten eine Strecke von 5 km ohne Probleme zu laufen“, sagt Uwe Wiedersprecher, einer der Mentoren des Anfängerkurses. „Das nächste große Ziel wird die komplette Runde um den Kemnader Stausee. Diese Runde laufen wir im Juni im Wohlfühltempo und dann – dem PV-Motto folgend – ‚Lächelnd ins Ziel!‘“ Während des Laufkurses werden die Teilnehmer/innen auch einiges über Lauftheorie, die richtige Ernährung und Ausrüstung erfahren. Zum Anfang reichen einfache Sportschuhe und Sportbekleidung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Es kann jederzeit montags oder freitags neu mit eingestiegen werden.

Montag + Freitag, 18 Uhr

Wer: PV Triathlon Witten (www.triwi.de)

Wo: Parkplatz Lohmann in Herbede, Ruhrtal 2

Infos: uwwie@arcor.de und Tel. +49 170 59 077 87

Neuer Schwimmkurs für Erwachsene

Zehn Unterrichtseinheiten bietet der nächste Schwimmkurs, der auf Erwachsene ausgerichtet ist. Der Kurs startet am 11. Januar 2019 um 15 Uhr in der Pferdebachschule, Rebecca-Hanf-Str. 10, kostet 70 Euro und wird vom PV-Triathlon Witten ausgerichtet. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt sechs Personen. Anmeldung nur online über www.triwi.de und weiter unter „Kurse“.

Infos: Tel. 8 36 30 und 0 173 45 89 514.

11. Jan., 15 Uhr

Vereine profitieren von Förderung

Von den möglichen 22.000 Euro Fördergeld wurden bisher 16.300 Euro bewilligt. Davon profitiert haben 16 Vereine. Über eine Unterstützung im vierstelligen Bereich konnten sich der Ruderclub Witten (2.056 Euro für einen Doppelvierer), der Mini-Golf-Club Witten (1.702 Euro für neuen Bahnen) und die Sportschützengemeinschaft Annen 1836 (1.360 Euro für eine Auswertungsanlage) freuen. Ebenfalls unterstützt wurden die DJK BW Annen und der TuS Witten/Stockum.

Stichwort Sportförderrichtlinien des Ennepe-Ruhr-Kreises

Mit welchen Vorgaben und Bedingungen die vorgesehenen Fördermittel vergeben werden, das regeln die vom Kreistag beschlossenen Richtlinien. Zu den Grundsätzen heißt es dort unter anderem: „Die Sportförderung ist in erster Linie eine Aufgabe der kreisangehörigen Städte. Der Kreis kann mit einer Förderung nur da ansetzen, wo Hilfen der Städte nicht oder nicht ausreichend vorhanden sind oder wo Initiativen im sportlichen Bereich geweckt werden sollen.“

Zur Vergabe lautet eine der Vorgaben: „Zuschüsse werden nach der Dringlichkeit und im Rahmen der verfügbaren Haushaltsmittel bewilligt. Die Anträge werden chronologisch nach Posteingang bearbeitet. Soweit Zuschüsse von Dritten (Bund, Land, Landes- und Kreissportbund) zu erwarten sind, müssen diese vorrangig beantragt und genutzt werden.“ Außerdem gibt es eine Sperrfrist. Diese ist wie folgt definiert: „Eine erneute Bezuschussung eines Vereins ist grundsätzlich erst nach einer Wartezeit von drei Jahren möglich. Bei Mehrspartenvereinen gilt diese Frist für jede einzelne Fachverbandszugehörigkeit (Abteilung) gesondert.“

pen



Mitgliederversammlung 2017 v.l.: Dr. Bernd Pitschak (2. Vors.), Jobst Pastor (1. Vors.), Christian Meckel (Sportmanager)

Mooren Inh. Klaudia Wesner

Bücher • Tabakwaren • Lotto • Reisebüro HERMES PAKET SHOP

Helium-gefüllte Folienballons **Schlüsseldienst**

Schnell und zuverlässig **Zahlung möglich**

Meesmannstraße 57 • 58456 Witten • ☎ 023 02/734 65

Jobst Pastor gibt Amt ab

Die Nachricht schlug bei den Mitgliedern des PV-Triathlon Witten wie die berühmte Bombe ein: nach 15 Jahren gibt der 1. Vorsitzende Jobst Pastor sein Amt an seinen Stellvertreter Dr. Bernd Pitschak ab.

Jobst Pastor hatte das Ruder zwei Jahre nach seinem Eintritt in den Traditionsverein in einer schwierigen Zeit übernommen und den Verein durch seine ruhige, ordnende und vorausplanende Art in ruhiges Fahrwasser gebracht. In einer Mail an alle PVler informierte Jobst Pastor nun, dass ihn eine schwere Erkrankung daran hindere, zum jetzigen Zeitpunkt seine Aufgaben weiterzuführen. dx

Wir für Sie vor Ort ...

Gewinnen Sie 30 Euro

Auf dieser Seite finden Sie Kleinanzeigen, die alle mit Zahlen versehen sind. Bei drei dieser Anzeigen haben wir außerdem ein kleines Glückskleeblatt versteckt. Merken Sie sich die drei Zahlen derjenigen Anzeigen, die mit einem Kleeblatt gekennzeichnet sind. Diese drei Zahlen und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und

Telefonnummer nicht vergessen) schicken Sie per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Thiestraße 7, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an gewinnspiel@image-witten.de mit dem **Stichwort „Glücksklee Witten“**. **Einsendeschluss** ist der 21.1.2019. 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.

Ihr Objekt machen wir sicher!

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

me-sicherheit GmbH

• 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

Grüßes Party-Service

Wir lieben Lebensmittel.

Dominik Grütter

☎ 023 02/97 20 26
www.party-service-gruetter.de

EDEKA Markt
Wittener Straße 12 • 58456 Witten-Herbode

Besucht uns auf www.takt.bar

Wittens modernste Tanzschule

takt.bar

Die ADTV Tanzschule

GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH

MEISTER GÄRTEN RAHM

Gartenservice rund ums Jahr

AM WALZWerk 7 • 45527 HATTINGEN
☎ 02324 - 6867956
WWW.GARTENBAU-RAHM.DE

akf bank der finanzpartner

»Kompromisslos kundenorientiert. Das ist meine akf.«

Ihr Spezialist für die Finanzierung mobiler Wirtschaftsgüter.

akf bank GmbH & Co KG
Niederlassung Witten
T +49 (0) 2302 2821-100
t.druke@akf.de

HS Hundebett

Hundebetten & Heimtierdecken,
individuelle Einzelanfertigungen,
und alles andere rund um den Hund

Öffnungszeiten: Mi. 10-13 Uhr,
Do. u. Fr. 10-13 Uhr u. 15-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr

Im Hammertal 111 • 58456 Witten
☎ 02324/31155 • info@hs-hundebett.de
www.hs-hundebett.de

Delgado Freizeit

Wir machen Ihren Urlaub zum Vergnügen.

VERKAUF - VERMIETUNG - SERVICE
WERKSTATT - ERSATZTEILE - uvm.

Linde 62 - 42287 Wuppertal
Tel.: 0202 / 460280
wuppertal@delgado-freizeit.de
delgado-freizeit.de

Deine Weinwelt

Über 200 versch. Weine im Sortiment - online bestellen oder live!

Tel. (02339) 9293 57
www.deineweinwelt.de
service@deineweinwelt.de

Inh. Otto Willy Schwarz
Jahnstraße 7, 45549 Sprockhövel

INTERSPORT GUEVENC

Aus Liebe zum Sport

im UG Stadt Galerie Witten

www.intersport-guevenc.de
info@intersport-guevenc.de
Telefon: 02302 4009952

Rote Tonne ergänzt Graue, Blaue, Gelbe und Braune

Wer Abfälle und Wertstoffe auf den richtigen Weg bringen möchte, hatte im EN-Kreis bisher die Wahl zwischen grau (Restmüll), braun (Biomüll), blau (Papier) und gelb (Verpackungen). Jetzt bringt die Kreisverwaltung mit rot eine weitere Farbe ins Spiel.

„Die Tonnen mit dieser Farbe sind für CDs, DVDs und Blu-ray Discs sowie Druckerpatronen, Tintenpatronen, Tonerkartuschen und ausgediente Trommeleinheiten vorgesehen. Bürger, die sie nutzen, leisten einen weiteren wichtigen Beitrag, damit Abfälle sinnvoll verwertet werden“, wirbt Elisabeth Henne, Abfallfachfrau der Kreisverwaltung für das neue Angebot. **Die roten Tonnen stehen auf sofort auf den Umlageanlagen des Kreises in Gevelsberg (Hundeicker Str. 24-26) und Witten (Bebbelsdorf 73) sowie auf den Wertstoffhöfen in Hattingen, Herdecke, Schwelm und Wetter.**

Wer die genannten Dinge abgeben möchte, sollte folgende Vorgaben beachten: Tinten- und Druckerpatronen sowie digitale Datenträger kommen unverpackt in die rote Tonne. Ausnahmen gelten nur für unbenutzte Artikel. Kartuschen und Trommeleinheiten können zum Schutz vor Staubaustritt in Kunststoffbeutel oder -tüten verpackt werden. Sowohl mitgebrachte Kunststoff- als auch Papierverpackungen können an den Umlageanlagen und Wertstoffhöfen entsorgt werden. „Die gesammelten CDs, DVDs und Blu-ray bringen beste Voraussetzungen für ein hochwertiges Recycling mit. Sie bestehen überwiegend aus Polycarbonat, also aus einem Kunststoff, der längst ein gefragter Wertstoff ist“, erläutert Henne. Genutzt werden die alten Scheiben für neue Produkte von der Automobil-, Computer- und Elektroindustrie sowie für Medizintechnik.

Aufwändiger wird es, wenn es um das Verwerten des Druckerzubehörs geht. Schon das Sortieren der Tonneninhalte ist keine Kleinigkeit. Aktuell gibt es mehr als 20.000 verschiedene Typen von Druckerverbrauchsmaterialien. Was geeignet ist, wird beispielsweise an Firmen weitergegeben, die Druckermodule zerlegen, reinigen, Dichtungen und Bildtrommel austauschen und neu befüllen. „Dies ist natürlich die beste Variante. Aber auch aus Druckermodulen, die sich nicht mehr zum Befüllen eignen oder von betagten Druckergenerationen stammen, lassen sich noch wertvolle Bestandteile gewinnen.“ So macht für Henne die neue rote Tonne Sinn.

pen



In sechs von neun Städten des Kreises können die Bürger die roten Tonnen ab sofort täglich nutzen.
Foto: UvK/Ennepe-Ruhr-Kreis

Bildungsurlaub und Bildungsscheck möglich!

Entschleunigung für den Berufsalltag

Kennen Sie das Gefühl, ständig unter Strom zu stehen und von der Hektik und Schnelllebigkeit des Alltags einfach mitgerissen zu werden?

Wachsende Anforderungen im Beruf, aber auch im Alltag, bringen immer wieder neue Herausforderungen, erfordern von uns ein immer besser organisiertes Zeitmanagement, ein Umdenken, eine ständige Flexibilität. Unser Seminar vermittelt Strategien und Techniken, den eigenen Lebensrhythmus zu entschleunigen, sich Spannungsinselfen zu schaffen und dem Alltag damit effektiver, dynamischer und mit wohlthuender innerer Leichtigkeit zu begegnen. Wir beleuchten Themen wie Stress, Resilienz, Schnelllebigkeit und Zeit und deren Einfluss auf unser Leben.



3x montags vom **11. bis 25. März 2019** von 9-14 Uhr im Haus der Kirche, Potthoffstraße 40 in Schwelm

Die Leitung übernimmt Nina Schleichert, Dipl.-Pädagogin und Trainee für Stressmanagement aus Sprockhövel.

Informationen und Anmeldungen sind bereits jetzt bei Petra Syring, Ev. Erwachsenenbildung unter Telefon-Nr. 02336-4003-44 möglich, da der Bildungsurlaub rechtzeitig bei dem Arbeitgeber angemeldet werden sollte!

Die max. Teilnehmerzahl liegt bei 10 Personen!

Mythos Heilige Drei Könige

Der 6. Januar ist seit Jahrhunderten das Fest der Heiligen Drei Könige. Landauf, landab ziehen die Sternsinger durch die Straßen, singen an den Haustüren ein Lied oder sagen ein Gedicht auf und schreiben mit Kreide „C+M+B“, verbunden mit der jeweiligen Jahreszahl, an den Eingang. Wer waren die drei edlen Herren, zu deren Ehre die Sternsinger von Haustür zu Haustür ziehen?

Im Matthäus-Evangelium findet sich die Stelle: „Als Jesus zur Zeit des Königs Herodes in Betlehem in Judäa geboren worden war, kamen Sterndeuter aus dem Osten nach Jerusalem und fragten: ‚Wo ist der neugeborene König der Juden? Wir haben seinen Stern aufgehen sehen und sind gekommen, um ihm zu huldigen.‘“

Viele Details zu dieser Stelle aus der Bibel kamen erst im Laufe der Jahrhunderte durch Legendenbildung hinzu. Während die ältesten Quellen noch von „Weisen“, „Sterndeuter“ oder „Magier“ sprechen, wurden die Besucher der Krippe um das 5. Jahrhundert zu Königen. Die genaue Zahl der Weisen schwankt in den ersten Jahrhunderten, bis Origenes (185 – 254) von drei Magiern schreibt. Er leitete die Zahl vermutlich aus der in der Bibel genannten Geschenke – Gold, Weihrauch und Myrrhe – ab. Martin Luther (1483 – 1546) löste sich von der Vorstellung der drei Könige und sprach fortan nur von den „Weisen aus dem Morgenland“.

Die Namen Caspar, Melchior und Balthasar finden sich erstmals in den Legenden des 6. Jahrhunderts. Ab dem 12. Jahrhundert wird Caspar, der Überbringer der Myrrhe, meist als Afrikaner mit schwarzer Hautfarbe dargestellt, während Melchior aus Europa stammen könnte und Gold überreichte. Balthasar – fortan mit asiatischen Gesichtszügen dargestellt – überreichte demnach Weihrauch als Geschenk an das Jesuskind. Die Gebeine der Heiligen Drei Könige schenkte Kaiser Barbarossa 1162 dem Kölner Erzbischof Rainald von Dassel, wo sie seitdem als Reliquien im Kölner Dom verehrt werden. Tatsächlich hat die Kirche sie nie offiziell heilig gesprochen.

Schreiben die Sternsinger „C+M+B“ an die Haustür, stehen die Anfangsbuchstaben der Drei Heiligen Könige seit der Mitte des 20. Jahrhunderts für „Christus mansionem benedicat“ („Christus segne (dieses) Haus“).

dx

Wir haben reduziert!



Schuhmode GELLER

Mittelstraße 49 • 45549 Haßlinghausen • ☎ 02339 5758 | Gutenbergstraße 2 • 45549 Sprockhövel • ☎ 02324 686790
Alte Hauptstraße 23 • 45289 Essen-Burgaltendorf • ☎ 0201 54506970 | www.schuhmodegeller.de

Schlittenfahren wie in unserer Kindheit

Wittener Rodelwochen 2019 – wenn das Wetter mitspielt

Besonders fest im Blick hält das Stadtmarketing Witten zum Jahresanfang Wetterbericht und Thermometer. Sofern es die Wetterverhältnisse zulassen, können Klein und Groß auf dem Hohenstein im Januar wieder auf einer großen Rodelbahn „bergab“ Richtung Bergerdenkmal fahren. Wenn der Winter so ein Winter wird, wie der Sommer ein Sommer war, stehen die Chancen gut!

dx

Die Info, ob das Rodeln auf dem Hohenstein stattfindet, sowie aktuelle Infos erhalten Sie auf der Facebook-Seite vom Stadtmarketing Witten.

Öffnungszeiten/Aktuelles: Mo – Fr 11.00 – 13.00 Uhr, 14.00 – 18.00 Uhr
Sa – So 11.00 – 13.00 Uhr, 13.30 – 15.30 Uhr, 16.00 – 18.00 Uhr

„Late Night-Rodeln“ und Après-Ski bis 20.00 Uhr bei passenden Wetterbedingungen.



Geplanter Start: 17. Januar
(bei geeigneten Temperaturen; Stand: 2.1.2019)





Foto vom diesjährigen Konzert „S-classics“ – am 24.11.2018 im großen Theatersaal des Wittener Saalbaus: Das Sinfonische Orchester der Volkshochschule Witten | Wetter | Herdecke – unter der Leitung von Tobias van de Locht.

Orchester erhält 6.000 Euro

Ende November präsentierte das Sinfonische Orchester der Volkshochschule Witten|Wetter|Herdecke – unter der Leitung von Tobias van de Locht – im Rahmen der Konzertreihe „Sparkassen-classics“ ausgewählte Werke. Virtuos begleitet wurden die VHS-Sinfoniker im ausverkauften Theatersaal des Wittener Saalbaus dabei von Frank Lloyd als Solist am Horn. Bei der letzten Orchesterprobe 2018 überreichte Arno Klinger einen Scheck (die gesamte Einnahme aus dem Konzertkartenverkauf, von der Sparkasse auf glatte 6.000 Euro aufgerundet) und bedankte sich noch einmal persönlich bei den Musikern.

Seit dem 21. August 1999 haben 21 Konzerte im Rahmen der Konzertreihe Sparkassen-classics stattgefunden. Jeweils einem sinfonischen Laienorchester aus Witten oder Umgebung wird ermöglicht, auf professioneller Bühne und vor großem Publikum zu konzertieren. Dabei übernimmt die Sparkasse Witten alle Kosten – und gibt darüber hinaus die komplette Einnahme aus dem Verkauf der Konzertkarten an das Orchester weiter. Damit ist Sparkassen-classics nicht nur eine etablierte Klassik-Konzertreihe, sondern fördert zusätzlich – auf finanzieller und organisatorischer Ebene – die sinfonischen Orchester vor Ort. Arno Klinger dazu: „Seit 1999 laden wir im Rahmen unserer Konzertreihe Sparkassen-classics sinfonische Laienorchester ein, innerhalb dieser Reihe zu konzertieren. Dabei sind wir immer wieder beeindruckt, welche musikalische Qualität hier in Witten anzutreffen ist. In diesem Jahr – am 24. November 2018 – hat das Sinfonische Orchester der Volkshochschule mit seinem Konzert im Rahmen von Sparkassen-classics absolut überzeugt – und die Konzertbesucher mit auf eine musikalische Reise in das Vereinigte Königreich genommen. Diese Spielfreude und das dabei entstehende Wittener Wir-Gefühl unterstützen und fördern wir als Sparkasse sehr gern und aus Überzeugung. Nicht zuletzt auch durch Sparkassen-classics – oder den jährlichen Musikwettbewerb ‚Jugend musiziert‘, den die Sparkassen traditionell als Sponsor und Förderer begleiten – wird immer wieder deutlich, dass Witten sich nicht nur sehen, sondern auch ‚hören‘ lassen kann.“

Seit 2007 findet Sparkassen-classics jeweils im großen Theatersaal des Wittener Saalbaus statt – seit 2014 in zweijährigen Rhythmus.

Das Foto zeigt die Übergabe des Spendenschecks, bei der letzten Orchesterprobe in 2018: am 17.12.2018 im Haus Witten: Reihe hinten, 2. von links: Tobias van de Locht, Leiter und Dirigent des Sinfonischen Orchesters der VHS Witten|Wetter|Herdecke, Reihe hinten, 3. von links: Arno Klinger, stellvertretendes Vorstandsmitglied der Sparkasse Witten, Reihe hinten, 4. von links: Karl Eppinger, Orchestersprecher der VHS-Sinfoniker, Reihe vorn, 2. von links: Dr. Harald Werner, Konzertmeister der VHS-Sinfoniker.



Nachtigallbrücke: Sperrung noch bis Anfang 2019

Weil es aktuell einfach zu kalt ist, kann die Nachtigallbrücke leider nicht mehr in diesem Jahr für den Verkehr freigegeben werden. Denn es fehlt die rutschfeste Deckbeschichtung, für deren Aufbringen über mehrere Tage es mindestens 10 Grad über Null braucht. Außerdem müssen für ein sicheres Benutzen der Brücke auch noch einige Restarbeiten erledigt werden: beispielsweise das Verschließen der Geländer und das Montieren der Beleuchtung.

Bis es eine stabile geeignete Wetterlage fürs Aufbringen der finalen Deckbeschichtung gibt, was erst im April 2019 der Fall sein mag, soll ein provisorischer Belag aufgebracht werden. Die Stadt Witten wird informieren, sobald die provisorische Öffnung der Brücke gilt: Vermutlich im Januar 2019 könnte die Brücke dann (mit Ausnahme von Tagesbaustellen) für den Fußgängerverkehr freigegeben werden. Radfahrer müssten in der Zeit des Provisoriums jedoch zunächst absteigen und das Fahrrad schieben. Wer unbedingt fahren möchte, ohne absteigen zu müssen, für den wird eine Umleitung ausgeschildert.

Für das Aufbringen des endgültigen Belages wird eine weitere kurze Sperrung der Brücke notwendig: Eine Woche braucht es, um den Belag in mehreren Schichten aufzubringen. Dann muss der Belag aushärten, was etwa eine weitere Woche dauern kann. Danach aber ist die Benutzung ohne weitere Einschränkungen wieder möglich.

Witten erhält 186.000 Euro für bessere Luft

Mit dem Sofortprogramm „Saubere Luft“ hat die Bundesregierung ein Maßnahmenpaket geschnürt, das bis 2020 für bessere Luft in unseren Städten sorgen soll. Bundesweit steht ein Fördertopf mit 1 Milliarde Euro bereit. Gefördert werden u. a. die Elektrifizierung des urbanen Verkehrs und die Errichtung von Ladeinfrastruktur, was auch in Witten ein großes Thema ist. Die Stadt Witten hat sich deshalb schon ihr Stück vom Kuchen gesichert: Die städtische Klimaschutzbeauftragte Sonja Eisenmann nahm in Berlin von Verkehrsminister Andreas Scheuer einen Förderbescheid über genau 185.969 Euro entgegen. „In Ergänzung unseres eCarsharing-Projektes ist nun auch geplant, die Fördersumme zum Ausbau der Elektrifizierungsquote im städtischen Fuhrpark einzusetzen – samt Aufbau der dazu benötigten Ladeinfrastruktur“, erklärt Sonja Eisenmann. Die Stadt Witten habe bei der angestrebten Mobilitätswende eine Vorbildfunktion.

Programmheft der Ev. Erwachsenenbildung

Die Ev. Erwachsenenbildung bietet Computerkurse für Einsteiger sowie Fortgeschrittene, speziell für Senioren, Neue Medien und auch inklusive Kurse für Menschen mit und ohne Behinderung an. Auch im Gesundheits- und Sprachbereich konnte das Angebot vergrößert werden. Das aktuelle Programmheft können Sie als Download im Internet unter www.eeb-en.de abrufen oder als gedrucktes Heft unter Tel.-Nr. 02336-4003-44 oder 02302-589-197 bei Petra Syring anfordern!





Hilfsgütertransport für das Friedensdorf

Noch im alten Jahr konnten Lars Lückert und Sebastian Prange wieder Hilfsgüter in das Friedensdorf nach Oberhausen fahren. „Seit gut 2 Jahren kommen so viele Hilfsgüter zusammen, dass ein Transporter nicht mehr ausreicht“, so Sebastian Prange, der mit seinem Transporter die jährliche Fahrt unterstützt.

Ohne die enorme Unterstützung der vielen Sachspender, wäre die Hilfsaktion seit nun fast 10 Jahren nicht möglich. Es wird gespendet, gebastelt, genäht, gestrickt und sich von manch lieb gewonnenen getrennt um den jährlich bis zu 1000 Kinder im Friedensdorf ihren Aufenthalt und ihre Genesung so angenehm wie möglich zu gestalten.

„Wir sind mächtig stolz darauf, dass wir so viele Freunde haben, die uns unterstützen, ob es die Firma Holzland Wischmann ist, die uns die Lagermöglichkeiten der Sachspenden ermöglicht, oder Söngül & Dominik Grütter vom Edeka Markt, die uns jährlich mit über 200 Schokoladen unterstützen, um den Kindern zu ihrem Friedensfest eine große Freude zu bereiten“, so Lars Lückert. Sebastian Prange und Lars



Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt – wir beraten Sie individuell, denn: gutes Hören macht das Leben wertvoll! 1981 – 2018: 37 Jahre Qualität und kundenorientierte Dienstleistung.

„Ihre persönlichen Hörberater in Witten-Herbede“



Hörgeräte Steneberg GmbH
Vormholzer Str. 2
58456 Witten-Herbede
Telefon 0 23 02 / 9 73 08 55



Andreas Kosch

www.hoergeraete-steneberg.de

Daniela Börger

Lückert sagen vielen herzlichen Dank und auf ein neues Spendenjahr 2019, denn in 12 Monaten ist es wieder so weit und der nächste Hilfsgütertransport rollt in das Friedensdorf nach Oberhausen.

Härtemaschine brennt in Herbede

Am 11. Dezember um 19.26 Uhr rückte die Feuerwehr Witten zu einem gemeldeten Maschinenbrand in einer Firma in Witten-Herbede aus. Bei Eintreffen der Feuerwehr stand eine Härtemaschine schon in Vollbrand. Zu diesem Zeitpunkt hatten alle Mitarbeiter das Firmengebäude bereits geräumt. Durch die Feuerwehr wurde das Feuer mit 2 C-Rohren gelöscht. Durch die Stadtwerke wurde in dem gesamten Gebäude das Gas abgestellt. Teile des betroffenen Gebäudes wurden stromlos geschaltet. Während der gesamten Einsatzmaßnahmen wurde die Berufsfeuerwehr durch die freiwillige Feuerwehr der Löscheinheiten Herbede, Buchholz und Hölzer unterstützt. Um 00.30 Uhr wurde der Einsatz nach einer Brandsicherheitswache beendet.

2. Februar 2019

9.00 – 16.00 Uhr

Tornister Tag

Storchmanns Tornister Tag bei Ihrer
Auto Familie Kogelheide in Witten-Herbede
Markertornister für i-Männchen & Schulwechsler

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

Rund-um-Service:
Markertornister, qualifizierte
Beratung und Komplett-
Angebote zu Sonderpreisen!

Spiel- / Spaß Stationen:

- Nürnberger Kindervorsorge
- DLRG Herbede
- Feuerwehr Herbede
- Ergotherapie Fantasia
- Volksbank Sprockhövel
- Novitas Krankenkasse
- Verkehrswacht Witten
- genähte Schultüten (Ch. Eppendahl)



Satch
by ergobag

ergobag

SCHOOL-
MOOD

DER DIEDAS
Wir machen Schule. Schenken.

Scout

kogelheide
Willkommen in der Auto Familie.

VW
Service

Audi
Service

SKODA
Service

VW
Service

IVECO

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

Storchmann

Schul- und Schreibbedarf + Buchhandlung
Meesmannstraße 47 - 58456 Witten - 02302/9175040 - www.storchmann.de



Machten 2018 insgesamt achtmal Musik im Ruhrtal:

„Die Surehands“

Einen gelungenen fröhlich-besinnlichen Jahresabschluss begingen jetzt die Wittener „Surehands“ mit Weihnachtsliedern im Jochen-Klepper-Haus der Diakonie Ruhr (Foto). Im zurückliegenden Jahr hatte die Gitarrengruppe insgesamt acht Auftritte: in zwei Altenheimen in Volmarstein und Bochum, bei zwei Frauenhilfen in Heven und Wengern, beim Bürgerverein Heven und beim Jubiläum des Vereins „Wegteam“. Das schönste Lob bekamen die Musikerinnen und Musiker unlängst in Bochum, als eine Zuschauerin fragte: „Wann kommen Sie mal wieder zu uns?“

Foto: Dirk Schulze Steinen

Adventskonzert des Gospelchores in Buchholz



„Ein Licht geht uns auf in der Dunkelheit“ lautete das Motto des Buchholzer Gospelchores „SingHalleluja“ beim Adventskonzert in der Buchholzer Kirche am Samstag, dem 15. Dezember. Und entsprechend dazu schritten die Sängerinnen mit einer brennenden Kerze in die bis zum letzten Platz gefüllte Kirche ein. Aber auch etliche der Lieder, die der Chor unter der musikalischen Leitung von Antje Drechsler vortrug, hatten das Licht und das Leuchten im Advent zum Thema.

Die Besucher wurden häufig zum Mitsingen eingeladen und machten auch gerne davon Gebrauch. Das Bündnis für Buchholz bot in der Pause Kaffee und Kuchen für Sänger und Besucher an. Eine großartige Einstimmung auf den dritten Adventssonntag, darüber waren sich die Konzertbesucher einig.

Westfälische Friede in Buchholz

Vor 400 Jahren begann und vor 370 Jahren endete der dreißigjährige Krieg, eine Katastrophe im Gebiet des heutigen Deutschlands, das zu jener Zeit noch aus über 300 kleinen und größeren Hoheitsgebieten bestand – aber auch in vielen benachbarten Staaten. Dr. Hans Christian Müller referierte am 13. Dezember auf Einladung des Bündnisses für Buchholz in der Buchholzer Kirche über Vorgeschichte, Ursachen und Anlass, Verlauf und Folgen dieses fürchterlichen Krieges, dem ein Drittel der Bevölkerung zum Opfer fiel. Schwerpunkt seiner Darstellungen war der Friedensschluss, der in Münster und Osnabrück ausgehandelt wurde und dem Gemetzel ein Ende bereitete. Dr. Müller hielt keine wissenschaftliche Abhandlung, sondern verstand es vorzüglich, die gebannt zuhörenden Besucher in das geschilderte Geschehen einzubeziehen. Zu der trotz des bedrückenden Themas lockeren Atmosphäre des Abends trugen wie immer das vom Förderverein bereit gehaltene Buffet mit kleinen Speisen und Getränken bei.



„Hänsel und Gretel“ an der Buchholzer Schule

Am 17.12 stand Klassische Musik auf dem Stundenplan der Buchholzer Schule: Die Junge Oper Detmold führte für die Kinder die bekannte Oper „Hänsel und Gretel“ von Engelbert Humperdinck in der entwidmeten evangelischen Kirche auf.

Diese bot als „Opernhaus“ eine wesentlich bessere Akustik und stimungsvolleren Rahmen als in den Vorjahren die Turnhalle der Schule. Alle Kinder hatten großen Spaß an der Aufführung, zumal auch gemeinsam gesungen und getanzt wurde. Einige Mädchen und Jungen durften auch kleine Rollen übernehmen.

So gilt unser Dank dem „Bündnis für Buchholz“, das uns den Kirchenraum wieder einmal überlassen hat. Ebenso bedanken sich Kinder und Kollegium beim Förderverein der Buchholzer Schule, der die Kosten für die Aufführung übernommen hat.

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

Universitätsstraße 4a
58455 Witten





Einfach bequem & kinderleicht: unser Online-Kundencenter.

Immer für Sie da. Natürlich.

Registrieren Sie sich jetzt unter
service.stadtwerke-witten.de



Goldener Jahresausklang

In der Danke-Auslosung der Sparlotterie der Sparkassen wurden im Dezember neben den monatlichen Geld- und Autogewinnen zusätzlich auch 30 Apple iPhone X, 6 Goldbarren à 500 Gramm und 30 Goldbarren à 250 Gramm ausgespielt. Für die Wittener brachte das einen goldenen Jahresausklang!

Schon in der Oktober- und in der November-Auslosung gab es zusätzlich zu den Geldpreisen zwei VW Golf Variant-Gewinnautos, quasi in Vollausrüstung, die glückliche Gewinner in Witten fanden. In der Dezember-Auslosung meinte es Glücksgöttin Fortuna mit den Wittenern dann noch einmal besonders gut und hat Weihnachten für zwei Wittener Ehepaare noch einmal regelrecht „vergolddet“. Dem Ehepaar Kessler konnte Sparkassen-Geschäftsleiter Nils Hagenkötter in der Geschäftsstelle Bommern einen gewonnenen 500g-Goldbarren übergeben – Wert rund 17.000 Euro.

Brenschenschule sammelt erfolgreich für Ruhrtal-Engel

Die Familien der Brenschenfleißig für die Wunschzettengespendet und so konnten dürftiger Wittener Kinder wurden letzte Woche den Ruhrtal-Engeln geweiht an die Kinder weis-

schule haben auch in diesem Jahr tel-Aktion des Ruhrtal-Engel e.V. fast 50 Weihnachtswünsche erfüllt werden. Die Geschenke durch die Schulpflegschaft zu bracht und wurden mittlerweile gegeben. Daniela Gänsl



Zugewachsene Gehwege: Stadt schreibt Eigentümer an

Zugewachsene Gehwege geben immer wieder Anlass zu Beschwerden. „In Bommern werde ich bei unseren Bürgersprechstunden immer wieder auf solche Missstände angesprochen“, berichtet SPD-Ratsmitglied Klaus Wiegand. Zuletzt seien wieder Klagen über die Elberfelder Straße, den Platanenweg und die Alte Straße bei ihm eingegangen. „Mit einer Anfrage an die Stadtverwaltung habe ich daher Hinweise auf Probleme in diesen Straßen weitergegeben und um grundsätzliche Erläuterungen gebeten“, erklärt der Bommeraner Ratsherr. Aus der Antwort der Verwaltung geht hervor, dass das Betriebsamt nur die städtischen Gehwege im Rahmen der Straßenreinigung kontrolliert und pflegt. Grundsätzlich sei die Reinigung der Bürgersteige im gesamten Stadtgebiet auf die Anlieger übertragen.

Keine Erfolgskontrolle

Oft sind das Privatleute. „Wenn es Beschwerden gibt, schreiben wir diese Eigentümer an und fordern sie zur Beseitigung des Missstands auf“, beantwortet die Stadtverwaltung die Frage von Klaus Wiegand nach dem Umgang mit bekannt gewordenen Problemen. Aus personellen Gründen erfolge eine anschließende Kontrolle allerdings nur, wenn sich noch einmal jemand gemeldet hat.

Das Rüdighauser Ratsmitglied Robert Beckmann hat in seinem Stadtteil gerade einen solchen Fall erlebt: „Auf meine Initiative wurde ein Eigentümer in der Mellinghofstraße angeschrieben, weil das Grün von seinem Grundstück den Gehweg überwuchert.“ Das Ordnungsamt kann nach Angaben der Stadtverwaltung ein Verwarngeld verhängen, wenn ein Eigentümer eine solche Aufforderung nicht beachtet.

Merkblatt informiert

„Allerdings gibt es auch noch Straßen, für die weder die Stadt noch private Anlieger, sondern andere Behörden zuständig sind“, erklärt Klaus Wiegand weiter. Für die Elberfelder Straße etwa sei das der Landesbetrieb Straßen NRW. In ihrer Antwort auf seine Anfrage hat die Stadtverwaltung ihm bestätigt, dass sie Informationen über Probleme an solchen Strecken an die Zuständigen weitergebe. Ob die Stadt die Eigentümer regelmäßig an ihre Verpflichtung erinnert, den öffentlichen Raum von überwucherndem Grün freizuhalten, wollte der Bommeraner Ratsherr ebenfalls wissen. „Die Stadt versendet in gewissen Abständen über die Grundsteuerbescheide ein Merkblatt für Haus- und Grundstückseigentümer“, erfuhr er von der Bürgermeisterin. Außerdem veröffentliche die Stadt Pressemitteilungen zum Thema. „Wenn diese Verpflichtung bei dem einen oder anderen in Vergessenheit gerät, kann ich allen Bürger/innen den städtischen Mängelmelder empfehlen“, rät Robert Beckmann. Auf der städtischen Homepage finde sich der Service mit dem Namen „Daiswat“ schnell.

Veranstaltungen Zeche Nachtigall

Sa., 12.1., 15-17 Uhr: Zechen-Safari

„Zeugen der Vergangenheit – Im Reich der Steine“. Naturforscher unterwegs im Industriemuseum. Für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren, 5 Euro inkl. Eintritt.

So., 13.1., 14.30 Uhr: Themenführung

„Der Weg in die Tiefe“. Offene Themenführung zum Bergbau im Ruhrtal des 19. Jahrhunderts.

So., 20.1., 14.30 Uhr: Vorführung

„Unter Dampf“. Vorführung der historischen Fördermaschine von 1887.

So., 27.1., 14.30 Uhr: Themenführung

„Der Weg in die Tiefe“. Offene Themenführung zum Bergbau im Ruhrtal des 19. Jahrhunderts.

OSTERMANN CENTRUM WITTEN

Besuchen Sie
uns auch online:
ostermann.de



Feiern Sie mit uns...

5 WOHN-SPEZIALISTEN IN EINEM CENTRUM



EINRICHTUNGS- HAUS OSTERMANN

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

Alles sofort für
Dein Zuhause

TRENDS

by OSTERMANN

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

Alles sofort
fürs Kind

Baby TRENDS

by OSTERMANN

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

Design
zum
In-Preis!

LOFT

by OSTERMANN

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

**KÜCHEN-
FACHMARKT**

KÜCHEN CENTRUM

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

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

**OSTERMANN
CENTRUM WITTEN**

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



Buslinie 373, Haltestelle
Fred-Ostermann-Straße

Über **100.000** Artikel
auf **ostermann.de**
im Online-Shop

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

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

Hilft ein Schnaps wirklich?

Wer kennt nicht die guten Ratschläge, ruhigen Gewissens ein Glas Rotwein, Sekt oder Schnaps zu sich zu nehmen? Nach einem guten Essen hilft ein Schnaps der Verdauung, ein Glas Sekt dem Kreislauf am Morgen auf Touren zu kommen, und ein Glas Rotwein am Abend dem Herzen, weil er so gesund ist.

In einigen der Weisheiten steckt sogar ein Körnchen Wahrheit. Tatsächlich ist der praktische Nutzen der Trinkempfehlung deutlich geringer als der Promillegehalt des Getränks:

Ein Schnaps hilft bei der Verdauung. Dieser Satz ist schlichtweg unzutreffend. Alkohol beschleunigt weder die Magentätigkeit noch die Verdauungsfähigkeit der aufgenommenen Nahrung. Gerade das Gegenteil ist der Fall, Alkohol verschlechtert sogar die Nahrungsaufnahme im Darm, sodass der Magen am Ende länger gefüllt bleibt.

Ein Glas Sekt am Morgen hilft dem Kreislauf. Tatsächlich, ein Gläschen Sekt regt den Blutdruck an. Das zweite Glas Sekt macht uns dagegen müde.

Rotwein ist gut fürs Herz. Rotwein enthält den Inhaltsstoff Resveratrol, der wiederum ein Protein namens Sirtuin in Gang setzen kann und der Vorbeugung von Krebs- und Herzinfarkterkrankungen dient. Der Vorteil ist nicht unumstritten: der positiven Wirkung stehen die Gefahren von bereits maßvollem Alkoholgenuss entgegen. Alkohol ist und bleibt ein Nervengift und Droge.

Alkohol hilft beim Einschlafen. Ja, Alkohol ermüdet, das Einschlafen wird erleichtert. Dickeres „Aber“: der Schlaf ist schlechter, weil die sogenannten Tiefschlafphasen nicht erreicht werden. Der Schlaf mit der promillehaltigen Einschlafhilfe ist also nicht so erholsam.

Frauen werden schneller betrunken als Männer. Das ist so. Frauen haben weniger Flüssigkeit im Körper, weshalb sich die Alkoholkonzentration im Vergleich zu Männern höhere Werte erreicht. Zudem ist die Aktivität der weiblichen Leber geringer, weshalb Frauen schneller betrunken werden und den Alkohol auch langsamer abbauen.

„Geübte“ Trinker vertragen mehr Alkohol. Einzig das Gehirn gewöhnt sich an Alkohol, die Leber jedoch nicht. Wenn Gewohnheitstrinker sich nicht betrunken fühlen, ist der Führerschein bei einer Kontrolle trotzdem genauso schnell weg. Da hilft auch fettiges Essen als Grundlage nicht. Einmal getrunken, erreicht der Alkohol früher oder später das Blut. Der Kater kommt am Ende trotzdem.

Alkoholfreies Bier ist frei von Alkohol. Keineswegs, auch alkoholfreie Getränke können bis zu 0,5 Prozent Alkohol enthalten und gelten trotzdem als „alkoholfrei“. Erst ab 1,2 Prozent muss der genaue Alkoholanteil auf der Flasche stehen.

Auch wenn es genügend Gegenbeispiele gibt, zum Beispiel, dass Wein in den südlichen Ländern ein Grundnahrungsmittel ist und die Leute dort besonders alt werden oder Alt-Bundeskanzler Helmut Schmidt bis ins hohe Alter „Kette“ geraucht hat, steigt das eigene Risiko, durch Alkohol zu erkranken. dx



FIT INS NEUE JAHR

Der Rücken schmerzt, das Aufstehen aus dem Fernsehsessel fällt schwer und mit dem Zuwachs an Hüftgold wächst das schlechte Gewissen. Doch -jetzt mal ehrlich- was hindert Sie wirklich daran, durch mehr Bewegung und gesündere Lebensweise Gutes für Körper und Geist zu tun?

„Wer was will, findet Wege, wer was nicht will, findet Gründe.“

Zu müde, zu spät, gerade gegessen... die Liste der Entschuldigungen ist lang. Dabei ist es nie zu spät, die Fitness zu steigern. Selbst im hohen Alter bringen Sport und Bewegung spürbare Verbesserungen. Schon allein der Gedanke beflügelt: wären Sie fit, könnten Sie mit Leichtigkeit die nächste Treppe hinaufstürmen, den Stress auf der Arbeit lockerer wegstecken, gegen Krankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes und Altersdemenz vorbeugen oder sie abmildern. Da gleichzeitig auch Glückshormone im Körper freigesetzt werden, hilft Sport auch gegen Depressionen. Zudem steigert sich Ihr Selbstwertgefühl. Je fitter Sie werden, desto kleiner ist die Motivation, sich zu bewegen. Nebenwirkungen von angemessenem Sport sind nicht bekannt. Auf geht's!

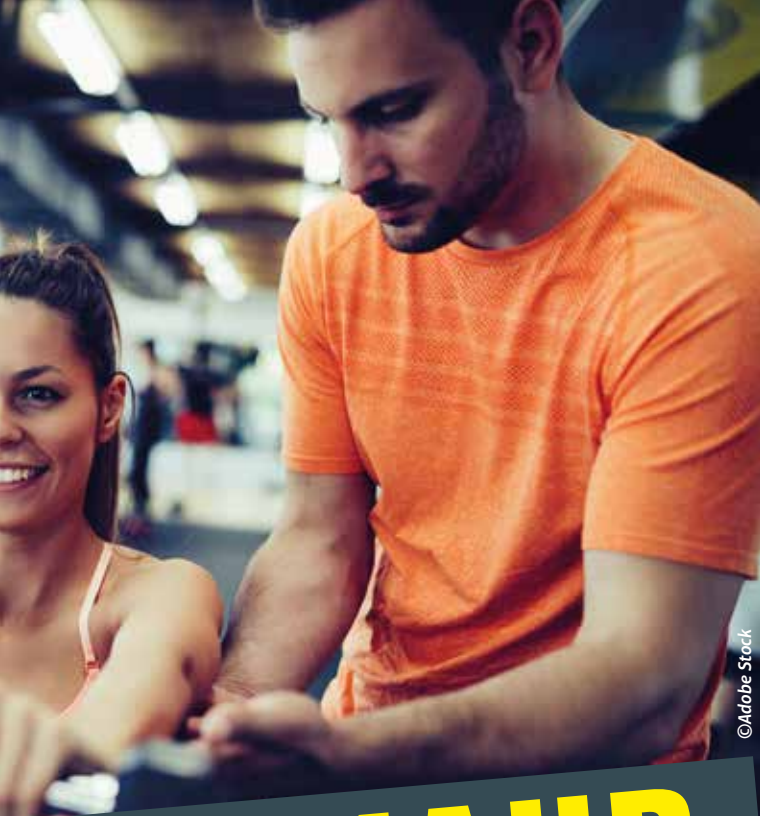
Sportlich mit Kind

Das neue Jahr ist nicht nur für JederMANN sondern gerade auch für Frauen ein Anreiz dafür zu sorgen, sich mit der eigenen Figur wieder wohlfühlen. Mütter haben es da oft besonders schwer zwischen All-



tag mit Kind, Haushalt und Job ein Zeitfenster fürs Fitnessstudio oder den Verein zu finden. Dabei ist es gerade dann oft wichtig den richtigen Ausgleich zu finden, denn Sport schüttet bekannterweise das Glückshormon Serotonin aus. Während der Schwangerschaft oder nach der Geburt kreisen die Gedanken

der Eltern nicht unbedingt um das Thema Sport. Doch auch durch Sport kann die Bindung zu Ihrem Kind gestärkt werden, während Sie gleichzeitig etwas für Ihre Fitness tun. Denn auch wenn Ihr Kind Sie immer auf Trapp hält, ist es wichtig auch einmal an sich selbst zu denken. Eine glückliche ausgeglichene Mutter ist ausschlaggebend für das Glück des Kindes. Es gibt viele Möglichkeiten, mit Kind in Bewegung zu kommen. Ob beim Joggen mit Kinderwagen, leichten Gymnastikübungen, bei denen Sie ihr Kind einbinden können, oder einer Sporteinheit, in der Sie sich einmal nur auf sich konzentrieren können und Ihr Kind mit anderen Kindern in Kontakt kommen kann, stehen Ihnen alle Türen offen. Auch Arbeiten im Haushalt wie Staubsaugen oder Fensterputzen bietet potential für Fitnessübungen. Gemeinsam ist die Motivation jedoch oft größer Sport zu treiben. Zusammen mit anderen Müttern können Sie gut Erfahrungen austauschen und stoßen oft auf viel Verständnis, gute Tipps, und auch Ihr Kind kann erste soziale Erfahrungen sammeln.



NEUES JAHR

Tipps für den Start

Wenn Sie jetzt also so weit sind, etwas für Körper und Geist zu tun, sollten Sie ein paar Dinge beachten: Bauen Sie Sport in Ihr Leben als feste Größe in Ihren Alltag ein und bewegen Sie sich regelmäßig. Besonders hilfreich sind feste Trainingszeiten. Suchen Sie nach Gleichgesinnten, die Sie in einem Fitnessstudio, Sportverein oder beispielsweise an der Volkshochschule finden.

Wählen Sie die für Sie richtige Sportart nach Ihren persönlichen Vorlieben.

Machen Sie zu Anfang nicht zu viel. Ihr Körper muss sich möglicherweise erst wieder an Bewegung gewöhnen. Der Kreislauf passt sich zwar schnell an Belastungen an, Muskeln und Sehnen wachsen jedoch langsam. Ein derber Muskelkater kann ganz schnell die Motivation rauben. Investieren Sie keine Unsummen in Ihr Outfit. Einfache Sportbekleidung reicht zu Anfang. Bei der Auswahl von Laufschuhen sollten Sie sich jedoch in einem Fachgeschäft beraten lassen. Erzählen Sie allen Menschen, die Sie kennen, von Ihren Aktivitäten und Zielen. So versperren Sie sich Ihre Rückzugswege. Und blicken Sie nach vorne auf Ihr großes Ziel: Sie gehen fit durchs Leben!

dx

LOW CARB – Was verbirgt sich dahinter!

Der Begriff „LOW CARB“ ist heutzutage in vieler Munde, was versteht man hierunter eigentlich?

Um es ganz einfach zu erklären, ist es weitgehend der Verzicht auf Kohlenhydrate, jedoch braucht der menschliche Körper auch einen Anteil an diesen, um Energie zu produzieren und um leistungsfähig zu sein und zu bleiben. Da aber in unserer Gesellschaft Nahrung zu allen Zeiten und an allen Orten immer verfügbar ist, haben viele ein Problem mit ihrem Gewicht in der heutigen Zeit. Um Gewicht auf Dauer zu verlieren oder das reduzierte Körpergewicht zu halten, empfiehlt es sich hier nach den „LOW CARB“-Regeln zu ernähren. Diese besagen, dass der größte Teil der täglichen Nahrung aus Eiweiß bestehen sollte und der Anteil der Kohlenhydrate eingeschränkt werden soll.

Die Zellen des menschlichen Körpers werden über Einfachzucker wie Glucose und Fructose im Blut mit Energie versorgt. Dieser Zucker kann auch direkt mit der Nahrung aufgenommen werden und ist in vielen Kohlenhydraten vielfach vorhanden.

Werden nun nicht ausreichend Kohlenhydrate mit der Nahrung aufgenommen, findet eine Umstellung des Stoffwechsels statt. In diesem Zustand erzeugt der Organismus in der Leber aus den Fettreserven körpereigene Energieträger, die er seinen Zellen als Alternative zur Verfügung stellt. Auf diese Weise wird der Körper gezwungen, seine eigenen Fettreserven als Energielieferant zu nutzen, was zu einer Gewichtsreduktion führt.

Das Eiweißbrot, was viele Bäcker heutzutage anbieten, kann schon einen Teil dazu beitragen, sich gesünder und eiweißreicher zu ernähren, vor allen Dingen bei Menschen, die sehr gerne Brot essen und hierauf nicht verzichten möchten. Es gibt unzählige Rezepte und Kochbücher, in denen der Eiweißanteil den größten Platz einnimmt.

Hier sollte jeder für sich entscheiden, wie er es halten will!



Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 31.1.2019

Anzeigenschluss: Freitag, 18.1.2019

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



WER AUF DER PISTE NICHT GUT SIEHT, HAT EIN ERHÖHTES UNFALLRISIKO!

Wintersport: Sicher nur mit Durchblick

Die Wintersportsaison ist eröffnet. Knapp 15 Millionen deutsche Ski- und Snowboardfahrer stürzen sich in den nächsten Monaten wieder ins weiße Vergnügen. Und das leider auch im wörtlichen Sinne. Jährlich müssen nach Angaben der Stiftung Sicherheit im Sport 40.000 bis 50.000 Skifahrer nach einem Unfall ärztlich versorgt werden. Auch weil ihnen der Durchblick fehlt: Fast ein Drittel der Wintersportler brennt fehlsichtig über die Piste. Für Kerstin Kruschinski vom Kuratorium Gutes Sehen kein Spaß: „Wintersport ist Höchstleistungssport für die Augen. Die rasante Fahrt auf steilen, vereisten Abfahrten erfordert schnelle Reaktion. Das alles auf reflektierendem Schnee, bei wechselnden Lichtverhältnissen, dichtem Schneefall oder dicker Nebelsuppe. Wer da nicht gut sieht, fährt volles Risiko.“

Wintersportbrille: Sieben Tipps für den richtigen Kauf

1. Gebogene Gläser aus bruchsicherem Polycarbonat für Schutz vor Wetter und bei Unfällen.
2. 100-prozentiger UV-Schutz für die Augenpartie (UV-400-Kennzeichnung).
3. Uneingeschränktes Gesichtsfeld für gute Rundumsicht.
4. Getönte Scheiben für blendfreie, kontrastreiche Sicht:
 - Tönungsstufe 4 für Gletschertouren, Stufe 3 für Abfahrten.
 - Braune Gläser für reale Farbwiedergabe, Rot und Orange für stärkere Kontraste, Gelb bei trübem Wetter und in der Dämmerung.
 - Wechselglas-Systeme bieten hier Flexibilität.
5. Nasenpads, Schaumstoffauflagen und verstellbare Bügel mit Grip für Komfort und festen Sitz
6. Belüftungssysteme, Doppelverglasung und Antifog-Beschichtungen für beschlagfreie Gläser.
7. EU-Qualitätssiegel CE auf der Bügelinnenseite.

Praktische Alternativen für fehlsichtige Wintersportler

1. Kombination Skibrille und Kontaktlinsen

Kein Verrutschen, Beschlagen, Zerbrehen. Kontaktlinsen punkten mit uneingeschränkter Sicht und optimaler Bewegungsfreiheit. Unter Schutzbrille und Helm stören sie nicht.

Kontaktlinsenträger wählen zwischen hochsauerstoffdurchlässig formstabilen und – weichen Linsen, die bei Erstnutzung vom Optiker angepasst werden sollten.

2. Skibrille mit Korrektur als Maßarbeit oder Baukastensystem. Einstärken- oder Gleitsichtgläser mit den Features einer Skibrille werden vom Fachoptiker in Maßarbeit angefertigt (Direktverglasung). Wer zwischen Kontaktlinsen und Brille wechselt, greift zum Baukastenprinzip: Die Originalgläser werden per Adapter gegen optische Gläser getauscht – mit dem Vorteil großer Sichtbereiche. Alternativ dazu gibt es Clip-in-Systeme, bei denen kleine Korrekturgläser innen ins Schutzglas geklickt werden. Mehr Informationen unter www.sehen.de/brillen/sportbrillen/skibrillen/.

Quelle: KGS

Für Abfahrtsläufer und Snowboarder empfehlenswert:

- Sportbrillen mit besonders großem Sichtfeld
- Sportbrillen mit garantiert rutschfestem Sitz: Dafür sorgen ein anschießender Brillenrahmen, noppenartige Grip-Systeme an den Bügeln sowie austauschbare Gummibänder.
- Sportbrillen, die mit Skihelm getragen werden können.
- Damit nichts drückt: Helm zum Brillenkauf mitnehmen!



Quelle: schäffli optik



Quelle: schäffli optik

BRILLENFABRIK 24

Brillenfabrik 24 · Alte Bahnhofstraße 8 · 44892 Bochum-Langendreer
Telefon 0234.96 29 15 00 · kontakt@brillenfabrik24.de

DIE KUNST DES GUTEN SEHENS

Damit die Welt zum optischen Meisterwerk wird, lassen wir all unsere Leidenschaft in die kunstvolle Fertigung perfekter Brillengläser einfließen. Brillengläser mit einzigartigem Charakter für Brillenträger mit eigenem Kopf – Heartmade in Germany.

STRATEMEYER
Brillenglasmanufaktur

Komplettbrille ab 5,- € im Monat*
Gleitsichtbrille ab 7,- € im Monat*

*Das Angebot bezieht sich auf unser Gesundheits-ABO mit einer Laufzeit von 24 Monaten.



„Vital + Aktivplus“ am Ev. Krankenhaus Witten Gesellige Aktivitäten für Ältere

Mit einem neuen Programm startet „Vital + Aktivplus“, das Angebot für aktive Menschen ab 55 Jahren, ins neue Jahr. Das Gesundheits- und Rehabilitationszentrum ReVital e.V. lädt 2019 wieder jeden Samstag von 14 bis 16.30 Uhr ins Ev. Krankenhaus Witten ein.

Ob Wandern, Malen, Kegeln, gemeinsame Ausflüge oder bei einer Tasse Kaffee miteinander plaudern – bei „Vital + Aktivplus“ ist vieles möglich. Treffpunkt ist jeweils im Seminarraum des Ev. Krankenhauses, Pferdebachstraße 27, 58455 Witten. Neben dem Kaffeetrinken und der Möglichkeit zu Gesellschaftsspielen gibt es an jedem Termin ein weiteres zusätzliches Angebot, unter anderem Meditation, Ausflüge ins Fußballmuseum Dortmund und ins Planetarium Bochum oder eine Karnevalsfeier.

Die Kosten für die Teilnahme betragen 15 Euro für ein Vierteljahr. Darin sind das wöchentliche Treffen mit Kaffee und Gebäck sowie die vor Ort stattfindenden Aktivitäten enthalten. Das Angebot ist für die ersten drei Monate kostenlos. Der Flyer mit dem aktuellen Programm kann im Internet auf der Homepage des EvK Witten heruntergeladen werden: www.ev-k-witten.de/aktivplus.

Windpocken:

Fehlende Impfung kann Folgen haben

Windpocken - diese Kinderkrankheit kann in Kindertagesstätten und Schulen für erhebliches Durcheinander sorgen und Familien vor ungeahnte Herausforderungen stellen. In einer Einrichtungen in Witten mußte das Gesundheitsamt kürzlich über 1/3 der Kinder zeitweise vom Besuch ausschließen. Wir sprachen mit Dr. Sabine Klinke-Rehbein, Amtsärztin des Ennepe-Ruhr-Kreises, über die Hintergründe.

pen: Wie reagiert das Gesundheitsamt, wenn Gemeinschaftseinrichtungen wie Kindertagesstätten oder Schulen Windpocken melden?

Dr. Sabine Klinke-Rehbein: Bei Einzelfällen informieren wir die Eltern und bitten sie, den Impfstatus des Kindes zu prüfen. Kommt es zu mehreren Fällen, kontrollieren wir die Impfpässe und entscheiden, wer zu Hause bleiben muss. Auf der sicheren Seite sind grundsätzlich diejenigen, die zweifach geimpft sind oder die Krankheit durchgemacht haben. Kann keine oder nur eine Impfung nachgewiesen werden, droht mit Blick auf die Inkubationszeit - also die Zeit zwischen Ansteckung und Ausbruch - ein Ausschluss für 16 Tage. Wer fehlende Impfungen nachholt, darf zurückkommen. Für völlig ungeimpfte gilt aber zusätzlich: Sie müssen innerhalb von fünf Tagen nach dem ersten Kontakt mit einem Windpockenfall geimpft werden.

pen: 16 Tage, an denen Kinder - häufig nur auf Verdacht und gesund - nicht in Kita und Schule, zum Sportverein oder ins Ferienlager dürfen und zu Hause betreut werden müssen. Das stellt Eltern vor Probleme und trifft nicht immer auf Verständnis. Ist das wirklich nötig?

Klinke-Rehbein: Uns sind die Herausforderungen, die mit einem Ausschluss verbunden sind, sehr bewusst. Unser eindeutiger Auftrag ist es allerdings, Ansteckungsrisiken zu reduzieren, Infektionsketten zu durchbrechen und Risikopersonen wie Schwangere oder Abwehrgeschwächte zu schützen. Dazu zählt es dann auch, augenscheinlich Gesunde auszuschließen. Denn: Niemand kann mit Sicherheit sagen, ob sie sich nicht doch schon angesteckt haben und damit andere infizieren könnten.

pen: Im Blick haben Sie auch Geschwister von erkrankten Kindern.

Klinke-Rehbein: Richtig. Was viele nicht wissen: Wenn Schwester oder Bruder eines Windpocken-Erkrankten keinen Impfschutz haben, gilt auch für sie die 16-Tage-Regel. Eltern sollten hier im Interesse anderer stets verantwortungsvoll handeln. Beachten sollten sie auch: Sie sind verpflichtet, den Gemeinschaftseinrichtungen ihrer Kinder eine Windpocken-Erkrankung mitzuteilen. Wir werden dann von dort entsprechend informiert. Zudem melden uns die Ärzte jeden Verdachtsfall.

Stichwort Windpocken

Windpocken werden durch das Varicella-Zoster-Virus ausgelöst und sind hochansteckend. Gekennzeichnet sind sie durch einen sich ausbreitenden Ausschlag an Haut und Schleimhäuten. Die Hautveränderungen kommen zeitgleich in verschiedenen Stadien - Papeln, Pusteln, Bläschen, Schorf - vor. Windpocken gehören zu den häufigsten Infektionserkrankungen in Deutschland. Die Impfempfehlung sieht eine Impfung im Alter von 11 bis 14 Monaten und eine zweiten Dosis im Alter von 15 bis 23 Monaten vor. Fehlende Impfungen sollten im Kindesalter nachgeholt werden.

HÖRGERÄTE
STENE BERG

Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik in Witten und Herbede

Ihre persönlichen Hörberater in Witten


 Pilar Schauten
Witten


 Marcel Jakobs
Witten


 Sabine Fischer
Witten


 Andreas Kosch
Herbede

Individuelle Beratung rund ums Hören im Fachgeschäft

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



Gesellschafterin für Senioren und hilfsbedürftige Menschen

ProSenior
 Qualifizierte
 Seniorenbetreuung
 Monika Bonk

- ❖ Betreuung, Unterstützung und Begleitung von älteren und hilfsbedürftigen Menschen in ihrer **gewohnten** Umgebung.
- ❖ Entlastung von pflegenden Angehörigen
- ❖ Interessante Freizeitgestaltung
- ❖ Unterstützung bei Demenzerkrankung

www.pro-senior-bonk.de

ProSenior Seniorenbetreuung
 M. Bonk · Wannen 116
 58455 Witten-Heven

Tel.: 0 23 02 / 1 76 46 80
 Mobil: 01 78 / 3 06 13 55
 Email: monika_bonk@web.de

Termine nach Vereinbarung


Abschied Trauer Neubeginn
Silvia Niemerg

Vormholzer Straße 9a
 Eingang über Meesmannstraße
 58456 Witten
 Telefon: 0157-86459318

Psycho-/Gesprächstherapie
 Ängste, Depression, Burnout
 Trauertherapie/-begleitung
 Heilpraktikerin für Psychotherapie
 zertifizierte Trauerbegleiterin (BVT)
 email: sniemerg3@gmail.com

Im Ennepe-Ruhr-Kreis liegt die Impfquote nach Erkenntnissen der Schuleingangsuntersuchung 2016/17 bei 70 Prozent für die zweimalige Impfung. 30 Prozent sind nur einmal oder gar nicht geimpft. Datengrundlage sind die vorgelegten Impfhäfte. Von den 2.351 untersuchten Kindern legten 256 keine Unterlagen vor. Für sie kann daher keine Aussage zu Impfungen getroffen werden.

pen

Ay-Senio Seniorendienst

Betreuung • Begleitung • Unterstützung

- Entlastung von pflegenden Angehörigen u.v.m.
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Qualifizierte Betreuung von Demenzerkrankten

Mit Pflegegrad kostenlose Hilfe im Alltag

☎ 02302 7075360 • Crengeldanzstraße 88a • 58455 Witten

EvK Witten: Investitionen in Fortschritt und Qualität

Moderne Endoskopie, Totalumbau des Bewegungsbades und ein nagelneues Parkhaus

Das Evangelische Krankenhaus in Witten investiert in Fortschritt und Qualität: Patienten, Besucher und Mitarbeiter profitieren davon. Eine der Investitionen war die Eröffnung des neuen Parkhauses. Doch es gab auch viele Modernisierungen aus baulicher, medizintechnischer, EDV-technischer und energetischer Hinsicht.

Das Ev. Krankenhaus Witten hat seit 2009 rund 30 Millionen Euro investiert, um sich für die Zukunft auszurichten. Unter anderem wurden alle Stationen modernisiert. 2017 erhielt die Endoskopie neue Räume mit moderner Ausstattung und durchdachter Aufteilung. Sie wurden in Fertigbauweise errichtet. Die vorgefertigten Module wurden in einer spektakulären Aktion per Schwertransport angeliefert und per Autokran montiert. Anfang 2018 wurde das Bewegungsbad der Physikalischen Therapie nach Totalumbau wieder in Betrieb genommen. Im Juli letzten Jahres wurde ein energieeffizientes Blockheizkraftwerk installiert, mit dem das EvK Witten einen großen Teil seines Strom- und Wärmebedarfs decken kann. Zusammen mit einer Umstellung der Beleuchtung auf umweltfreundliche LED und einer Modernisierung der Betriebstechnik sinken Energieverbrauch und CO₂-Ausstoß deutlich. Dazu kommen zahlreiche Baumaßnahmen „hinter den Kulissen“ wie die Verlegung neuer Leitungen für eine leistungsfähige EDV.

Ein weiterer Meilenstein der Modernisierung ist das neue Parkhaus für Besucher und Patienten. „Ein Parkhaus an einem Krankenhaus ist heute ein Muss“, betonte Geschäftsführer Heinz-Werner Bitter bei der feierlichen Eröffnung im September 2018. Die Planungen und die Abstimmungen mit der Stadt dauerten vier Jahre, weil der Standort des neuen Parkhauses mit dem Kreisverkehr koordiniert werden musste, der im Zuge des Umbaus der Pferdebachstraße in Höhe der Westfalenstraße und der Zufahrt zum EvK entsteht. Die Bauzeit betrug dann nur noch kurze sechs Monate. „In den vergange-



Bei der Eröffnungsfeier schneiden (v.l.) Frank Obenlüneschloss (Theologischer Direktor der Ev. Krankenhausgemeinschaft Herne | Castrop-Rauxel), Verwaltungsdirektorin Ingeborg Drossel, Geschäftsführer Heinz-Werner Bitter, Pflegedienstleitung Dennis Kläbe, Bauleiter Kay Pankrath (Firma Goldbeck), Dr. Mario Iasevoli (Ärztlicher Direktor EvK Witten) und Hubert Schmölzl (Technischer Leiter EvK Witten) das Band an der Einfahrt des neuen Parkhauses durch.
Foto: Jens-Martin Gorny

nen Jahren sind unsere Patientenzahlen kontinuierlich gestiegen. Dadurch wurde auch der Ruf nach mehr Parkplätzen immer lauter.“

Die Situation hatte sich zusätzlich verschärft, weil in den vergangenen Jahren aus verschiedenen Gründen zahlreiche andere Parkmöglichkeiten in der näheren Umgebung weggefallen waren.

Im neuen Parkhaus stehen Patienten und Besuchern 174 Stellplätze zur Verfügung – rund 100 mehr als früher. Das Gebäude wurde von der Firma Goldbeck in einer Stahlskelett-Bauweise errichtet und mit orangen, gelben und weißen Sichtelementen verkleidet. Dabei wurde Wert auf eine offene transparente Bauweise

gelegt, die es weniger kompakt aussehen lässt. Die Stellplatz- und Fahrbahnbreiten bieten den Nutzern komfortable Bewegungsfreiheit. Die Parkbuchten sind 2,50 Meter breit. „So können Sie auch bei großen, komfortablen Fahrzeugen bequem die Tü-

**In zehn Jahren
30 Millionen Euro
investiert**

ren öffnen“, erklärt Heinz-Werner Bitter. Auch die zunehmende Elektromobilität wurde berücksichtigt. Es wird Zapfstellen für E-Bikes geben. Ladesäulen für Elektroautos können bei Bedarf problemlos installiert werden. Der Haupttreppenturm mit behindertengerechtem Aufzug ist

so ausgerichtet, dass ein schneller Zugang zum Krankenhaus gewährleistet ist. Für Menschen mit Behinderung stehen zwei Parkplätze im unteren Parkdeck direkt hinter der Einfahrt zur Verfügung. Auch die Mitarbeitenden des Ev. Krankenhauses Witten können aufatmen. Sie können ihre Fahrzeuge wieder auf dem Mitarbeiterparkplatz abstellen, den sie während der Bauzeit für Besucher und Patienten abtraten. Eine Neusortierung auf dem Gelände schafft zusätzliche Kapazitäten. Rund 1,5 Millionen Euro hat das Evangelische Krankenhaus Witten in diese Baumaßnahme investiert. Beim neuen Kreisverkehr, der sich in der Bauphase befindet, wird es noch eine Verbesserung geben: „Wir bekommen eine eigene Verbindung zum Kreisverkehr, sodass man nicht mehr von unserem Gelände Richtung Stockum umständlich nach links abbiegen muss“, kündigt Heinz-Werner Bitter an. Der Geschäftsführer blickt optimistisch in die Zukunft und weiß: „Wir werden weiter investieren – in medizinischen Fortschritt, in angenehme Aufenthaltsqualität für unsere Patienten und Besucher, in gute Arbeitsbedingungen für unsere Mitarbeitenden. Denn wir möchten unserem hohen Anspruch gerecht werden: Eine qualitativ hochwertige Versorgung in Medizin, Pflege, Therapie für die Menschen in Witten und der Region.“

anja



Das moderne Bewegungsbad im Sockelgeschoss des EvK Witten wird für Therapieangebote im Wasser viel genutzt.
Foto: Peter Lutz



**Ev. Krankenhaus
Witten**

Lehrkrankenhaus der
Universität Witten/Herdecke

Ich geh' ins EvK

Medizin – Pflege – Therapie



Ev. Krankenhaus Witten

Pferdebachstr. 27, 58455 Witten, Tel.: 02302/175-0, www.evk-witten.de

Zahnklinik der Uni Witten/Herdecke seit 10 Jahren im ZBZ

Mit einer kleinen Feierstunde wurde am 12. Dezember das Jubiläum gewürdigt

Am 5. Dezember 2008 zog die komplette Zahnklinik der Universität Witten/Herdecke von ihrem „alten“ Standort in der Alfred-Herrhausen-Str. 50 in das neue und moderne Zentrum für Zahnmedizinische und Biowissenschaftliche Forschung und Entwicklung (ZBZ). So ein Umzug ist ganz sicher keine alltägliche Angelegenheit. Dass er möglich wurde, ist das Ergebnis einer engen Kooperation zwischen der Stadt Witten und der Universität Witten/Herdecke.

Das ZBZ, wie es kurz genannt wird, wurde mit Mitteln der Stadt, des Landes und der Europäischen Union im Rahmen des regionalen Wirtschaftsförderprogramms NRW Ziel-2-Programm (EFRE) erbaut. Es ist ein Technologiezentrum mit dem Schwerpunkt Zahnmedizin, in dem die Zahnklinik der Universität Witten/Herdecke der Ankermieter ist. Prof. Zimmer, der Leiter des Departments für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde, sagte anlässlich einer Feierstunde am 12. Dezember 2018: „Das ZBZ ist in seiner Mischung aus universitärer Einrichtung und kleinen und mittleren Unternehmen mit Bezug zu Medizin und Zahnmedizin im Laufe der Jahre zu einem Innovationsmotor für Witten mit einer mindestens nationalen, wenn nicht internationalen Ausstrahlung geworden. Wir sind sehr froh und dankbar, dass die Stadt Witten uns dieses Zentrum ermöglicht hat.“ Im Department für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde sind rund 250 Studierende im Fach Zahnmedizin eingeschrieben. „Besonders stolz sind wir auf unsere innovative und patientenzentrierte Ausbildung und auf unsere Forschung, die sich in der Zeit seit dem Umzug in das neue ZBZ prächtig entwickelt hat“, so Prof. Zimmer.

Weitere Informationen bei Prof. Dr. med. dent. Stefan Zimmer, 02302 / 926-660, Stefan.Zimmer@uni-wh.de.

vlr: Prof. Dr. Stefan Zimmer; Prof. Dr. Peter Gängler; Sonja Leidemann; Ralph Hiltrop; Klaus Völkel



Foto von li: Inga, Anna, Amelie, Yebhe

Hallensportfest in Paderborn

Die U-16-Leichtathletinnen der DJK BW Annen gingen dieses Jahr schon früh in die Hallensaison. Auf einem Hallensportfest in Paderborn testeten sie ihre aktuelle Form. Alle vier Athletinnen gingen dabei in den Altersklassen der kommenden Saison an den Start, also mit älteren Konkurrentinnen und teils in großen Teilnehmerfeldern.

Yebhe Diallo (W15) war leider durch eine Erkältung geschwächt, was sich bereits in ihrer Anfangsdisziplin, dem Weitsprung, zeigte. Sie hatte Mühe, den Anlauf aus dem Abschlusstraining zu treffen, auch die Dynamik im Absprung war nicht wie gewohnt. Daher kam sie mit nur 4,01 m auf Rang 12. Im Kugelstoßen konnte sie direkt im ersten Versuch mit 9,58 m eine neue Bestleistung aufstellen und landete damit als Bestplatzierte aus ihrem Jahrgang auf Platz 4.

In der Altersklasse W14 starteten gleich drei Athletinnen: Inga Grasedieck konnte sich im Weitsprung direkt im ersten Versuch auf eine neue Bestweite von 4,30 m (Platz 17) verbessern – mit viel Potenzial nach oben. Sie verschenkte einige Zentimeter am Brett und auch die Landung ist verbesserungsfähig. Ihre Trainingspartnerin Amelie Hühn hatte einen schwierigeren Einstieg. Nach zwei ungültigen Versuchen reichte es nur noch für einen Sicherheitsprung auf 4,01 m und Platz 19. Im Kugelstoßen konnte sich Amelie für den Endkampf qualifizieren und beendete mit einer Weite von 7,91 m diese Disziplin auf Platz 5. Inga kam zudem über die 60 m Sprintdistanz nach 9,22 s und nur knapp hinter ihrer Vereinskameradin Anna Still (9,21 s) ins Ziel. Für beide Athletinnen reichte die Zeit leider nicht für den Finallauf. Anna startete zudem noch in ihrer Paradedisziplin, dem Hochsprung, wo sie sich zunächst – bedingt durch die neue Altersklasse – an eine hohe Einstiegs Höhe von 1,30 m sowie Steigerungen von 5 cm gewöhnen musste. Nichtsdestotrotz konnte Anna ihre Bestleistung einstellen und übersprang zum zweiten Mal überhaupt die 1,40 m (Platz 10). An den 1,45 m scheiterte sie nur knapp. Danach versuchte sich Anna noch an den 60 m Hürden. Auch hier galt es, sich auf die größeren Hürdenabstände einzustellen, was ihr nicht ganz gelang. Nach 12,43 lief sie ins Ziel.

Grillplatz „Kahler Plack“:

Wabe übernimmt die Bewirtschaftung und Vermietung

Kuriose Neuigkeit mitten in der Wintersaison: Wer im kommenden Jahr Wittens öffentlichen Grillplatz „Kahler Plack“ nutzen möchte, wendet sich ab Jahresbeginn 2019 an die Wabe mbH.

Die Wittener Gesellschaft für Arbeit und Beschäftigungsförderung (Wabe) übernimmt die Bewirtschaftung und Vermietung ab 2. Januar. Die Anmietung des Platzes mit einer Kapazität bis ca. 100 Personen wird weiterhin in der Zeit von Mai bis Oktober möglich sein.

Wer den Platz reservieren möchte, wählt ab 2019 die Rufnummer (02302) 399001, um direkt die Wabe zu erreichen. Die bisherige städtische Rufnummer verweist dann mit einer Voicemail-Ansage an die Wabe.

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 31.1.2019

Anzeigenschluss: Freitag, 18.1.2019



Sparlotterie der Sparkasse „vergoldet“ Weihnachten. Frank Gesenhues, Geschäftsstellenleiter der Sparkasse Siegfriedstraße, hatte für seine Kunden, die Eheleute Karger, einen 250-Gramm-Goldbarren parat.

Rund um St. Joseph

Im Altenzentrum St. Josef findet am Donnerstag, 24.1.19 um 11.00 Uhr das nachweihnachtliche Konzert des Schulchors der Erlenschule statt.

Neue Öffnungszeiten: Pfarrbüro Annen

Wegen der neuen Tätigkeit von Frau Kania in Pfarrbüro Rüdinghausen ist das Pfarrbüro in Annen ab 1.1.2019 dienstags vormittags besetzt: von 9.00 – 11.00 Uhr.

19. Januar, 19 Uhr Metal-Konzert

Das FAMOUS präsentiert am Samstag, 19. Januar in Kooperation mit Metal for Mercy e. V. – ON STAGE – mit den Bands: A Sable Opiate + Witchtower + Backfired.Hate + Lanky Fellow
Famous, Annenstraße 120, 58453 Witten



MEHR ALS EIN DACH ÜBER DEM KOPF

Attraktives Wohnen in Witten-Annen



Wohnungsgenossenschaft
Witten-Ost eG

☎ 02302 93368-0
✉ kontakt@wwo-witten.de

Informationen & Wohnungsangebote
finden Sie unter

www.wwo-witten.de



Etiopia Witten bittet um Ihre Spende Bau einer zweiten Schule

Für rund 500 Schülerinnen und Schüler in der Stadt Mehoni in der Region Tigray im Norden Äthiopiens findet der Schulunterricht im Freien unter einem Baum statt. Die Kinder sitzen dabei auf Felssteinen.

Gemeinsam mit den Schülern der Holzkampschule will Etiopia Witten in der Stadt Mehoni in der Region Tigray im Norden Äthiopiens eine weitere Schule bauen.

Im äthiopischen Dorf Bassale steht bereits eine „Holzkamp School“. Zu Beginn des Schuljahres hatte die Holzkamp-Gesamtschule ein großes Ziel ausgerufen: Wir bauen eine zweite Schule in Äthiopien!

Holzkamp-Schüler sammeln über 24.000 Euro

Die Schüler der Holzkampschule haben mit vielen phantastischen, kreativen Aktionen ein beachtliches

Startkapital hierfür bereits zusammen und nun will Etiopia Witten dieses Startkapital ergänzen, damit im Frühjahr 2019 der Grundstein für eine neue, gemauerte Schule mit 4 Klassenzimmern gelegt werden kann. Bitte helfen Sie uns, damit wir das von den Schülern der Holzkampschule mit so großer Begeisterung begonnene Projekt erfolgreich zu Ende bringen können. Ihre steuerabzugsfähige Spende erbitten wir auf das Konto von Etiopia Witten, IBAN DE 70 4525 0035 0000 9010 90.



Holzkamp-Gesamtschule Witten übergibt die großzügige Spende für Äthiopien an den Verein Etiopia-Witten e.V.

Institut für Waldorf-Pädagogik, Witten/Annen

Mo. 21.1., 7.45 - 13 Uhr

Info- & Aufnahmetage

Am Infotag können Sie unser Witten/Annen Institut für Waldorf-Pädagogik kennenlernen, sich zu Studienmöglichkeiten und Berufsaussichten beraten lassen und einen Einblick in alle Bereiche nehmen. Von 7.45

bis 13.00 Uhr können Sie sich ein Bild machen, ob Witten/Annen Ihr Studienort sein soll durch:
➤ Teilnahme an den Kursveranstaltungen
➤ Beratungsgespräche mit unseren Dozenten
➤ Austausch mit unseren Studierenden
➤ Spa-

ziergang über das Gelände. Ab 13 Uhr haben Sie die Möglichkeit, in unserer Mensa mit zu essen. Bitte tragen Sie in Ihrer Anmeldung ein, ob Sie dies wünschen. In einigen Fachbereichen können Sie dann noch ab 14 Uhr weiter hospitieren und mitmachen. Das können Sie vor Ort direkt frei vereinbaren.

**Institut für Waldorf-Pädagogik,
Annener Berg 15, 58454 Witten**

Frauengemeinschaft (kfd):

Fahrt zur Strickwarenfabrik

29. Januar

Am Dienstag, 29.1.2019, veranstaltet die kfd Stockum eine Halbtagesfahrt zur Strickwarenfabrik Marcienne in Heinsberg. Eingeladen sind alle Frauen unserer Gemeinde. Uns erwartet ein Empfang mit Kaffee, Tee und Kuchen, eine karnevalistische Live-Modenschau mit dem Thema „Mode, Spaß und gute Laune“ mit Verlosung von zwei Einkaufsgutscheinen à 25 Euro und eine Führung durch das Modeatelier mit Einkaufsmöglichkeit. Kurz vor der Abfahrt wird nochmals frischer Kaffee oder Tee serviert. Abfahrt ist um 12.30 Uhr ab Kirche St. Maximilian Kolbe in Stockum. Die Rückfahrt ist für ca. 18.30 Uhr vorgesehen. Der Fahrpreis pro Person für Busfahrt sowie Kaffee und Kuchen beträgt 20 €.

❶ Anmeldungen sind bei den kfd-Helferinnen in Stockum sowie telefonisch unter Tel.: 02302 48594 bei Marita Mutschler möglich.

KUKLOCH
EINEN AUGENBLICK KUNST

◀ Termine ▶ Termine ▶ Termine

Liedermacher Fred Ape

Das neue Jahr 2019 im KUKloch beginnt am 16.1. um 20 Uhr mit einem Gastspiel des Dortmunder Liedermachers und Kabarettisten Fred Ape. Er singt gegen Rassismus, Ungerechtigkeit und Hass und steht für Toleranz, Mut, Lebensweisheit und jede Menge Humor. Seit fast 40 Jahren ist er in der ganzen Republik auf großen und kleinen Bühnen unterwegs. Etwa 3000



Fred Ape (Foto: Stephan Schütze)

16. Januar, 20 Uhr

Konzerte hat er gespielt und dabei auch mit Größen wie Konstantin Wecker und Reinhard Mey das Publikum unterhalten und zum Nachdenken gebracht. Im KUKloch stellt er seine neueste CD vor mit dem Titel „Es gibt immer eine richtige Seite“. Dazu bietet das KUKloch Team Snacks, guten Wein und Kaltgetränke. Eintritt ist frei, Austritt gegen Spende.

Neues im Pfarrbüro Rüdinghausen



Claudia Stockhoff-Fögen (v.l.), Marianne Wiener und Maria Kania Foto: Thomas Wittenborg

Zum 31.12.18 beendete unsere Pfarrsekretärin Frau Stockhoff-Fögen ihren Dienst. Wir danken ihr sehr herzlich für ihren Einsatz. Als zukünftige Außendienstmitarbeiterin des Gemeindeverbandes wird sie im pastoralen Raum Witten eng mit Pfarrer Barkey weiter zusammenarbeiten. An dieser Stelle bedanken wir uns auch ganz herzlich bei der scheidenden Außendienstmitarbeiterin Frau Kretschmer.

Seit Anfang des Jahres ist unsere Pfarrsekretärin Frau Kania zusätzlich im Pfarrbüro Rüdinghausen zu den bekannten Öffnungszeiten für Sie da.

Blickfang bei den Heimatfreunden



Zwei Modelleisenbahnen drehten zur Adventszeit im Schaufenster der Heimatfreunde Stockum/Düren, Hörder Straße 367, ihre Runden. Die Sommer- und Winterlandschaften begeisterten auch den 10-jährigen Eisenbahnfan Jan Wesch. Möglich wurde diese kleine Ausstellung durch Leihgaben der Eisenbahnfreunde Witten. Hinzugesellt hat sich auch die kleine Räucherlok „Friedrich“, die im Original den Hauptbahnhof schmückt. Jahreszeitgemäß wurde die kleine Anlage von einem Schwibbogen umrahmt, der die 1. Deutsche Eisenbahn in Nürnberg-Fürth im Jahre 1835 zeigt.

Foto: Karoline Robbert

Singer-Songwriter Konzert in Witten-Rüdinghausen

Harbecke Brüder laden ein

Am Samstag, den 12. Januar 2019, um 19 Uhr findet in Witten-Rüdinghausen ein Konzert zum Thema „Singer Songwriter“ statt. Die aus Witten stammenden Brüder Jens und Christian Harbecke haben sich mit Musikern aus Berlin, Köln und Kamp-Lintfort unter dem Titel „Harbecke Bros. & Band“ zusammengetan, um ein Song-Repertoire von alten und neuen Liedern und Interpreten auf die Bühne zu bringen.

„Wir machen seit unserer Kindheit in verschiedenen Konstellationen Musik“, erklärt Christian Harbecke. „Jetzt langsam dachten wir, es sei Zeit für unser erstes gemeinsames Solo-Konzert.“ Der Musiklehrer an der Liebfrauenthule in Köln leitet seit 2009 den Jungen Chor Kinereth in Witten und ist aktives Mitglied des „Vokalensemble Kölner Dom“. Sein Bruder Jens ist Professor an der Universität Witten/Herdecke und ehrenamtlich Vorsitzender der Musikgemeinschaft Witten Ost e.V.,

die auch als Veranstalterin des Konzertes auftritt. Den Hintergrund der Veranstaltung beschreibt Jens Harbecke wie folgt: „Uns reizt an diesem Konzert, dass es sich mit einigen heute eher unbekannten Liedern befasst, die uns seit unserer Kindheit begleitet haben. Darüber hinaus haben wir einige populäre israelische Songs auf Deutsch übersetzt und wollen sie auf diese Weise dem

hiesigen Publikum zugänglich machen.“ Das Ergebnis sei ein Konzert mit sehr unterschiedlichen musikalischen Facetten, das zum Teil sogar zum Mitsingen einlädt. Der Ort der Veranstaltung ist das Pfarrheim der St. Pius-Gemeinde, Piusstr. 1 in Witten-Rüdinghausen. Getränke sind vor Ort erhältlich; für einen Imbiss ist gesorgt. Der Eintritt ist frei. Am Ende des Konzertes wird um eine Spende zur Deckung der Kosten und zur Unterstützung der Musikgemeinschaft Witten Ost e.V. gebeten. Kontakt: konzert@jensharbecke.com.



Woher kommt der „Stich“, in dem jemand gelassen wird?

Wird ein Mensch in einer Notsituation allein gelassen, formulieren wir gerne, dass derjenige „im Stich gelassen wird“. Der Ursprung dieser Redensart reicht wohl bis in das 15. Jahrhundert zurück, als Kriege noch mit Schwert und Degen ausgetragen wurden. Ließ ein Soldat seinen Kameraden in einer Schlacht allein, blieb dieser „im Stich des Gegners“ gelassen. Wir wollen hoffen, dass seine Rüstung dick genug war, um nicht zu sagen „hie- und stichfest“.

Der Begriff wurde in der Turnierwelt der Ritter weiterverwendet, später auch bei Wettbewerben wie das Fischerstechen in Bamberg und Ulm oder zum Beispiel beim Springreiten, wenn der Sieger durch ein Stechen ermittelt wurde. Natürlich freut sich auch jeder Skatspieler, wenn er die bessere Karte hat und den „Stich“ gewinnt. Wenig erfreulich allerdings, wenn jemand einem anderen Menschen „einen Stich versetzt“.

Quelle: redensarten.de/dx

PVler liefen letztmalig in 2018 um den Kemnader Stausee

Seit langem ist der Lauf am letzten Tag des Jahres zu einer festen Größe im Veranstaltungskalender des PV-Triathlon Witten geworden. Eine große Gruppe PVler lief um 11 Uhr ab der Vereinswohnung zur See-Umrandung und ließ mit weiteren PVlern 'in Zivil' das Sportjahr bei Berliner Ballen und Punsch ausklingen. Stoppuhr und Startnummer waren nicht gefragt, als sich die Gemeinschaft des PV-Triathlon Witten zum traditionellen Silvesterlauf am Kemnader Stausee traf. Während das Gros der PVler den Weg um den Kemnader Stausee wählte, gingen einige Athleten bei kleinen und großen Silvesterläufen an den Start.

Einzelstarter erfolgreich bei Silvesterläufen von Emden bis Weringerode

Den weitesten Laufweg hatte Nils Brüchert-Pastor, der sich beim 18 km langen Wenigeröder Silvesterlauf mit einem 2. Platz von seiner Al-

Weihnachtsbäume entsorgen

Wer seinen nadelnden Weihnachtsbaum loswerden möchte, kann bis zum 13. Januar die städtischen Sammelstellen nutzen – aber bitte ohne Lametta, Plastiktüten oder sonstigen Müll. Denn die Bäume werden gehäckselt und fließen in den Naturkreislauf zurück. Das Häckselgut soll auf Wegen und Pflanzbeeten verstreut werden.

Für die Abgabe der Bäume sind folgende Standorte vorgesehen:

► Annen und Rüdingshausen

Herdecker Straße / Wanderparkplatz; Parkplatz Kreisstr. / Am Heisterkamp; Parkplatz am Hallenbad

► Bommern - Friesenplatz

► City

Platz der Gedächtniskirche; Parkplatz am Wullenstadion; Dortmund-Straße Nähe Fuhrpark – wird beschildert

► Heven - Parkplatz Sportplatz Haldenweg

► Herbede

Hammertal, Ecke Deitermannsknapp (Buswendeschleife); Vormholzer Ring, am Bolzplatz; Franz-Wohlleb-Platz; Schule Durchholz – am Parkplatz; Parkplatz an der Zeche Hollandstraße hinter der Rettungswache

► Stockum - Parkplatz am Sportplatz Pferdebachstraße

tersklasse M45 verabschiedete. Auch die 37. Auflage des traditionellen Silvesterlaufes von Werl nach Soest bewegte wieder die Massen: insgesamt gingen 6600 Teilnehmer über die 15 km- und 5 km-Strecke ins Rennen. Mitten drin auch Ingelore Köster und Nermin Cartilli, die den 15 km-Weg von Werl nach Soest unter die Sohlen ihrer Laufschuhe nahmen. Ihren Urlaubsaufenthalt in Emden nutzten auch PV-Seniorin Helga Groß und Tochter Claudia Schnittka zu einem Start beim 40. Emdener Silvesterlauf. Die PV-Farben vertrat Helga Groß hervorragend bei der anschließenden Siegerehrung mit ihrem 1. Platz in der W75. Schöner Jahresabschluss auch für Hans-Peter Otto und Brigitte Hartig beim Silvesterlauf in Herne: Hans-Peter Otto lief im hügeligen Gysenberg-Park auf den 2. Platz der M60 und Brigitte Hartig walkte die Strecke in 43:30 min.

Foto: Vereinslauf um den Kemnader Stausee



- bewährte Leistung
- bekanntes Team
- neuer Platz



- Kostenloser Hol- + Bringdienst
- Smart-Repair Ausbeulen ohne Lackieren
- im Kaskofall kostenloser Leihwagen
- von Standox ausgezeichneter Fachbetrieb

- Hagelschadenzentrum
- seit Sommer 2008
- in Zusammenarbeit mit Global Hail
- Dekra geprüfte Fachwerkstatt für Unfallinstandsetzung
- Wohnmobil- + Fahrzeug-aufbereitung

9 Jahre in Folge Werkstatt Ihres Vertrauens.

58455 Witten • Tel.: 0 23 02/2 30 - 32
www.autolackiererei-giesselbach.de

Cörmannstr. 16



**MECKE
MOTORSERVICE**

KFZ-MEISTERBETRIEB
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
AUTOLACKIEREREI

- Karosserie-Fachbetrieb
- Fahrzeugtechnik • Fahrzeugelektrik
- Autolackiererei • Klimaservice
- Automatikgetriebeservice & -spülung
(Mercedes Benz 7G BMW/V.A.G. SDG ETC)

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



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



Der Verkehr läuft wieder ?

Nach Freigabe der Mühlengrabenbrücke staut sich der Verkehr auf dem Ruhrdeich in Richtung Wetter weiterhin. Die „Geradeausfahrer“ nach Wetter werden regelmäßig aufgehalten, weil viele „Abbieger“ nach Bommern möchten. Die Abbiegespur ist sehr kurz. So halten die „Abbieger“ den Verkehr in Richtung Wetter auf. Häufig ist zu bemerken, dass nur ein Fahrzeug geradeaus fahren kann. Die Lichtzeichensignalanlage zeigt grün, aber niemand passiert die Kreuzung, weil sich der Verkehr nach Bommern staut.

Es wäre sinnvoll, die Abbiegespur zu verlängern, um so den Stau zu verringern. Dies wurde seitens der CDU-Fraktion auch schon bei den Beratungen im Verkehrsausschuss angeregt. Warum nun die Abbiegespur erst nach der Mühlengrabenbrücke beginnt, sollte erläutert werden. Unser verkehrspolitischer Sprecher, Julian Fennhahn, bittet nun die Stadtverwaltung für uns um die Beantwortung der folgenden Fragen, die ggf. zuständigkeitshalber mit dem Landesbetrieb Straßen NRW abgestimmt werden können:

1. Wann findet nach derzeitigem Stand eine bauliche Optimierung der Kreuzung Ruhrstraße/Wetterstraße/Ruhrdeich statt?
2. Warum wurde in Richtung Wetter die Mühlengrabenbrücke nicht zweispurig errichtet, wenn dies doch in bisherigen Planungen schon vorgeschlagen wurde?

Claudia Gah, Fraktionsgeschäftsführerin CDU-Fraktion Witten

RETTUNGSGASSE BILDEN

SOZIALVERBAND
VdK

Leserbrief • Leserbrief • Leserbrief • Leserbrief

Ich wohne in Herbede und muss öfters über die Ruhrbrücke und bin auch durch die Baustellenstaus geplatzt. 2x ist es mir passiert, dass ein Rettungswagen durchmusste, jeweils aus der anderen Richtung und immer das gleiche Chaos. Es hat immer eine gefühlte Ewigkeit gedauert bis das RTW durch war, weil keine Rettungsgasse gebildet wurde. Alle standen an der Straßenmitte um die Hälse recken zu können, damit sie ja nichts weiter vorne verpassen können.

Jede Sekunde ist wertvoll, bei einem Herz- oder Hirninfarkt oder nach einem Unfall. Bloß weil keine Rettungsgasse gebildet wird, kommt die Rettung vielleicht zu spät. Schrecklich!

Ich bin durch ein Erlebnis auf der Autobahn sensibilisiert und achte seitdem immer darauf, schon bei einem beginnenden Stau eine Rettungsgasse zu bilden. Immer wieder habe ich mal einen Aufkleber an Hecks von Autos gesehen, die auffordern eine Rettungsgasse zu bilden. Und immer wieder kommt im Radio die Aufforderung unbedingt eine Rettungsgasse zu bilden. Eigentlich müsste das ja jeder Autofahrer wissen und trotzdem gibt es so viel Ignoranz und Gleichgültigkeit, weil man ja den Überblick behalten will.

So kam ich als Vorsitzender des Sozialverband VdK Ortsverband Witten auf die Idee Aufkleber mit unseren Vereinslogo des Sozialverband VdK drucken zu lassen. Die sehen toll aus und ich hoffe, dass so viele wie möglich einen Aufkleber mit „RETTUNGSGASSE BILDEN“ auf ihr Auto kleben.

In letzter Zeit wurde über zugestellte Rettungswege, keine gebildete Rettungsgasse und Behinderungen in den Medien berichtet. Ich meine noch nicht genug, sonst würden ja nicht so viele Fehler passieren. Siegfried Boldt, Sozialverband VdK, OV Witten, Heinrichstr. 20, 58456 Witten, Tel. 02302/77506, 0176/5659523, E-Mail: boldtboldt@hotmail.de, www.vdk.de/ov-witten.



Fiat 500. Foto: Auto-Medienportal.Net/Fiat

Elektro-Kleinwagen: Fiat gibt Strom

Im Werk Mirafiori bei Turin wird der erste rein elektrisch angetriebene, neue Fiat 500 auf einer eigens dafür entwickelten Plattform entstehen, so Fiat Chrysler Automobiles(FCA)-Chef Mike Manley.

13 neue oder überarbeitete Modelle will der Konzern bis 2021 insgesamt auf den Markt bringen. Der Schwerpunkt wird dabei die Batterieelektrischen- oder Hybridantriebsysteme betreffen. So auch beim für den europäischen Markt bestimmten Modell des Jeep Compass. *ampnet/mk*

Neuer Audi TT im Verkauf

Die Auslieferung erfolgt ab dem ersten Quartal nächsten Jahres. Die Preise für das Coupé beginnen bei 35 900 Euro, den Roadster gibt es ab 38 300 Euro. Dazu gesellt sich das Sondermodell „TT 20 Years“, das ausschließlich als 45 TFSI Quattro mit 245 PS (180 kW) erhältlich ist und ab 51 740 Euro kostet. Basismotor für die Baureihe ist der 40 TFSI mit 197 PS (145 kW). *ampnet/jri*



Audi TT Coupé.

Foto: Auto-Medienportal.Net/Audi

Lada 4x4 Urban 5-Türer: Länge läuft

Darauf haben seine Fans schon lange gewartet: Lada bringt nun endlich auch die Langversion seines Geländewagenklassikers 4x4 mit zwei Fondtüren nach Deutschland. Das Modell gibt es immerhin schon seit über 20 Jahren – nur die Typengenehmigung hierzulande nicht. Als offizielles Kleinserienfahrzeug des deutschen Importeurs umschiffen nun auch er diese Hürde.

4,24 Meter bedeuten einen Längenzuwachs von einem stolzen halben Meter. Dass der sich nicht allein auf die Beinfreiheit beschränken dürfte, sollte einleuchten. Und tatsächlich bietet die L-Version auch einen deutlich größeren Kofferraum. Mit 424 Litern Normalmaß schluckt der Stretch-Niva rund 160 Liter mehr als der Dreitürer. Die Basisausführung gibt es für 14 090 Euro, den etwas schickeren Urban für 1300 Euro mehr. *ampnet/jri*


Lada 4x4 Urban 5-Türer.
Foto: Auto-Medienportal.Net



Holger Peters

Kraftfahrzeug-Sachverständiger

Jägerstraße 8
58453 Witten
Telefon: (0 23 02) 7 73 12
Telefax: (0 23 02) 7 20 90
Mobil: (01 79) 9 72 10 40
Mail to: gutachten-peters@t-online.de

VESTA Kombi



ab € 12.990,-*



Abb. mit Zubehör

LADA VESTA Kombi 1,6 l, 16V, 78 kW/106 PS, Schaltgetriebe. Modell Basis ab € 12.990,-* mit 3 Jahren Hersteller-Garantie, Modell Standard ab € 14.990,-* mit 5 Jahren Garantie** – bei Ihrem LADA Händler.

5 JAHRE** **3 Jahre Hersteller-Garantie + 2 Jahre Neuwagen-GARANTIE Anschlussgarantie der Europ Assistance Vers.-AG

*ab Importzentrum Buxtehude. Kraftstoffverbr. l/100 km: inner-/außerorts/komb.: 9,4/5,5/6,9. CO₂-Emission g/km: komb. 157; Effizienzklasse E



Hansi Langner
Kfz-Meister
Ihr Profi mit Herz für alle Autos

Seit 30 Jahren

Werksstr. 12 · 45527 Hattingen
023 24 / 6 10 62 · 01 71 / 8 20 90 13
www.auto-h-langner.de
auto-langner@onlinehome.de

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 31.1.2019

Anzeigenschluss: Freitag, 18.1.2019



Ihr kompetenter Partner bei Problemen rund um Ihr Fahrzeug!

AU täglich – HU Prüfstützpunkt TÜV Rheinland



Kfz-Meisterbetrieb

Bodenborn 32
58452 Witten-Bommern
Tel. 023 02/3 03 13
Fax 023 02/39 03 19
www.kfz-technik-sittart.de



Mercedes-Benz B-Klasse: Dieses Auto kann alles

Mercedes-Benz B 200 AMG Line.

Foto: Auto-Medienportal.Net/Daimler

Auszug Auto-Medienportal von Jens Meiners. 14 Jahre ist es her, dass auf dem Pariser Autosalon erstmals die „Vision B“ als Vorläufer der B-Klasse gezeigt wurde – damals noch als kompaktes Gegenstück zur großen R-Klasse. Doch während diese Großraumlimousine längst verflissen ist, geht die B-Klasse jetzt in ihre dritte Modellgeneration. Schon bisher galt die B-Klasse als eine Art Geheimtip. Als Ableitung der A-Klasse zeichnete sie sich durch ein anspruchsvolles Fahrwerk, sparsame Motoren und viel Platzangebot aus. Was ihr fehlte, war Emotion. Das will die neue B-Klasse nun ändern, und tatsächlich wirkt die neue Modellgeneration nun viel ansprechender als bisher. An der Front dominiert ein SL-Grill, die Seitenpartie zeigt eine ausgeprägte Keilform und das Heck wirkt muskulös und breit. Das gegen Aufpreis angebotene AMG-Paket hat er gar nicht nötig. Die attraktive Karosserie hat auch praktische Vorzüge: Das Platzangebot im Innenraum ist erheblich gewachsen, und der Luftwiderstandsbeiwert ist auf rekordverdächtige 0,24 gesunken. Davon wiederum profitieren Fahrleistungen, Verbrauch und der akustische Komfort. Zum Marktstart kommt die B-Klasse mit zwei Benzinern und drei Dieselmotoren.



Kia Ceed GT.

Foto: Auto-Medienportal.Net/Kia

Skoda Scala: Vernunft trifft auf Cleverness und Emotion

Mit dem neuen Skoda Scala soll ein neues Kapitel in der Kompaktklasse von Skoda aufschlagen werden. Er ist eine komplette Neuentwicklung, der in dieser Klasse Standards in Sachen Technologie, Sicherheit und Design setzt. Das Design des neuen Scala trägt innen wie außen unverkennbar Züge der Studie Vision RS, die auf dem Pariser Automobilsalon Anfang Oktober die Besucher überzeugte. Dynamik und Emotionen rücken mehr denn je in den Vordergrund. Verantwortlich dafür ist vorne der aufrecht stehende Kühlergrill, der dem Scala zusammen mit den mandelförmigen Scheinwerfern ein sympathisch-lächelndes Gesicht verleiht. Von der Seite betrachtet erscheint das Auto gestreckt wie zum Sprung nach vorne bereit, den Abschluss bilden ein Dachspoiler und der Diffusor unter dem Stoßfänger am breiten Heck. Den Luftwiderstand gibt Skoda mit einem cw-Wert ab 0,29



Premiere des Skoda Scala Foto: Auto-Medienportal.Net/Skoda

Audi A1: Schmuckstück aus Ingolstadt

Auszug Auto-Medienportal von Jens Meiners. Acht Jahre lang war der Audi A1 im Programm, das ist eine ansehnliche Bauzeit. Das Segment der Premium-Kleinwagen ist seitdem nicht gewachsen, eher im Gegenteil: Nach wie vor gibt es den erfolgreichen Mini aus dem Hause BMW, aber der DS3 von Citroën weicht in Kürze einem Crossover-Modell – und den Lancia Ypsilon gibt es nur noch in Italien. Doch Audi bleibt dem Segment treu.

Jetzt kommt eine Neuauflage unter der Bezeichnung Audi A1 Sportback, und vielleicht ist es dem geringer werdenden Konkurrenzdruck geschuldet, dass Audi das Programm seines Einstiegsmodells deutlich zusammenstreicht. Es gibt nur noch eine fünftürige Karosserie, die Diesel-Option verschwindet, und für den sensationellen, 231 PS starken S1 wird es keinen Nachfolger geben. Einen Quattro-Allradantrieb gibt es ebenfalls nicht mehr. Dafür protzt die kantige, interessanterweise etwas schmaler gewordene Karosserie jetzt mit „Quattro-Blistern“ an den Flanken sowie drei simulierten Lufteinlässen oberhalb des Kühlergrills, die an den legendären Sport Quattro von 1985 erinnern sollen. Fraglos hochwertiger als alle anderen Modelle dieser Klasse ist jedenfalls das Interieur ausgestattet. Das Platzangebot im Vergleich zum Vorgänger ist leicht gewachsen. Auch der Kofferraum bietet mehr Platz als zuvor und fasst jetzt 335 Liter. Was es nicht mehr gibt, ist ein Schiebe- oder Panoramadach. An Ausstattungs- und Kombinationsmöglichkeiten herrscht dennoch kein Mangel. Mit drei Exterieur- und vier Interieurvarianten in unterschiedlichen Stoff- und Farbkombinationen hat Audi eine siebenstellige Zahl von Kombinationsmöglichkeiten errechnet.



Audi A1.

Foto: Auto-Medienportal.Net/Audi

Kia Ceed ab Januar mit sportlichem Auftritt

Kia bietet ab 19. Januar den fünftürigen Ceed als GT mit 1,6-Liter-Turbobenziner und neu abgestimmtem Fahrwerk an. Erstmals ist ein Doppelkupplungsgetriebe erhältlich. Alternativ gib es die in Außen- und Innendesign angepasste GT Line für den Ceed und den Ceed Sportswagon. Für sie stehen ein 1,4-Liter-Turbobenziner und ein 1,6-Liter-Diesel zur Wahl.

ampnet/jri

an. Mit zum dynamischen Erscheinungsbild tragen nicht zuletzt der verhältnismäßig lange Radstand von 2,65 Metern und die 15 Zoll oder auf Wunsch 18 Zoll großen Räder bei. Optional ist alternativ zur serienmäßigen Heckklappe eine Variante mit einer verlängerten Heckscheibe verfügbar. Auch die Platzverhältnisse im Innenraum können sich sehen lassen. Zwar ist der Scala 308 Millimeter kürzer, 21 Millimeter schmaler und einen Zentimeter höher als sein größerer Bruder Octavia, bietet aber exakt dessen Kniefreiheit. Wie bei Skoda üblich, gähnt bei geöffneter Heckklappe ein gewaltiger Kofferraum mit einem Volumen von 476 Litern. Bei umgeklappter Rückbank beträgt das Volumen sogar 1410 Liter. Unter der Motorhaube stehen fünf verschiedene Maschinen mit Abgasnorm Euro 6d TEMP zur Wahl: drei Benzinern mit 1,0 oder 1,5 Liter Hubraum sowie ein 1,6-Liter-Diesel.

ampnet/hrr



Entscheiden ist einfach.



sparkasse-witten.de

**Weil die Sparkasse Witten
verantwortungsvoll mit
einem Kredit helfen kann.**

Sparkassen-Privatkredit.



**Sparkasse
Witten**



Durch einen Dachausbau entsteht schöner neuer Wohnraum. Hausbesitzer sollten dafür die Statik und mögliche Fenster ebenso bedenken wie den vorbeugenden Brandschutz durch nicht brennbare Baustoffe. Foto: adpePhoto/fotolia

Mehr Platz zum Leben Den Dachausbau gut planen

In den eigenen vier Wänden kann es im Laufe der Jahre eng werden. Deshalb bauen viele Hausbesitzer den Dachboden als Wohnraum aus – und werten nebenbei die Immobilie auf. Wer mehr Platz schaffen möchte, muss allerdings einige Vorgaben einhalten. Erster Schritt ist die Nachfrage bei der Baubehörde, ob der Ausbau genehmigungspflichtig ist. Dann folgt eine Bestandsaufnahme: Ein Ausbau lohnt sich, wenn mindestens die Hälfte der Fläche eine

Kopffreiheit von 2,30 Meter besitzt. Von einem Architekten oder Statiker lassen sich die erforderliche Tragfähigkeit und Verstärkungsmöglichkeiten prüfen. Besonders wichtig: die Vorgaben der Energieeinsparverordnung (EnEV) und des vorbeugenden Brandschutzes. „Hauseigentümer sind gut beraten, beim Dachausbau nur Baustoffe der Klasse A (nicht brennbar) zu verwenden“, sagt Jörg-Uwe Strauß vom Deutschen Institut für vorbeugenden Brandschutz (DlVb). Dies gilt nicht nur für den Wärmeschutz, sondern auch für deren Verkleidung. Baustoffe auf Basis von Mineralfasern bzw. Gips brennen und glimmen im Brandfall nicht

und verhindern eine Ausbreitung des Feuers. Darüber hinaus entwickeln sie keine giftigen Gase und schützen die Bewohner vor Rauchvergiftungen. Neben dem vorbeugenden Brandschutz ist auf ausreichend Licht durch genügend große Dachflächenfenster oder Gauben und auf eine entsprechende Kopffreiheit zu achten. Schön für Hausbesitzer: Für einen Dachausbau gibt es Fördermittel – das erleichtert die Finanzierung der wichtigen Maßnahmen deutlich. Weitere Infos zum Brandschutz beim Dachausbau gibt es vom Deutschen Institut für vorbeugenden Brandschutz unter www.divb.org.
txn

Neue Fenster – neuer Komfort

Es gibt kaum ein Bauteil in Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung, dass so viel für Ihren Komfort und Ihr Wohlbefinden, Ihre Sicherheit, den Lärmschutz und die Energieeinsparung leistet, wie neue Fenster – und dabei doch so wenig Beachtung findet. Dabei wäre es doch schön zu wissen, welche Fenstertypen bei Ihnen eingebaut sind! Heizen Sie das Geld zum Fenster raus? Mit dieser Checkliste können Sie sich einen Überblick über die Energieeffizienz Ihrer Fenster verschaffen.



Feuerzeugtest

Mit dem Feuerzeugtest lässt sich ganz einfach die Zahl der Scheiben und Beschichtungen in einem Fenster ermitteln. Halten Sie ein Feuerzeug vor die Scheibe und beobachten die Reflexion der Flamme im Fenster. Bei einer Doppelverglasung sind zwei Doppelflammen in der Spiegelung zu sehen. Ist der Fensterzwischenraum mit einer wärme-reflektierenden Beschichtung versehen, erscheint die zweite Spiegelung anders eingefärbt.

Gute Rahmenbedingungen

Fördergelder für Fenstertausch

Immer noch bestehen viele Millionen Fenster in privaten Häusern aus Einfachglas. Dabei können Eigentümer mit gut isolierten Kunststoff-Fenstern leicht Hunderte Euro an Heizkosten sparen und nebenbei den Wert des Hauses erhöhen. Förderungen der öffentlichen Hand erleichtern die Investition. Dafür stehen mehrere Möglichkeiten zur Verfügung. Die Bandbreite der Fördervarianten reicht von Zuschüssen für eine Energieberatung über zinsgünstige Darlehen oder direkte Zuschüsse der KfW-Bank bis hin zu Programmen der Länder, Kommunen und regionalen Energieversorger. Zur Gewährung der Förderungen sind bestimmte Voraussetzungen zu erfüllen. Besonders wichtig ist die energetische Qualität der Fenster. In der Regel gilt: Je klei-

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 IBD

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

Fenstertypen und Einbaujahre



1 Bis ca. 1978 Einfachverglaste Fenster

- Besitzen nur eine Scheibe, keinen Scheibenzwischenraum
- Erkennbar an den kalten Glasoberflächen, und der Bildung von „Eisblumen“
- Kondenswasser ist üblich

2 Bis ca. 1960 Kastenfenster (Holz)

- Zwei Fenster, die hintereinander getrennt zu öffnen sind
- Meist in Großstädten und Villen zu finden
- Oft undicht und eher wenig wärmedämmend
- Gut sanierbar, nach Sanierung deutlich bessere Wärmedämmung

2a Bis ca. 1980 Verbundfenster

- Zwei miteinander verbundene Flügelteile, zusammen zu öffnen
- Eher wenig wärmedämmend
- Eingebaut als Holzfenster

2b Bis ca. 1995 Fenster mit Standard-Isolierglas

- Ein Flügel mit zwei verbundenen Scheiben ohne wärme-reflektierende Zwischen-Beschichtung (s. „Feuerzeugtest“)
- Eher wenig wärmedämmend
- Wenn sie im Scheibenzwischenraum beschlagen, sind sie undicht und defekt

3 Ab ca. 1980 Fenster mit Zweifach-Wärmedämmglas

- Ein Flügel mit 2 verbundenen Scheiben, einer wärme-reflektierenden Zwischen-Beschichtung und Edelgasfüllung (siehe „Feuerzeugtest“)
- Gute Wärmedämmeigenschaften

4 Ab ca. 2003 Fenster mit Dreifach-Wärmedämmglas

- Ein Flügel mit einem aus drei Scheiben bestehenden Wärmedämmglas
- Zwei beschichtete Oberflächen und mit Edelgas gefüllte Scheibenzwischenräume (s. „Feuerzeugtest“) zweite Spiegelung anders eingefärbt. Quelle: VFF Verband Fenster + Fassade, www.window.de



ner der U-Wert, desto besser sind die Fenster wärmedämmend. Modernisierer richten sich gemäß der Energieeinsparverordnung (EnEV) nach einem vorgeschriebenen U-Wert von 1,3 Watt pro Quadratmeter und Kelvin. Diesen erreichen moderne Fenster aus hochwertigen Kunststoffprofilen der Klasse A nach DIN EN 12608 wie von Veka problemlos. Die Profile sind pflegeleicht, langlebig, dämmen Schall und erfüllen individuelle Wünsche durch viele unterschiedliche Farben und Ausführungen. Unabhängig ist auch ein fachgerechter Einbau. Profis tauschen Fenster heute

sehr schnell, routiniert und sauber aus. Fensterfachbetriebe vor Ort beraten hierzu ausführlich. Banken bzw. Energieberater helfen bei der Finanzierung, den gesetzlichen Vorgaben und der Inanspruchnahme von Fördermitteln.
txn

Moderne Fenster aus Kunststoffprofilen stellen eine lohnende Investition dar: Sie sind schnell und sauber eingebaut, sparen Heizkosten, steigern den Immobilienwert und werden mit Zuschüssen oder günstigen Krediten gefördert. Foto: Veka/txn



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

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

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

Ihr starker Partner für: • Treppenbau • Möbelbau
• Fenster • Beschattungen • Innenausbau
• Einbruchschutz • Reparaturen

Tischlerei Kern

OELKINGHAUSER STR. 9
58256 ENNEPetal
TEL. 0 23 33 - 7 46 01
www.tischlerei-kern.de

**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

Wir begrüßen Sie in unserem Küchenstudio.

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

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73+75!

HKüchen
Stefan Harke – Harke Küchen
Planung – Verkauf – Montage
– Küchenumzüge

45549 Niedersprockhövel Hauptstraße 71
Telefon 0 23 24 / 7 85 80 kuechen-harke@gmx.de
Mobil 0177 / 49 35 284 www.kuechen-harke.de
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 10.00 – 18.30 Uhr
Mi. 10.00 – 20.00 Uhr u. n. Vereinb.
Samstag Ruhetag

- **Baufinanzierung**
- **staatl. Wohnriester-Förderung**
- **Modernisierungskredite**
- **Zinssicherung mit Bausparen**

Alles aus einer Hand!

LBS -Bezirksleiter Oliver Hamacher
Berliner Str. 10 • 58452 Witten • Tel.: (023 02) 91 46 40

Stuckateurbetrieb H.-J. von Orlikowski

- | | |
|-----------------------|-------------------------------------|
| Wärmedämmung | Sanierung von Altfassaden |
| Außen- und Innenputze | Reparaturarbeiten |
| Trockenbau | Fliesen- und
Natursteinverlegung |



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

Wärme – Wasser – Wohlbehagen

WILGENBUS

Sanitär

Heizung

Klima

Wartung



Fotoquelle:
Bosch Thermotechnik GmbH,
Buderus Deutschland

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



Glücklich am Kachelofen, Heizkamin oder Kaminofen:

Kuschelwärme im Trend

Laut „Glücksatlas 2018“, einer repräsentativen Studie, die jährlich im Auftrag der Deutschen Post erstellt wird, erreichte das Glücksniveau in Deutschland 7,05 Punkte auf einer Skala von 0 bis 10. Die glücklichsten Menschen leben zwischen Nord- und Ostsee, in Schleswig-Holstein und Hamburg. Zu wichtigen Faktoren des Lebensglücks zählen nicht nur Geld und Gesundheit, sondern Familie, Freundschaft, gesellschaftlicher Zusammenhalt, die individuelle Wohn- und Freizeitsituation und schöne Erlebnisse.

Wärme macht glücklich

Eines der schönsten Glückserlebnisse für Kinder und Erwachsene ist, sich gemeinsam um ein echtes Feuer zu versammeln und seine Wärme zu spüren. Der Trend zu moderner „Lagerfeuer-Romanik“ im häuslichen, geschützten Wohnbereich ist anhaltend.

Gerade wenn es draußen kälter und ungemütlicher wird, ist es besonders schön, die gemütliche Kuschelwärme eines Kachelofens, Heizkamins oder Kaminofens zu genießen. Das Feuer flackert, man hört das leise Knistern und Prasseln. Hin und wieder legt man ein duftendes Holzsplit nach, fühlt die Struktur des Holzes, blickt versunken in die tanzenden Flammen und erlebt ein einzigartiges meditatives Schauspiel. Die Lichtstimmung und besondere Atmosphäre, die ein Ofenfeuer verbreitet, öffnet die Sinne für bewusstes, achtsames Wahrnehmen unseres Umfelds. Am wärmenden Ofen hat man Zeit, über Dinge nachzudenken, zu reden und zu entspannen. Körper, Geist und Seele kommen wieder in Einklang.

Eine besondere Wirkung entfaltet dabei die natürliche, langwellige Wärmestrahlung, wie sie zum Beispiel ein Kachelofen mit echter Ofenkeramik über viele Stunden anhaltend abgibt. Sie erwärmt den Körper bis in tiefere Haut- und Muskelschichten – wie ein wohltuendes Sonnenbad. Sie entspannt die Muskulatur, fördert die Durchblutung und wirkt belebend. Wie Studien belegen, hat die Kachelofen-Wärme eine positive Wirkung auf Körper und Psyche des Menschen. Kachelofenbesitzer fühlen sich gesünder, zufriedener, sind erfolgreicher und glücklicher.

Fachmann bringt Wärme-Glück ins Haus

Mit umweltfreundlichen Ofensystemen vom Fachmann kommt ein Plus an Lebensqualität zum Glück ganz entspannt ins Haus. Denn der Ofen- und Luftheizungsbauer kümmert sich um alle Details: von der Beratung bei der Wahl des Ofensystems in vielen Technik- und Designvarianten bis zur Installation und dem Service. Hier kann man sicher sein, dass die Qualität stimmt, alle Vorschriften berücksichtigt werden – und kann sich ganz entspannt zurücklehnen. Adressen qualifizierter Ofenbauer-Fachbetriebe und weitere Infos rund um den Kachelofen, Heizkamin und Kaminofen gibt es bei der AdK, der Arbeitsgemeinschaft der deutschen Kachelofenwirtschaft e.V., unter www.kachelofenwelt.de. akz-o

Der Garten im Januar

Milde Temperaturen bestimmten das auslaufende Jahr 2018. Da sich häufig der Januar eines Jahres als kältester Monat hervortut, sollte der kluge Gärtner mit Minustemperaturen rechnen – und frühzeitig handeln.

Das richtige Timing ist wichtig - Gartenkalender helfen

Den richtigen Zeitpunkt nutzen, wird auch im Neuen Jahr das A und O der Gartenarbeit werden. Sollen Blumen, Gemüse, Stauden und Obstbäume zur Freude der Besitzer gedeihen, müssen schon im Januar die ersten Weichen für die Gartensaison gestellt werden. Die Gartenliebhaber haben jetzt Zeit, den zukünftigen Garten zu planen, Kataloge durchzublättern und Pflanzen und Saatgut auszusuchen, aber auch ihre Geräte, wie Rasenmäher und Spaten, zu warten.

Wichtig, sowohl von Jahr zu Jahr wie auch innerhalb eines Jahres zwischen Gemüse verschiedener Familiensorten, wie Nachtschattengewächse (z. B. Tomaten), Hülsenfrüchtler (Bohnen) oder Kreuzblütler (Blumenkohl) zu wechseln, um die Ausbreitung von Krankheiten und Schädlingen zu erschweren. Gute Planungshelfer sind Gartenkalender mit Tipps und Platz für eigene Notizen.

Schneelasten und starker Frost können Schäden verursachen

Wenn die weiße Pracht tatsächlich mal in größeren Mengen vom Himmel auf die Gärten an der Ruhr fällt und schwer auf Sträuchern, Bäumen und den Dächern von Gewächshäusern und Frühbeeten liegt, sollte sie immer wieder abgeschüttelt oder abgekehrt werden. Gerade nasser Schnee kann durch sein hohes Gewicht zu Schneebruch führen. Ohne Schnee kann starker Frost die Wurzeln vor allem von Beerensträuchern, Quitten, Pfirsichen, Aprikosen und Erdbeeren schädigen. Der fürsorgliche Gärtner sorgt vor und bringt eine Mulchschicht aus Mischlaub, Rindenmulch oder Schreddergut auf bereits leicht angefrorenem Boden auf. Ebenso lassen sich die Zweige des zwischenzeitlich ausgedienten Weihnachtsbaumes als Isolationsschicht für verschiedene Pflanzen des Gartens wie Stauden, Bambus und Rosen verwenden. Die Schutzschicht nimmt auch eine zweite Aufgabe wahr, indem sie die Kälte, die sich bereits im Boden befindet, festhält und damit eine frühe Blüte solange stoppt, bis die Nächte im Frühjahr frostfrei bleiben. An die Tiere denken: Laub- und Reisighaufen aus dem letzten Herbst stellen sicher keine Zierde für den Garten dar, sollten aber noch liegengelassen werden, da sie vielen Tieren ein geschütztes Winterquartier bieten.

Bei Kälte trotzdem wässern

Gefrorener Boden verwehrt vor allem immergrünen Pflanzen und Nadelgehölzen Wasser aufzunehmen. Da die Pflanzen aber dennoch Wasser verdunsten, sollte der Boden immer wieder in frostfreien Abschnitten gewässert werden. Die Daumenregel lautet: 20 Liter Wasser pro Quadratmeter.

Trockene Tage für Baum-, Obst- und Zierstrauchschnitt nutzen

Bei mildem und trockenem Wetter ist der Jahresbeginn eine gute Zeit, um Obstbäume und Ziersträucher fachgerecht zurückzuschneiden und auszudünnen, damit sie sich nicht das Licht zum Wachsen gegen-

seitig wegnehmen. Ein Zurückschneiden „auf den Stock“, damit ist der Rückschnitt bis eine Handbreit über dem Boden gemeint, bringt neuen Schwung in alte Pflanzen. Ein Blick lohnt auch auf möglicherweise eingewachsene Befestigungen von Etiketten, Schnüren und Bändern.

Um Ende Februar/Anfang März eigene Jungpflanzen in sein Gewächshaus pflanzen zu können, sollte der Gärtner Kopfsalat, Kohlrabi oder Rettich ab Mitte bis Ende Januar an einem hellen Platz im Hause in Blumentöpfe und Pflanzschalen aussäen. Die Temperatur während der Keimung bewegt sich am besten zwischen 18 und 20 Grad, bei Kopfsalat sollte sie noch etwas darunter bleiben. dx



Foto: Africa Studio/Fotolia/Neudorff
Igel ernähren sich von Schnecken und Insekten und sind deshalb gern gesehene Gäste in den meisten Gärten. Sind diese allerdings zu aufgeräumt, haben die kleinen Nützlinge es deutlich schwerer.



Die Orientallilie „Tigerwoods“ erinnert mit ihren interessant gepunkteten Blüten an das Fell eines Tigers. Foto: fluwel.de

Lilienzwiebeln jetzt pflanzen

Von einer Pflanzzeit jetzt im Winter hört man bei Blumenzwiebeln für den Garten eigentlich nie. Anders als die meisten Gartenbesitzer glauben, sollten die Zwiebeln von Lilien schon ab Mitte Januar in den Boden. „Lilien haben nackte Zwiebeln. Das bedeutet, sie besitzen keine schützende Außenhaut“, erklärt Carlos van der Veek, Blumenzwiebel-experte aus den Niederlanden. „Sie trocknen an der Luft schnell aus und können nur mit großem Aufwand richtig gelagert werden. Deswegen sollten sie so früh wie möglich gepflanzt werden – am besten noch im Winter. Im Boden sind sie optimal aufgehoben und können im Frühjahr direkt wurzeln. Da sie winterhart sind, machen ihnen auch Minustemperaturen nichts aus.“

Tatsächlich schon im Winter: Pflanztipps für Lilien

Am besten wählt man für die Pflanzung von Lilien einen frostfreien Tag, denn die auffälligen Zwiebeln müssen bis zu 20 Zentimeter tief gesetzt werden. Lilien bevorzugen ihre Blüten sonnig, mögen ihren Stängel und Wurzelbereich aber etwas kühler. Das mag im ersten Moment schwer umsetzbar klingen, tatsächlich gibt es aber einen einfachen Trick. „Ich empfehle, Lilien zwischen Bodendecker, niedrige Stauden oder Gräser zu pflanzen“, so van der Veek. „Diese sorgen für Schatten an den Füßen, während sie den Köpfen der Lilien ausreichend Sonne lassen. Der Boden sollte zudem locker und wasserdurchlässig sein, denn Staunässe vertragen die Zwiebeln absolut nicht.“ Weitere Informationen und das breite Sortiment des Niederländers gibt es auf www.fluwel.de.



Foto: fluwel.de. - Die auffälligen Lilienzwiebeln mit den überlappenden Schuppen besitzen keine schützende Außenhaut und trocknen an der Luft schnell aus. Daher sollten sie am besten schon im Winter gepflanzt werden.

GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH



MEISTER
GÄRTEN
RAHM



Gartenservice rund ums Jahr

AM WALZWERK 7 ☎ 02324 - 6867956 INFO@MEISTER-GÄRTEN.DE
45527 HATTINGEN MOBIL 0170 - 2849714 WWW.GARTENBAU-RAHM.DE

Fr. 11.1. 16 Uhr**Robin Hood**

Abenteuerstück für Menschen ab 6 Jahre, aufgeführt vom Westdeutschen Tourneetheater Remscheid. Robin Hood ist seit dem späten Mittelalter ein bekannter Held und hat in all dieser Zeit nichts von seiner Anziehungskraft verloren. Saalbau Witten, Theatersaal.

Fr. 11.1. + Sa. 12.1. + Sa 19.1. + So. 20.1. 20 Uhr**Bandscheibenvorfall**

Studiobühne, von Ingrid Lausund: Fünf Büroangestellte haben durch das tägliche Buckeln den aufrechten Gang eingebüßt. Ein absurd-komisches Kabinettstück voller bitterböser Wahrheiten über den Büroalltag. Die Regie führt Christopher Hustert. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Sa 12.1. 20 Uhr**2. Wittener Neujahrsvarieté**

Der Comedian Erasmus Stein präsentiert eine Show der Spitzenklasse. Freuen Sie sich auf spektakuläre Artistik, poesievolle Luftakrobatik, verblüffende Zauberkunst, erfrischende Comedy, zauberhaftes Varieté und den Gastgeber des Abends. Saalbau Witten, Theatersaal.

Sa. 12.1. 20 Uhr – Eintritt frei **Klöbner**

Der Raum Bonn/Sankt Augustin ist die Heimat der Band „Klöbner“, offensichtlich allesamt Fans von Lorient. Denn zur Gründung 2011 nannte man sich noch „Doktor Klöbner und die feinen Herren“. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT.

So. 13.1. 18 Uhr**Symphoniekonzert**

Robert Schumann: Manfred-Ouvertüre op. 115 / Dmitri Schostakowitsch: Violinkonzert Nr. 1 a-Moll op. 77 / Pjotr Tschaikowski: Manfred-Symphonie op. 58; Katharina Kang, Violine / Leitung: UMD Prof. Ingo Ernst Reihl. Historische Stadthalle Wuppertal, Johannisberg 40, 58103 Wuppertal.

So. 13.1. 14 Uhr – Eintritt frei**Familiensonntag**

Mit Basteln und kostenlosem Kinderkino. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

So. 13.1. 19.30 Uhr**An der schönen blauen Donau**

Operettenbühne Wien, Dirigent und Moderator: Heinz Hellberg, mit Musik von Johann Strauß Vater & Sohn, Robert Stolz, Emmerich Kálmán und Carl Zeller. Saalbau Witten, Theatersaal.

Di. 15.1. 20 Uhr**Bella Figura**

Beziehungskomödie v. Yasmina Reza, mit Doris Kunstmann, Julia Hansen, Heio von Stetten u. a. ... Eigentlich will der Mittvierziger Boris nur mit seiner Geliebten Andrea vor dem geplanten Schäferstündchen Essen gehen. Saalbau Witten, Theatersaal.

Di. 15.1. 20 Uhr – Eintritt frei**WORTWÄSCHE: Stefan Ludwig - 52 Runden**

Seit Oktober 2016 ist das Buch mit seinen 52 Interviews erhältlich. Im „Maschinchen Bunes“ stellt Stefan Ludwig es erneut in einer Lesung vor. Diesmal als Gäste: Matthias Rauch und Oliver Uschmann. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, WIT.

Mi. 16.1. 20 Uhr – Eintritt frei**„Beat-Session“ - Rettet die Sixties**

Die Musik der Sixties ist der Soundtrack der „Babyboomer-Generation“. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT.

Do. 17.1. 20 Uhr – Eintritt frei**„Wittener Wortwechsel“ - Kneipen-Talkshow**

Als Talkgäste: Sonja Leidemann (Bürgermeisterin) und Hans-Peter Skotarzik (Leiter der „Ruhrtalengel“). Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT.

Do. 17.1. 20 Uhr**Sertaç Mutlu**

„Passiert das nur mir?“ Studiobühne, Sertaç Mutlu ist ein wahres Überraschungspaket. Denn der junge Kölner begeistert vom ersten Moment mit seiner Vielfalt auf der Bühne. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Fr. 18.1. 16 Uhr**Der kleine Drache**

Figurentheater für Kinder ab drei Jahren. Anna ist vom bösen Zauberer Zaburacci entführt worden. Der König ist verzweifelt und bittet Kasper um Hilfe, seine Tochter zu befreien. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Fr. 18.1. 19.30 Uhr**Musical Highlights Vol. 12**

Wer Musicals mit seinen unterschiedlichsten musikalischen Stilrichtungen mag, ist bei „Musical Highlights“ genau richtig. Saalbau Witten, Theatersaal

Fr. 18.1. 18 Uhr**Konzert Antonín Dvořák**

REQUIEM b-Moll op. 89 Myung-Hee Hyun, Sopran / Rolf A. Scheider, Bass-Bariton / Chor und Orchester der Universität Witten/Herdecke, Leitung: UMD Prof. Ingo Ernst Reihl. Gebläsehalle des LWL-Industriemuseums Henrichshütte, Werkstraße 31-33, 45527 Hattingen.

Fr. 18.1. 20 Uhr**Ü 44-Party**

mit „Herr Müller“. Abtanzen in die Nacht mit der besten Dance-Music. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, WIT

Sa. 19.1. 20 Uhr – Eintritt frei**„Six of Eight“**

„Six of Eight“ spielen Rock- und Pop-Hits in einer Bluesfassung. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT.

Sa. 19.1. 22 Uhr**90's Party**

Hits und Hymnen aus den 90ern. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Sa. 19.1. 19.30 Uhr**Neujahrskonzert mit Stefan Lex**

Einführung mit Stefan Lex um 19 Uhr, Stefan Lex, Tenor; Christiane Linke, Sopran; Laura Lex, Sopran; Alexandra Althoff, Violoncello. Genießen Sie diesen musikalischen Start ins neue Jahr. Saalbau Witten, Theatersaal.

Sa. 19.1. 14 Uhr**Der kleine Drache Kokosnuss**

von Ingo Siegner: Drachen können fliegen und feuerspucken. Aber das müssen sie erst einmal lernen. So auch der kleine Drache Kokosnuss, der mit seiner Freundin, dem Stachelschwein Matilda auf der Dracheninsel lebt. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

So. 20.1. 17 Uhr**Freunde, das Leben ist lebenswert**

Operettengala. Orchester, Solisten und Moderation von der Kammeroper Köln. Für alle Freunde der Operette geht mit dieser beschwingten Gala ein Wunschtraum in Erfüllung. Saalbau Witten, Theatersaal.

Mo. 21.1. 20 Uhr – Eintritt frei**Jukebox**

Wünsch dir deinen Lieblingssong und die Live-Band erfüllt dir deinen Wunsch. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT.

Mi. 23.1. 19.30 Uhr**Best of NRW - Manuel und Rafael Lipstein**

Manuel Lipstein, Violoncello und Rafael Lipstein, Klavier spielen Werke von Beethoven, Schumann, Gershwin, Lipstein und Strauss. Haus Witten, Konzertsaal.

Mi. 23.1. 20 Uhr**Sprechstunde - Der Poetry Slam mit Markim Pause**

Ein Mikrophon, eine Bühne, sechs Minuten Zeit, eine Publikumsjury – das ist die Sprechstunde mit unserem Slam-Host und Doktor der gepflegten Poetry Markim Pause. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Mi. 23.1. 20 Uhr – Eintritt frei**Die „Buchmangel“**

„Die Buchmangel“ ist ein Treffpunkt für Bücherfreunde/innen. Es werden aktuelle Bücher sowie Lieblingsbücher vorgestellt und besprochen. Auch mal mit Leseproben. Es soll aber keine Lesungen im klassischen Sinne geben. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT.

Do. 24.1. 19 Uhr**Kindeswohl**

GB/2017, Regie: Richard Eyre, 106 Min., FSK 12. Fiona Maye (Emma Thompson) ist eine erfahrene Familienrichterin in London. Der 17jährige Adam (Fionn Whitehead) hat Leukämie, doch als Zeugen Jehovas lehnen er und seine Eltern eine rettende Bluttransfusion ab. Fiona muss entscheiden, ob das Krankenhaus den Minderjährigen gegen seinen Willen behandeln darf. Haus Witten, Kinosaal.

Fr. 25.1. 19.30 Uhr**Der Zigeunerbaron**

Ein schwungvoller Abend mit der Johann-Strauß-Operette-Wien mit Einführung um 19 Uhr. Saalbau Witten, Theatersaal.

Fr. 25.1. 18 Uhr – Eintritt frei**Nachtrödelmarkt**

Der Wittener Nachtrödelmarkt lockt pro Jahr mehr als 10.000 Besucher in die WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Fr. 25.1. 20 Uhr – Eintritt frei**Zip Code 45**

Abschiedskonzert - Im „Maschinchen“ geben sie nun ihr ultimativ letztes Konzert. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, WIT

Sa. 26.1. 20 Uhr – Eintritt frei**Huggy J.B. Allstars**

Der Dortmunder Bluespianist „Huggy“ Jörg Borghardt gehört zu den wohl besten Blues'n'Boogie-Pianisten der Gegenwart. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62.

Sa. 26.1. 22 Uhr**80er Party**

Die Kult-Party mit den Kult-Hits. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Sa. 26.1. 19.30 Uhr**Neue Philharmonie Westfalen**

Es werden Werke von Pjotr Tschaikowski und Alexander Borodin unter der Leitung von Rasmus Baumann gespielt, Solist: Kirill Trousov, Violine. Saalbau Witten, Theatersaal.

So. 27.1. 9 bis 15 Uhr – Eintritt frei**Jugend musiziert - 56. Regionalwettbewerb Westfalen-West**

Junge Cellisten der unterschiedlichen Altersgruppen aus der Region zeigen in diesem Jahr in Witten ihr Können. Die Wertungsspiele sind öffentlich. Haus Witten, Konzertsaal.

So. 27.1. 15.00 Uhr – Eintritt frei**Reihe: Kunst & Kuchen**

Harald Kahl stellt das Werk „1. großer Lappen, Paare in Einem“ in der aktuellen Ausstellung des Künstlers Frank Michael Zeidler vor, anschließend Kaffee und Kuchen. Märkisches Museum Witten, Husemannstraße 12, 58452 Witten.

So 27.1. 19 Uhr**Pique Dame**

Ganz großes Kino. Übertragung aus dem Royal Opera House London, ca. 3 Stunden mit Pausen. Neuinszenierte Oper in drei Akten von Pjotr Tschaikowski, gesungen in Russisch mit deutschen Untertiteln. Regie: Stefan Herheim, Dirigent: Antonio Pappano. Haus Witten, Kinosaal.

Mo. 28.1. 20 Uhr – Eintritt frei**Offenes Rock- und Pop-Chorsingen**

Unsere Hausband mit Helmut Brasse, Gerald Caspers und Thomas Lienenbröker übt mit den Gästen berühmte Songklassiker ein. Maschinchen Bunes, 58452 Witten, Ardeystraße 62

Di. 29.1. 20 Uhr – Eintritt frei**ZeitRaum mit Ahmedin Idris**

zum Thema „Hilfe zur Entwicklung“. Treff, Zeit zum Teilen, zum Entdecken, zum Sehen, Hören und Nachdenken. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten

Do. 31.1. 20 Uhr – Eintritt frei**Kneipenquiz V2.02**

Die zum Teil kniffligen Fragen tüftelt der Wittener Künstler Rolf Klaes aus. Die Moderation des Abends übernimmt Dirk Schuklat, im „wahren Leben“ vielen Wittenern auch als Pastor bekannt. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, WIT

„Musical Highlights“

Für Musical-Freunde fängt das Jahr 2019 gut an!

Große Gefühle – tolle Stimmen – beste Unterhaltung

Die Erfolgsproduktion „Musical Highlights“ kommt wieder nach Witten.



Das wird die Musical-Freunde in der Region freuen. Denn die unterhaltsame und temporeiche Show, die seit mehreren Jahren die Musikbegeisterten gleich nach der Jahreswende begeistert, ist für viele ein Fixtermin. Immer wieder begeistert die Show mit einem neuen Programm und überzeugenden Interpreten. Für viele Besucher, Medienvertreter und Fans ist sie seit Jahren bundesweit die Nr. 1. Es geht kaum besser! Das jedenfalls ist der Eindruck, wenn man die Kritiken des Publikums und der Medien nach den Touren der letzten Jahre sieht. „Ein gigantischer Abend“ (Gelnhauser Neue Zeitung), „Es stimmte alles“ (Badische Neue Nachrichten), „Höhepunkte im Minutentakt“ (Die Glocke), „Eine Galavorstellung der Extraklasse“ (Rheinpfalz), „Perfektion bis ins Kleinste“ (Borkener Zeitung), „Eine beeindruckende Show“ (Westfälische Nachrichten), „Interpreten vom Publikum begeistert gefeiert“ (Gießener Allgemeine Zeitung) sind nur einige wenige Schlagzeilen von unzähligen positiven Kritiken, die deutlich machen,

warum die einzigartige Musical-Show „Musical Highlights“ seit vielen Jahren immer mehr Besucher begeistert und sich dabei deutlich von vielen anderen Tour-Produktionen positiv unterscheidet. Und das soll auch bei der Tour 2019 so sein. Dafür hat man hat sich mit weiteren Original-Interpreten verstärkt. „Musical Highlights“ setzt auf die Stärken der Künstler und eine Programmauswahl, die den Abend zu einem echten Erlebnis für jeden Musicallyiebhaber werden lässt. Es werden nur die Highlights geboten, für die man sonst viele und auch kostenaufwändige Reisen in die unterschiedlichsten Musicalstädte unternehmen muss. Das Musical kommt also mit „Musical Highlights“ zu den Musikfreunden – dies macht neben der Qualität der Show den Erfolg aus. Exzellente Sängerinnen und Sänger wie u.a. Sabine Neibersch, Julie Hall, Lara Grünfeld, Kevin Weatherspoon, Jeffrey Italiaander und Mark Daye, mit Erfolgen auf den großen Musical-Bühnen, begeistern in einer fast dreistündigen, furiosen Gala mit ihrem faszinierenden Streifzug durch die Welt des Musicals. Unterstützt werden Sie dabei von modernster LED-Technik und schwungvollen Choreografien. In-

formationen zur Show, zu den Interpreten und zahlreiche Medienberichte sind

auf der Homepage der Produktion „musical-highlights.com“ zu finden. Für das neue Programm „Musical Highlights Vol. 12“ zeichnen Heiko Pagels (musikalischer Leiter) und Paul Kribbe (Choreografie) verantwortlich. Der Niederländer Paul Kribbe spielte unter anderem Hauptrollen in „Cats“, „Starlight Express“, „Elisabeth“ und über weiteren 20 internationalen Musicalproduktionen. Er ist ein viel gefragter Choreograf für Bühne, Film und Fernsehen.

Wer Musicals mit seinen unterschiedlichsten musikalischen Stilrichtungen mag ist bei „Musical Highlights“ genau richtig und kann sich auf einen unterhaltsamen und schwungvollen Abend mit tollen Stimmen, bekannten Musical-Songs und „Stars zum Anfassen“ freuen. Tickets zum Preis von EUR 38,90 bis 54,90 inklusiv aller Gebühren sind bei allen bekannten Vorverkaufsstellen, unter der Hotline 0180-6050400 (0,20 €/Anruf inkl. MwSt aus dem Festnetz, max 0,60 €/Anruf inkl. MwSt aus den Mobilfunknetzen) unter www.adticket.de und www.eventim.de erhältlich.

Bilder: Creativ Team Veranstaltungen GmbH / Fotograf: Holger John (kostenfreier Abdruck)

5 x 2 Eintrittskarten zu gewinnen!

Musical Highlights im Saalbau Witten,
Veranstaltung am Freitag, den **18.1.2019, 20 Uhr**

Wer gewinnen möchte, schreibt eine Postkarte mit dem Stichwort „Musical Highlights“ oder schreibt einfach eine E-Mail mit demselben Stichwort. Der Einsendeschluss ist der 15.1.2019. Die Gewinner werden entweder telefonisch oder per E-Mail benachrichtigt. Deswegen an die E-Mail-Fraktion: Bitte schreiben Sie auch Ihre Anschrift und Telefonnummer in den E-Mail-Text! Und nun die Adressen, Post und E-Post:

Kathagen media+kommunikation, Thiestraße 7, 58456 Witten
oder gewinnspiel@image-witten.de


KÖNIG
Bestattungshaus

Inh. Monika König-Stein

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

Crengeldanzstraße 34 • 58455 Witten
Telefon **02302/566 15**
E-Mail: info@koenig-bestattungshaus.de
www.bestattungshaus-koenig.de



Image

Titelbild: Zeichnung: Rainer Schletter

Herausgeber: Monika Kathagen, Thiestraße 7 • 58456 Witten

Verlag und Redaktion: Kathagen-media press

E-Mail: uk@kamk.de, www.image-witten.de

02302/98 38 980

Anzeigen und Redaktion: B. Böhner-Danz, 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: BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

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. 5 ab Ausgabe 10/2018. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

HAMMERTALER BAUSTOFFE

Alle Artikel nur so lange der Vorrat reicht! Angebote gültig bis 31.01.2019. Preise inkl. MwSt.



49⁰⁰
pro Paar

Sicherheitsstiefel S3 Naranjo

Profiline, Workpower
atmungsaktiv & wasserbeständig



94⁹⁵
pro Paar

Sicherheitsstiefel S3 Tiger

Premiumline, Workpower-Schuhe
atmungsaktiv & wasserbeständig

71⁹⁵
pro Stück



- atmungsaktiv, winddicht
- Obermaterial: 60% Polyester, 40% Baumwolle
- herausnehmbare Faserpelz-Innenweste m. Brusttasche
- Pelzkragen und Ärmel abnehmbar

36⁹⁵
pro Stück

Bundhose Camouflage

- Material 65% Polyester, 35% Baumwolle (190g/m²)
- leichte Arbeitsbundhose in klassischem Camouflage-Style
- breite Gürtelschlaufe, Schubtaschen



34⁹⁵
pro Stück

Troyer Tirana

- Obermaterial: 100% Polyacryl
- sportlicher Troyer mit Rippendesign
- Schulterbesatz aus Twill-Stoff
- Armtasche verschließbar
- Troyerkragen mit Reißverschluss



**Neue Öffnungszeiten
ab 01.11.2018**



Hammertaler Baustoffe GmbH
Im Hammertal 99a
58456 Witten

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

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

Internet:
www.hammertaler-baustoffe.com

Unser Lagerprogramm

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