

ImageWitten

MIT REGIONALTEILEN INNENSTADT, ANNEN, STOCKUM UND RÜDINGHAUSEN

+++ MONATSMAGAZIN: GESAMTAUFLAGE CA. 90.000 EXEMPLARE +++ HAUSHALTSVERTEILUNG +++ ☎ 02302 9838980 +++ WWW.IMAGE-WITTEN.DE +++



Alte Feuerwache an der Hauptstraße 60, Foto: M. Dix
Lesen Sie den Bericht auf Seite 3.



Mehr Umsatz durch 180.000* potentielle Neukunden

*Image mit ca. 90.000 Gesamtauflage – das auflagenstärkste Magazin in Ihrer Umgebung!

Sie wollen neue Kunden gewinnen und Ihren Umsatz und Gewinn steigern?

Jetzt Termin vereinbaren: **02302 9838980**

- ➔ Direkte Verteilung in die Haushalte
- ➔ Monatliches Erscheinen
- ➔ Gesamtauflage ca. 90.000

www.image-witten.de



Liebe Leser,

in dieser Ausgabe sind wir stellenweise etwas abendlastig. Für die jungen Leute: Wer noch nicht weiß, was er werden soll, ob er gerne auf einem goldenen Boden arbeiten möchte, der verschiebt in seinem Terminkalender den Disko- oder Kneipenbesuch und geht auf den Markt, nämlich auf den der (Berufs-)Möglichkeiten. Viele Fachleute mit edelmetallhaltiger Basis informieren aus erster Hand, was Schüler erwartet, wenn sie beispielsweise mit Strom zu tun haben möchten oder etwas mit Holz. Die Abendveranstaltung geht nicht wie früher bis kurz vor Mitternacht, es bleibt also noch Zeit für die Einträge im Terminkalender. Die Nachtzeit, aber vor allem die Urlaubszeit haben sich die Langfinger in ihrem Terminkalender angestrichen. Diese „Finger“ haben im Sommer viel zu tun, obwohl es erst so spät dunkel wird. Schlagen Sie denen doch ein Schnippchen und sichern Sie ihr Hab und Gut. Wie das am besten geht und wer sich dabei professionell anstellt, lesen Sie in dieser Ausgabe. Zu gewinnen gibt's auch wieder was, und wohin Freunde der Architektur am Tag der Architektur gehen sollten, kann man im Innenteil nachlesen. Und das noch: Schutzschild für die Augen; bringen Sie Farbe ins Leben; aufs Dach gestiegen: klassisch ist beliebt.



Thomas Jell

Gerne auch mit Kindern

Mütter mit Behinderung treffen sich wieder

Das zweite Treffen der Selbsthilfegruppe für Mütter mit Behinderung findet Mittwoch, 19. Juni, 15 Uhr, wieder im Lebenshilfe-Center, Dortmundener Straße 75, statt. Eingeladen sind Mütter mit einer Beeinträchtigung, die sich mit anderen austauschen möchten. Auch Kinder können gerne zu den Treffen mitgebracht werden. Infos: Selbsthilfe-Kontaktstelle, Rufnummer 023 02/15 59 oder www.selbsthilfe-witten.de

HOHENSTEIN: BASTELN

Kostenlose Bastelstunde im Waldhaus am Hohenstein: Beim Angebot der Ehrenamtlichen können Kinder bis 9 Jahre am 11. Juli, 14 bis 15.45 Uhr, unter Anleitung kleine Kunstwerke herstellen.



NEU:
Jetzt mit 9
Veranstaltungsräumen



Modernes Ambiente
■ übernachten
■ tagen
■ feiern
 Ideal auch für Familienfeiern!

UNSER ANSPRUCH IST ES, GUTE GASTGEBER ZU SEIN!

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

Gerne nehmen wir Ihre Tischreservierung unter Telefon 02302/98 488-0 entgegen.



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



Während der Jubiläumswoche fand ein Gewinnspiel statt, bei dem es viele hochwertige Preise zu gewinnen gab, als Hauptpreis beispielsweise einen neuen Fiat 500C. Foto: Boni

In gute Hände übergegangen

Boni-Center wird 50 Jahre – Jubiläumswoche

Bevor Dieter Bulitz und Gerfried Scholz sich im Herbst 2017 in den Ruhestand verabschiedeten, stellten sie sicher, dass das Boni-Center in gute Hände überging: Im September 2017 übertrugen sie den Markt an die „Akzenta GmbH & Co. KG“.

Das 1976 von Hans Löbber gegründete Unternehmen aus Wuppertal gehört wie das Boni-Center zur Rewe-Gruppe. Wie Boni zeichnen sich auch die Akzenta-Märkte durch ein überdurchschnittlich großes Lebensmittelsortiment und eine hohe Servicekompetenz aus. Mit dem Markt übernahmen die neuen Geschäftsführer Andre Kolbinger und Ulrich Mazurek alle Mitarbeiter und Untermieter des Centers. Nun wurde das Boni-Center 50 Jahre und von allen gebührend gefeiert. „50 Jahre – das war ein Grund für uns zu feiern. Es ist heutzutage nicht mehr selbstverständlich, so lange an einem Standort erfolgreich tätig zu sein. Besonderer Dank gilt unseren Mitarbeitern und Kunden. Ohne sie wäre das nicht möglich gewesen“, sagt Ulrich Mazurek. Als Dank an langjährige Kunden gab es zum Jubiläum eine Festwoche, die mit einem großen Parkplatzfest zu Ende ging. Tolle Überraschungen und Attraktionen warteten auf große und kleine Kunden. Begleitet wurde die Festwoche von Jubiläumsangeboten. Außerdem fand während der Zeit ein Gewinnspiel statt, bei dem es viele hochwertige Preise zu gewinnen gab, als Hauptpreis einen neuen Fiat 500C. Mit allen Mitarbeitern wird das Jubiläum im Juli im Haus Herbede gefeiert.

Besonders viele Patienten

Selbsthilfetag im Evangelischen Krankenhaus

Das evangelische Krankenhaus Witten (EvK) und die Selbsthilfegruppen aus Witten, Wetter und Herdecke beabsichtigen, ihre Zusammenarbeit auszubauen. Nachdem bereits einige Austauschtreffen stattgefunden haben, hat das Krankenhaus jetzt die Selbsthilfegruppen eingeladen, sich im Krankenhaus zu präsentieren. „Wir haben dafür extra einen Mittwoch ausgewählt, denn da sind besonders viele Patienten im Haus“, erklärt Ingeborg Drossel, Prokuristin des EvK. „Gleichzeitig möchten wir auch vielen Mitarbeitern aus dem Krankenhaus die Gelegenheit geben, mit den Selbsthilfegruppen ins Gespräch zu kommen.“ „Wir freuen uns über diese Möglichkeit, denn die persönlichen Kontakte können helfen, eine Anfangsscheu zu überwinden“, sagt Anke Steuer, Mitarbeiterin der Selbsthilfe-Kontaktstelle in Witten. „Viele Menschen haben zwar von Selbsthilfegruppen gehört, aber vielleicht nicht darüber nachgedacht, dass es auch etwas für sie sein könnte.“

Wecker halfen beim Alarm

Zum Titel: „Gott zur Ehr, Nächstem zur Wehr“

„Gott zur Ehr, dem Nächstem zur Wehr“ heißt es seit 90 Jahren an der Hauptstraße 60 in Witten. Im Stadtarchiv Witten konnte nachgewiesen werden, dass das ursprüngliche Feuerwehrgerätehaus der heutigen Löscheinheit Altstadt von 1928 an gebaut und am 28. September 1929 offiziell eingeweiht wurde.

Die Kosten für den Neubau beliefen sich damals auf 93 000 Reichsmark. Zum Gebäude gehörten nicht nur ein Steigerturm, sondern auch zwei angeschlossene Wohnungsgruppen mit je neun Wohnungen, in die die Männer der Freiwilligen Feuerwehr mit ihren Familien einzogen. Im Bedarfsfall erfolgte die Alarmierung über eine moderne Feuermelde- und Warnanlage von „Siemens & Halske“. Dazu waren 59 „Wecker“ in den Wohnungen installiert worden, über die die Feuerwehrmänner in „kürzester Zeit“ zum Einsatz gerufen werden konnten. Ganz Witten war zur Einweihung, wie im Stadtarchiv im „Städtischen Verwaltungsbericht“ von 1930 nachgelesen werden kann, in ein Fahnenmeer gehüllt, die Straßen zierten Girlanden und Festtransparente.

Nur in wenigen Fällen

Zum Glück brauchte die Feuerwehr zur damaligen Zeit in den ersten Jahren nur in wenigen Fällen zur Bekämpfung kleinerer Brände eingesetzt werden. Eine Ausnahme bildete ein Großfeuer im Knappschachtskrankenhaus in Bochum-Langendreer, bei dem 1930 der Dachstuhl bei Schweißarbeiten in Brand geraten war. Bis zum Ausbruch des Zweiten Weltkrieges hatten die städtischen Feuerwehrwagen ebenfalls ihren Standort an der Hauptstraße 60. Die Stadt stellte die Fahrer, die Freiwillige Feuerwehr die Beifahrer. Eingebunden in das Herz von Witten, erlebte auch die „Wache Altstadt“ eine wechselvolle Geschichte. Kriegsbedingt erlitt die Feuerwache, besonders der Steigerturm, schwere Beschädigungen. Zäsuren erfolgten 1976 und 1983, als die in der Freiwilligen Feuerwehr hauptamtlich beschäftigten Feuerwehrleute zur neuen Berufsfeuerwehr zusammengezogen wurden und 1983 in ihre neue Wache an der Dortmundener Straße einzogen. Die Freiwillige Feuerwehr Altstadt verblieb in den Räumen an der Hauptstraße. Die Alarmierung erfolgt natürlich schon lange nicht mehr über „Wecker“, sondern seit dem 1. April 2009 über die Kreisleitstelle des Ennepe-Ruhr-Kreises. dx



Der Wiederaufbau des Hauses erfolgte nach dem Krieg. Die Freiwillige Feuerwehr Altstadt gründete sich 1947 neu, die Wohneinheiten an der Hauptstraße wurden 1951 fertiggestellt.

ÜBRIGENS...

Aus den Aufzeichnungen der Stadt geht hervor, dass viele Schweine gehalten wurden. Laut Stadtarchiv: Juni 1930, 2 843 (1 143 davon in Haushaltungen); September 1930, 3 303 (1 289); März 1931; 2.941 (995 davon in Haushaltungen).



Wir suchen Sie für unsere neue stationäre Senioreneinrichtung mit 38 Pflegeplätzen mitten in **Witten-Herbede**.

Gestalten Sie diese mit als:

ex. Pflegekraft m/w/d

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

SIE verfügen über entsprechende Qualifikation, übernehmen gerne Verantwortung und möchten in einem motivierten Team einen lebenswerten Raum für Senioren gestalten?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Seniorenzentrum Am Alten Rathaus – Frau Goedtko
 Wittener Str. 6 – 58456 Witten
 02302 282681 -0 – goedtke@seniorenzentrum-witten.de



Viele Fraktionsvertreter (Grüne, Piraten, SFW, SPD), Wegbegleiter und politisch interessierte Bürger feierten noch lange bei syrischen Buffet aus dem „Alten Fritz“.

Für die Belange der Wittener

10 Jahre Bürgerforum: Fest mit Buffet

Die Wählergemeinschaft „Bürgerforum Witten“ konnte auf ihr 10-jähriges Bestehen zurückblicken. Seit 2009 setzt sie sich mit der Fraktion oder als sachkundige Bürger in Rat und Ausschüssen für die Belange der Wittener und Bürger ein.

Aus diesem Anlass gab es am Morgen am Kugelbrunnen vor der Stadtgalerie einen Infostand, die neuen Flyer der Wählergemeinschaft wurden vorgestellt und verteilt und Unterschriften für die Initiative für einen autofreien Tag in der Wittener Innenstadt gesammelt. Viele Aktive – Mitglieder und Fraktionsmitglieder – waren dabei und konnten viele Gespräche mit interessierten Bürger führen. Auch die Bürgermeisterin Sonja Leidemann schaute vorbei und gratulierte. Am Abend ging es im Café Jane bei schönstem Wetter weiter. In einer kleinen Rede erinnerten Dr. Kurt Martin Schmelzer und Dr. Frank Koch, Gründungsmitglieder der Wählergemeinschaft, an die Anfänge; Harald Kahl, Ratsmitglied und 1. Vorsitzender des Forums, warf einen Blick in die Zukunft: So wird es sich auch an der nächsten Kommunalwahl beteiligen und auch weiterhin für die Anliegen der Wittener ein offenes Forum sein. Fraktionsvertreter (Grüne, Piraten, SFW, SPD), Wegbegleiter und politisch Interessierte feierten bei syrischen Buffet aus dem „Alten Fritz“ an diesem Abend noch lange. Martina Niemann



Das „kulturelle und landschaftsprägende Element im Naherholungsgebiet Hohenstein“ soll in seiner jetzigen Größe erhalten bleiben. Aber wohin mit dem Schlamm? Foto: Thomas Strehl

Der Schlamm soll in die Ruhr geleitet werden

Gutachter entnahmen Hammerteich Proben

Wie stark belastet ist der Schlamm im Hammerteich? Um das zu ermitteln, entnahmen Gutachter von einem Boot aus an verschiedenen Stellen des Teiches Proben. Grund der Aktion: Die Stadt will den Hammerteich, der immer mehr zu verschlammten droht, in seiner jetzigen Größe erhalten.

Zurzeit favorisiert das Planungsamt ein an mehreren Stauseen bewährtes Verfahren: Von einem kleinen Boot aus sollen über einen längeren Zeitraum hinweg permanent geringe Mengen Schlamm abgesaugt und mit Wasser verdünnt über einen etwa 800 Meter langen Schlauch in die Ruhr geleitet werden. Dazu bedarf es jedoch der Zustimmung des Ruhrverbandes, und diese dürfte auch davon abhängen, wie hoch die Schadstoffkonzentration im Schlamm ist.

Ökologisch verträglichste Variante

Dabei handelt es sich wohl um die ökologisch verträglichste und zugleich kostengünstigste Möglichkeit, das Problem der fortschreitenden Verlandung nachhaltig in den Griff zu bekommen. Doch auch das favorisierte Verfahren ist ganz nicht billig. Die Stadt rechnet mit einer niedrigen sechsstelligen Summe.

Die Stadt will das Projekt vorantreiben und geht davon aus, dass es in naher Zukunft realisiert werden kann. Denn der Hammerteich sei „ein wichtiges kulturelles und landschaftsprägendes Element im Naherholungsgebiet Hohenstein“, sagte Bürgermeisterin Sonja Leide-mann. Und der Wall, der den Borbach aufstaut, ist ein Baudenkmal: Er gehörte bis Anfang des 20. Jahrhunderts zu einer mit Wasserkraft betriebenen Schmiede.

In den Wald kippen

Den Schlamm auszubaggern und einfach in den Wald zu kippen, das wäre die weitaus teurere Variante des Verfahrens, da der Schlamm zuvor getrocknet und danach an eine geeignete Stelle verfrachtet werden müsste. Doch auch das favorisierte Vorgehen ist nicht ganz billig. Die Stadt rechnet mit einer niedrigen sechsstelligen Summe, dazu wird noch die Zustimmung der Politik benötigt. Auch das was-serrechtliche Genehmigungsverfahren steht noch aus.

Brücke an Bochumer Straße wird erneuert

Ausbau der Linie 310 bestätigt – Bahn hat Absichten geändert

Die Wittener Stadtverwaltung hat im Verkehrsausschuss (VKA) über neue Entwicklungen beim Ausbau der Linie 310 berichtet: Die Deutsche Bahn (DB) hat nun auch offiziell erklärt, dass sie ihre Absichten geändert habe und ihre Brücke an der Bochumer Straße erneuert werde. Das war zuvor von der Bahn ausgeschlossen worden.

Die neuen Vorstellungen der Bahn waren zwar auf der „Arbeitsebene“ bereits mitgeteilt worden – aber noch nicht verbindlich. Deshalb haben Wittens Bau-dezernent Stefan Rommelfanger und Bogestra-Vorstand Jörg Filter in einem gemeinsamen Brief nachgehakt. Die Bahn bestätigte daraufhin offiziell, dass die neue Brücke gebaut und bis 2028 schon fertig sein soll.

Doppelte Kostenbeteiligung vermeiden

Nun müssen sich Stadt und Bogestra darüber abstimmen, wie mit der neuen Lage umzugehen ist: „Es geht vor allem darum, zwei Großbaustellen kurz hintereinander und eine doppelte Kostenbeteiligung zu vermeiden“, sagt Stadtbaurat Stefan Rommelfanger. Denn eigentlich war fest geplant, die

Fahrbahn unter der bestehenden Brücke tiefer zu legen, damit keine Lkw mehr darunter hängen bleiben. Stadt und Bogestra möchten jetzt gern noch mehr über die konkrete Zeitschiene und die Gestaltung der neuen Brücke erfahren. „Deshalb sind weitere Gespräche mit der Bahn, aber auch mit dem Fördergeber VRR erforderlich“, sagt der Baurat.

Arbeiten werden Juli beginnen

Unabhängig davon steht bereits fest, dass Anfang Juli in Langendreer auf der Hauptstraße zwischen Stiftstraße und der Stadtgrenze Witten mit den Arbeiten begonnen wird. Dazu gab es im „Info-Treff Linie 310“ an der Alten Bahnhofstraße 19 in Bochum-Langendreer eine Informationsveranstaltung, zu der auch betroffene Wittener eingeladen waren, und zwar diejenigen, die an der Bochumer Straße – etwa bis zum Edeka-Markt – wohnen. Auf Wittener Stadtgebiet soll in Kürze der Einmündungsbereich zum Papenholz umgebaut werden. Zuvor müssen noch die Ausführungsplanungen fertiggestellt und dazu noch die Bauleistungen ausgeschrieben werden.

Ohne tut's weh

Ob mit Roller, Inliner oder Fahrrad... Ohne Helm tut's weh: Alle Kinder, Eltern und Großeltern sind eingeladen, am Samstag, 6. Juli, den Marienplatz zu besuchen. Von 14 bis 17 Uhr bietet die Verkehrswacht ein Lernpro-

**Samstag, 6. Juli,
14 bis 17 Uhr**

gramm mit Hörni Pummelzahn und dem Kinder-Verkehrs-Club. Geboten werden Spiel und Spaß sowie Übungen und Informationen rund um den Straßenverkehr. Dabei stehen Stationen auf dem Programm wie eine Kinder-Eisenbahn sowie eine Hüpfburg. Kinder erhalten dafür einen Laufzettel und am Schluss eine kleine Überraschung. Die Teilnahme ist kostenlos. Weitere Infos: www.verkehrswacht-witten.de.

Mia, Mats und Moritz... und ihre Mama, wenn sie trinkt

Wenn Sucht den Alltag bestimmt: Mit „Fitkids“ hilft Caritas Kindern aus belasteten Familien

Wenn Sucht den Alltag bestimmt, sind meist die direkt Betroffenen im Fokus. Aber was ist mit den Kindern, die die Sucht ihrer Eltern miterleben und darunter leiden?

Das Suchthilfezentrum Schwelm der Caritas Ennepe-Ruhr hat genau diese Kinder im Blick und unterstützt sie und ihre Eltern mit dem Programm „Fitkids“, mit dem das Suchthilfezentrum nun zertifiziert wurde.

„Mia, Mats und Moritz... und ihre Mama, wenn sie wieder trinkt“ – das ist zwar nur der Titel einer Broschüre, die im Caritas Suchthilfezentrum als Arbeitshilfe genutzt wird, aber im Alltag der Suchtberater ist es Realität. „Wir haben in unseren Beratungen immer wieder mit süchtigen Menschen zu tun, die mit Kindern in einem Haushalt leben. Wir sind uns der besonderen Verantwortung gegenüber diesen Kindern bewusst und möchten ihnen dabei helfen, gesünder und geschützter aufzuwachsen“, sagt Anke Duarte, Leiterin des Suchthilfezentrums Schwelm der Caritas Ennepe-Ruhr. Und dafür wurde das Suchthilfezentrum nun ausgezeichnet. Mit dem Fitkids-Zertifikat, das nun bunt und gut sichtbar an der Tür der Beratungsstelle in der



Durch das neue Fitkids-Siegel stehen Kinder bei der Suchtberatung mehr im Fokus. Das freut Petra Backhoff (Jugendhilfeausschuss Ennepetal), Olaf Menke (JA-Leiter Schwelm) und Dagmar Ante (JA-Leiterin Ennepetal), Arndt Krüger und Anke Duarte (Caritas Suchthilfezentrum), Caritasdirektor Dominik Spanke, Fitkids-Koordinatorin Sandra Groß und Marcel Gießwein (Jugendhilfeausschuss Schwelm). Foto: Patrizia Labus

August-Bendler-Straße hängt. Mehr als 30 Prozent der Kinder suchtkranker Eltern werden später selbst süchtig. „Umso wichtiger ist es, vorher aktiv zu werden“, betont die Sozialpädagogin. 2015 hat sich das Suchthilfezentrum Schwelm deshalb für das Organisationsentwicklungsprogramm Fitkids beworben. Seitdem haben die Mitarbeiter der Caritas in zehn Coaching-Terminen Inhalte für die praktische Arbeit mit Kindern suchbelas-

teter Eltern erarbeitet. Das Fitkids-Programm besteht aus diesen Bausteinen: Die Kinder in den Blick nehmen – interne Voraussetzungen; Netze knüpfen – Kooperation und Vernetzung; bevor es zu spät ist – praktische Arbeit mit den Kindern; früh hilft früh – Schwangere und frühe Hilfen; Sprache finden – süchtige Eltern; voneinander lernen – Multiplikatoren-schulung. „Insbesondere in der Arbeit mit Suchtkranken schwingt bei der Frage

nach den Kindern immer auch Scham und ein schlechtes Gewissen mit“, erklärt Sandra Groß von Fitkids Wesel, die das Programm 1996 ins Leben gerufen hat. „Hilfe in Anspruch zu nehmen und den Kontakt zum Jugendamt zu suchen, das ist eine große Hürde“, sagt die Projektkoordinatorin. „Die Angst bei suchtkranken Eltern; voneinander lernen – Multiplikatoren-schulung. „Insbesondere in der Arbeit mit Suchtkranken schwingt bei der Frage

Kultur des Danebenstellens

Junge Union macht sich für Pfandringe stark

Was in anderen Städten, wie zum Beispiel Hamburg oder Karlsruhe, bereits Standard ist, würde auch Witten guttun: die Einführung von Pfandringen.

Deshalb macht sich die Junge Union Witten nun (erneut) stark für die Anschaffung und Erprobung der kleinen Helfer. Die CDU-Fraktion fragte dazu nun bei der Bürgermeisterin nach, wie es um ein Projekt steht, welches eigentlich 2013 bereits hätte beginnen sollen.

Die Situation ist alltäglich: Man spaziert durch die Stadt mit einer Pfandflasche, welche man gerade geleert hat. Eine Rückführung durch einen Flaschenautomat ist in dem Moment nicht möglich, also muss die Flasche in den Müll wandern, wenn man sie nicht weiter mit sich herumtragen möchte. Dies ist jedoch nicht nur Verschwendung zu Lasten der Umwelt, es bringt auch Flaschensammler dazu, den Müll durchsuchen zu müssen. In diese, um die Oberkante des Eimers angebrachten Vorrichtungen mit runden Aussparungen, können Flaschen und Dosen, welche noch Pfand bringen, gestellt werden. So wird erreicht, dass die Flaschen weder dem Müll zugeführt werden müssen, noch achtlos in der Gegend herum rollen. Der „Kultur des Danebenstellens“ wird somit Rechnung getragen. Gerade am Wochenende, wenn für Veranstaltungen im Umkreis, etwa der Hauptbahnhof, stark frequentiert wird, ist ein solches Verhalten oft zu beobachten- Pfand-



Gemeinsam für Pfandringe. Wie's an manchen Tagen aussieht, weil die Flaschen nicht in den Mülleimer geworfen werden, demonstriert die Junge Union auf dem Berliner Platz: Bei Pfandringen sei der Nutzen hoch und die Kosten niedrig; weiterhin sollte nachgedacht werden, ob man nicht über ein Sponsoring-System kostenneutral finanzieren könne.

ringe könnten hier helfen und für Ordnung sorgen. Bereits 2013 forderte die CDU in einem Prüfauftrag die Einführung der Pfandringe. Es wurde eine dreimonatige Testphase vereinbart, an deren Ende die Ergebnisse im Rat vorgetragen werden sollten. Dazu kam es aber offenbar nicht. In der nun veröffentlichten Anfrage wird nachgehakt, warum die Testphase bislang nicht durchgeführt worden ist.



Ein wenig litt die Radtouristikfahrt – kurz RTF – des Radsportvereins RSC Ruhr-Süd Witten unter den ungemütlichen Wetterbedingungen. Im Vergleich zum letzten Jahr aber, als Wetterberichte in Funk, Fernsehen und auf diversen Apps Gewitter und Starkregen vorausgesagt hatten, tatsächlich aber angenehme Radfahrbedingungen herrschten, war es am Morgen „usselig“, wie der Ruhrpottler sagt. Dennoch nahmen rund 400 Teilnehmer und damit fast doppelt so viele wie im letzten Jahr teil und wählten an der Husemannhalle eine der angebotenen Strecken über 41, 67 und 113 Kilometer bis zur längsten Variante über 153 Kilometer. Die Wege

fürten über verkehrsarme Straßen und Wege. Unterwegs hatten die RSCler wie gewohnt verschiedene Verpflegungspunkte eingerichtet, an denen die Teilnehmer Getränke und Bananen oder Müsliriegel zu sich nehmen konnten. Während die Radler auf dem Weg von Witten über Dortmund, Castrop-Rauxel bis hin nach Haltern und Flaesheim „Kette rechts“ gaben, zählte Ausrichter RSC Ruhr-Süd Witten die Anmeldungen durch und hielt im Ziel verschiedene Pokale bereit. Große Freude bei den Radlern des Triathlon Team TG Witten: Sie stellten bei den Damen (16) und den Mixed-Gruppen (39) die teilnehmerstärksten Mannschaften. Matthias Dix

Muttental wieder Bühne für 200 klassische Automobile

Stadtmarketing hat attraktive Angebote im Programm – Ein Höhepunkt: das Oldtimerfestival

Das Wittener Stadtmarketing hat wieder attraktive Angebote im Programm. Einer der Höhepunkte ist zweifelsohne das Oldtimerfestival am Samstag und Sonntag, 13. und 14. Juli, jeweils von 11 bis 18 Uhr. Beim mittlerweile 11. Wittener Festival auf Zeche Nachtigall verwandelt sich das LWL-Industriemuseum im Muttental in eine Bühne für mehr als 200 klassische Automobile und historische Motorräder.

Dazu findet ein abwechslungsreiches Programm für die ganze

Familie statt: Live-Musik, Kinderprogramm, leckeres Essen sowie Fahrten mit den Gruben- und Feldbahnen der ehemaligen Zeche Theresia. Am Samstag startet außerdem um 12 Uhr die Trecker-Rundfahrt an der Zeche Nachtigall. Aufstellung der Fahrzeuge ist hier um 11 Uhr. Die alljährliche Oldtimer-Orientierungsfahrt startet am Sonntag um 11 Uhr beim TÜV Rheinland in der Frankensteiner Straße. Die Aufstellung beginnt um 9.30 Uhr.

Premiere fürs Netzwerken

Seine Premiere feiert in diesem Jahr das „After Work-Event“ rund um den Berliner Platz und das Café Extrablatt. „Netzwerken mal anders“ steht bei diesem neuen innerstädtischen Veranstaltungsformat im Vordergrund, und zwar am Donnerstag, 4. Juli. Bereits zum 13. Mal bereiten Standortgemeinschaft Witten Mitte und Wittener Stadtmarketing die „Tafelmusik“ vor. Genussmomente unter freiem Himmel in der Wittener Innenstadt kann man in diesem Jahr erleben am Samstag, 20. Juli, von 17 bis 24 Uhr. In diesem Jahr schlängelt sich die längste Tafel der



Viel alte Technik gibt's wieder beim Oldtimerfestival auf Zeche Nachtigall zu bestaunen – Anlass für hochkarätige Benzingsgespräche unter Fachleuten. Foto: Thomas Strehl

Stadt entlang der Ruhrstraße. Unter dem Motto „Verweilen, wo wir sonst nur eilen“ können die Gäste wieder etwas Leckeres zu essen und gute Laune mitbringen, um eine gesellige Zeit mit Freunden zu genießen. Entlang der Tafel bieten Musiker und Kleinkünstler wieder ein buntes und abwechslungsreiches Programm. Gastronomen sorgen für ein leckeres kulinarisches Angebot. Eine Entdeckungsreise zur Wiege des Ruhrbergbaus auf den

Spuren des „schwarzen Goldes“ versprechen die Unter-Tage-Touren. Dazu gehört der traditionelle Knappenschlag am Bethaus der Bergleute und eine kräftige Steigermahlzeit, bevor es im Besucherbergwerk der Zeche Nachtigall in Bommern direkt bis „vor Kohle“ geht. Die Tour-Termine: Sonntag, 21. Juli, Samstag, 17. August, Samstag, 14. September, und Sonntag, 13. Oktober; die Uhrzeit: jeweils von 10.30 bis 16.30 Uhr. dx



In diesem Jahr schlängelt sich die längste Tafel der Stadt entlang der Ruhrstraße; Motto: „Verweilen, wo wir sonst nur eilen.“ Stadt

- Persönliche Betreuung
- Abwechslungsreiches Beschäftigungsprogramm
- Eigener ambulanter Pflegedienst
- Enge Kooperation mit Ärzten u.v.m.



Herzlich Willkommen
Tagespflegezentrum
Witten

Eine Einrichtung der:
Dr. med. Lührmann
Tagespflegezentren GmbH

Theodor-Heuß-Straße 2-4
58452 Witten
Ansprechpartner: Thorsten Schrader
Telefon 02302 4009823
Mobil 0172 7859674

Eröffnungsfeier Tagespflegezentrum Witten im Verbund Lührmann und Partner

„Hier stecken alle mit Haut und Haaren mittendrin“ so beschreibt Geschäftsführer Dr. Lutz-Peter Lührmann seine Einrichtungen in seinem Eröffnungsgrußwort – „Halbe Sachen gibt es hier nicht!“

Am Samstag, den 15.06.2019, öffneten sich zum ersten Mal die Türen des neuen Tagespflegezentrums in der Theodor-Heuß-Straße mitten in Witten, um sich der breiten Bevölkerung zu präsentieren. Eröffnet wurde die Feier in der Tradition anderer Eröffnungsfeiern des Verbundes Lührmann und Partner locker, lustig und musikalisch von Herrn Kegel mit Gesang und Frau Furmann am Klavier. Auch Bürgermeisterin Sonja Leidemann hieß die neue Tagespflege in Witten herzlich willkommen und betonte, dass es in einer „gesunden Stadt Witten“ wichtig sei, dass den Bürgerinnen und Bürgern ein umfangreiches Angebot zum Thema Gesundheit und Pflege zur Verfügung steht. Pflege sei ganz eindeutig ein Zukunftsthema, bei dem auch die wohnortnahe Betreuung im Fokus stehen muss. Pfarrer Holtz der ev. Johanniskirche Witten freut sich ebenfalls über die neue zentrale Einrichtung und machte in seinem Willkommensgruß deutlich, dass es das wichtigste ist, dass der Mensch im Fokus steht, Angehörige entlastet werden und die Tagespflege somit ein „wunderbares ergänzendes Angebot ist, welches in Witten so gefehlt hat“.

Viele Interessenten fanden am Samstag schon ihren Weg zum Tagespflegezentrum und konnten mit dem Team vor Ort ein erstes kleines Beratungsgespräch führen. Gerne steht Ihnen das Team der Tagespflege unter der Leitung von Thorsten Schrader mit den Geschäftsführern Dr. med. Lührmann und Herrn Rehermann für weitere Beratungsgespräche zur Verfügung.

Text und Fotos: Jessica Meckler



Foto: Geschäftsführer Dr. med. Lührmann bei seiner Ansprache



Pflegebedürftigkeit ist gesetzlich klar definiert

Vom Gesetzgeber ist die Pflegebedürftigkeit ganz klar definiert. Seit Januar 2017 entscheidet der Grad der noch vorhandenen Selbstständigkeit über den Pflegegrad 1 bis 5.

Davor waren es drei Pflegestufen. Je höher der Pflegegrad, desto umfangreicher sind die Hilfen, die die Betroffenen erhalten. Zunächst aber besteht die Notwendigkeit pflegender Angehöriger dies festzustellen – Pflege und Hilfe sind im Alltag notwendig und werden gebraucht.

Die Höherstufung bei gestiegenem Pflegebedarf, der meistens im Laufe der Zeit zunimmt, muss erneut gestellt werden. Achten Sie darauf, ob die Pflege noch ausreicht, hören Sie hin, wenn der Pflegedienst oder das Personal im Pflegeheim Sie auf einen erhöhten Hilfsbedarf hinweist, danach schreiben Sie der Pflegekasse und bitten um Höherstufung des Pflegegrades. Die Pflegeversicherung ist zur Auskunft verpflichtet und jeder Antragsteller hat ein Recht auf sein Gutachten.

Leistungen werden rückwirkend erstattet!

Leistungen werden frühestens vom Monat der Antragstellung an gewährt. Werden die Leistungen zum Ende eines Monats beantragt, erhält der Pflegebedürftige die volle Leistung schon für den Monat, in dem der Antrag gestellt wurde. Viele Informationen erhalten Sie bei Ihrem Arzt, den Pflegediensten und auch im Internet. Informieren Sie sich umfassend über alle Hilfen und Möglichkeiten!



Foto: C. Kegel (li.), Bürgermeisterin Sonja Leidemann (Mitte) und Geschäftsführer Dr. Lutz-Peter Lührmann (re.).





Zu Beginn der Schulferien in NRW öffnet die Universität Witten/Herdecke ihren Campus für junge Menschen mit Interesse an wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Fragestellungen.

„Wie wollen, nur krasser“ Sommer-Camp für künftige Weltverbesserer

„Machen ist wie wollen, nur krasser“ lautet das Motto beim „Summer University Camp“ Sozialunternehmertum für zukünftige Weltverbesserer.

Zu Beginn der Schulferien in Nordrhein-Westfalen öffnet die Universität Witten/Herdecke ihren Campus für junge Menschen mit Interesse an wirtschaftlichen und gesellschaftlichen Fragestellungen. Im eintägigen Summer-University-Camp „Machen ist wie wollen, nur krasser“ an der Universität Witten/Herdecke entwickeln „Fridays-For-Future“-Anhänger, nachhaltigkeitsbewusste Superheldinnen und ambitionierte Weltverbesserer von morgen gemeinsam mit Gleichgesinnten konkrete sozialunternehmerische Ideen für eine bessere Welt.

Schüler aus Oberstufe und Berufsschule

Am Samstag, 13. Juli, von 9 bis 19 Uhr erproben Schüler aus Oberstufe und Berufsschule, Azubis und junge Studierende im Audimax der Universität Witten/Herdecke in kleinen angeleiteten Teams kreative Herangehensweisen und sozialunternehmerisches Denken, um innovative Lösungen für die großen gesellschaftlichen Fragen unserer Zeit zu schaffen. Die Teilnahmegebühr beträgt 15 Euro einschließlich Verpflegung. Die Veranstaltung ist eine Kooperation von der Universität Witten/Herdecke, dem Duisburger Sozialunternehmen „Tausche Bildung für Wohnen“ und dem „Social Entrepreneurship Netzwerk Deutschland“.

Weitere Informationen im Internet unter der Adresse: www.eventbrite.de/e/machen-ist-wie-wollen-nur-krasser-summeruniversity-camp-uni-wittenherdecke-tickets-61986837299

TERMINE

Termine rund um die St.-Joseph-Gemeinde: Zum „Literarischen Rendezvous“ lädt die „Katholische Öffentliche Bücherei“ am Montag, 1. Juli, um 9.30 Uhr in ihre Räume an der Stockumer Straße 13 ein; das nächste Organistentreffen findet am Dienstag, 2. Juli, um 19 Uhr bei Pfarrer Harbecke statt.

Gold für die Mixed-Staffel

Bereits 66. Bahnstaffeltag im Wullenstadion

Bereits zum 66. Mal fand im Wullenstadion der von der DJK BW Annen ausgerichtete Bahnstaffeltag mit Kreismeisterschaftswertung statt. Angeboten wurden Kurz- und Langstaffeln, je nach Altersklasse 4 mal 50 Meter, 4 mal 75 Meter und 4 mal 100 Meter beziehungsweise 3 mal 800 Meter.

Ferner standen eine 3-mal-1000-Meter- und eine 4-mal-800-Meter-Mixedstaffel für die unteren Jahrgänge auf dem Programm. Insgesamt 87 Staffeln gingen an den Start, angefeuert von zahlreichen Zuschauern. Der TV Wattenscheid hatte die meisten Staffeln gemeldet, bis zu sechs Staffeln allein in einer Altersklasse. Angesichts dieser Konkurrenz taten sich die anderen Vereine schwer. Nur in der jüngsten Altersklasse, der U10, und in der Hauptklasse waren keine Wattenscheider am Start, sodass hier auch einmal die ausrichtende DJK Siege holen konnte. So gewann die 4-mal-50-Meter-Staffel der U10 mit Lamija Curo, Nele Schwiess, Jule Wetter und Mathilda Hinnekamp ihren Lauf. Auch in der Mixed-Staffel über 4 mal 800 Meter konnten sich Lias Brunner, Mathilda Hinnekamp, Lamija Curo und Jule Wetter Goldmedaillen sichern.

Einen weiteren Titel gab es für die 4-mal-100-Meter-Frauenstaffel, mit der Jule Wieland, Brit Herhaus, Sophie Kaip und Janina Balke in 53,23 Sekunden ins Ziel kamen, gefolgt von zwei weiteren DJK-Staffeln. Besondere Aufmerksamkeit erhielt die Vereinsstaffel über 8 mal 200 Meter, bei der abwechselnd männliche und weibliche Athleten eines Vereins laufen. Hier kam die DJK-Staffel in einem spannenden Rennen hinter der ersten und zweiten Mannschaft des TSV Hagen auf Rang 3.



Auch der Nachwuchs kam auf seine Kosten.



Besondere Aufmerksamkeit erhielt die Vereinsstaffel über 8 mal 200 Meter, bei der abwechselnd männliche und weibliche Athleten eines Vereins laufen.

Mit Endzeit sehr zufrieden

Offene NRW-Meisterschaften im Bahngehen

Angela Sänger von der DJK BW Annen hat bei den offenen NRW Meisterschaften im Bahngehen in Mönchengladbach den Titel im 5000 Meter Bahngehen in der Altersklasse W50 geholt. Mit ihrer Endzeit von 33:49,58 Minuten war sie sehr zufrieden – nur 16 Sekunden langsamer als bei der DM 2017. Damit hat sie auch die Qualifikation für die diesjährige DM erreicht, die im August in Beeskow stattfindet. Die Veranstaltung fand im Rahmen des „34. Großen LGM Pfingstsportfestes“ der „LG Mönchengladbach 1979“ statt. Gehen ist eine olympische, leichtathletische Disziplin, bei der im Gegensatz zum Laufen kein für das menschliche Auge sichtbarer Verlust des Bodenkontakts vorkommen darf.

Benny Madu qualifiziert

Westfälische U16-Mehrkämpfe in Hagen

Bei optimalen Leichtathletikbedingungen trat Benny Madu bei den Westfälischen U16-Blockmehrkampfmeisterschaften in Hagen in der Altersklasse „Männer 15“ (M15) im Block „Wurf“ (100 Meter, 80 Meter Hürden, Weit, Kugel, Diskus) an. Sein Ziel war die Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft (DM) und damit mehr als 2775 Punkte.

Gleich in der Anfangsdisziplin Diskus konnte er in allen drei Versuchen seine bisherige Bestweite übertreffen, am Ende stand er mit sehr guten 37,25 Metern dar. Im anschließenden Weitsprung lieferte er mit 5,67 Metern ein solides, aber noch steigerungsfähiges Ergebnis ab. Über die 100 Meter (12,33 Sekunden) sowie im Hürdensprint (12,38 Sekunden) blieb er auf Bestleistungsniveau und konnte recht zuversichtlich das abschließende Kugelstoßen angehen.

Hier stieß Benny Madu die 4-Kilo-Kugel auf 12,75 Meter. Am Ende entsprachen diese Leistungen einer Gesamtwertung von 2820 Punkten und damit der Norm für die Deutschen Blockmehrkampfmeisterschaften. Trotz dieser überragenden Leistungssteigerung landete er bei einer sehr starken Konkurrenz, die Westfalen somit auch bei der Deutschen Meisterschaft vertreten wird, nur auf dem undankbaren vierten Platz. Nichtsdestotrotz hat er noch Potenzial, um seine Leistung bei der DM erneut zu steigern.

Das größte Teilnehmerfeld des Tages

Inga Grasedieck und Anna Still traten in der Altersklasse W14 an, jedoch im Block „Sprint/Sprung“ (100 Meter, 80 Meter Hürden, Weit, Hoch, Speer) und erwischten bei einer 40-köpfigen Konkurrenz das größte Teilnehmerfeld des Tages. Beide konnten mit guten Zeiten über die 100 Meter (14,25 Sekunden für Inga Grasedieck, die damit nur um 5 Hundertstel die Norm für die Westfälischen Einzelmeisterschaften verpasste, sowie 14,53 Sekunden für Anna Still) und jeweils übersprungenen 1,40 Meter im Hochsprung überzeugen. Zudem lief Anna Still über die Hürdenstrecke mit 14,72 Sekunden eine halbe Sekunde schneller als je zuvor. So konnten beide neben Einzelbestleistungen auch eine deutliche Steigerung ihrer Mehrkampfpunkte verbuchen. Anna schaffte es mit 2100 Punkten auf Platz 26, Inga sicherte sich mit 2048 Punkten den 29. Platz.



Im Weitsprung lieferte Benny Madu mit 5,67 Metern ein solides, aber noch steigerungsfähiges Ergebnis ab. Über die 100 Meter blieb er auf Bestleistungsniveau.

Daniel Krause holte sich im Diskuswurf den ersten Titel

Bei Seniorenmeisterschaften in Gladbeck gingen sechs DJK-Leichtathleten an den Start

Sechs Leichtathleten der DJK BW Annen und zwei der SU Annen gingen bei den Westfälischen Seniorenmeisterschaften in Gladbeck an den Start. Bis auf einige kräftige Windböen fanden die Wittener perfekte Wettkampfbedingungen vor. Daniel Krause startete erstmals in der Seniorenklasse M30 und holte sich im

Diskuswurf mit einer sehr guten Weite von 38,09 Metern gleich den ersten Titel. Im Kugelstoßen kam er mit 10,57 Metern auf den Silberplatz. Zwei weitere Titel für die DJK konnte Christine Wenzel in der W50 erzielen. Sie gewann das Kugelstoßen mit 11,77 Metern und das Speerwerfen mit 26,65. Viel mehr freute sie sich jedoch über den zweiten Platz im Hochsprung, wo sie mit 1,32 Metern eine sehr gute Leistung zeigte – trotz verletzungsbedingt unzureichender Vorbereitung. Auch im Diskuswurf belegte sie Rang 2, aber mit einer schlechten Weite von nur 24,81 Metern. Britta Ehrhard war erstmals in der Altersklasse W55 am Start. Im Kugelstoßen gelang ihr ein Traumstoß von 9,57 Metern – etwa ein Meter

weiter als die restlichen Versuche und damit Silber. Im Diskuswurf (20,20 Meter) und über 100 Meter (16,92 Sekunden) kam sie jeweils auf Rang 3. Martina Netz war mit ihren Leistungen zufrieden und belegte in der W50 über 200 Meter Rang 7 (35,33 Sekunden) und im Diskuswurf Rang 5 (16,74 Meter). Auch Tania Kranz (W45) konnte ihre Ziele erreichen: Rang 4 im Weitsprung mit 3,89 Metern und Rang 5 über 100 Meter in 15,47 Sekunden. Von der SU Annen gewann Wulf Dieter Scheer den Stabhochsprungwettbewerb der W75 mit 2,10 Metern – sein erster Wettkampf nach zweijähriger Verletzungspause. Hans Hornen lief über die 100 Meter in 16,67 Sekunden auf Rang 3 und sprang 3,31 Meter weit (Rang 4).



Daniel Krause (v.l.), Britta Ehrhardt, Tania Kranz, Martina Netz, Christine Wenzel und Hans Hornen von der DJK BW Annen nahmen an den Westfälischen Seniorenmeisterschaften teil.

Nach dem Fest wieder Grillen

KAB sucht Helfer

Grillabend der KAB (Katholischen Arbeitnehmer-Bewegung) in Rüdینگhausen: Nach dem Gemeindefest in St. Pius von Freitag, 5., bis Sonntag, 7. Juli, wird freitags abends auch wieder gegrillt. Der nächste KAB-Grillabend findet am Freitag, 19. Juni statt. Von 18 Uhr an wird aufgebaut und von 19 Uhr an gegrillt. Der Sozialverband erbittet hierzu wie immer Salatspenden. Auch werden noch viele Helfer draußen und in der Küche gesucht.

Der Bezirksverband Hagen-Iserlohn-Menden-Witten fährt mit Bussen zum KAB-Tag auf dem Liborifest. Der Bezirksverband setzt zu diesem Tag wieder Busse ein. Für Hin- und Rückfahrt beträgt der Fahrpreis 17, für nicht Mitglieder 22 Euro.

Anmeldungen erfolgen bis Freitag, 19. Juli, bei Bernd Grzeziak, Ruf: 02302/89967 oder 0171/7835838. Bei Anmeldung ist der Fahrpreis zu entrichten.

Jubel-Festsonntag

Der Verein „Caritas-Sankt Martin“ feiert Jubiläum am Sonntag, 7. Juli, beim Gemeindefestsonntag der St.-Pius-Gemeinde, und zwar gemeinsam mit den Freunden aus Ungarn. Anlass ist die Gründung des Rüdینگhauser Vereins vor 25 Jahren und damit der Beginn einer Freundschaft, die bis heute anhält. Um 10.30 Uhr wird gemeinsam mit den Gästen, Pfarrer Józsi, Pastor Rösner und Pastor Gröne die heilige Messe gefeiert und dabei an diese Partnerschaft erinnert. Im Anschluss daran ist Zeit für ein Wiedersehen mit alten und neuen Freunden. Die Gäste werden in dieser Zeit bei Familien aufgenommen.

Almgottesdienst

Ein Almgottesdienst findet am Sonntag, 7. Juli, statt. Der „Open Air“-Gottesdienst auf dem Schnee am „Haus Almfrieden“, Mallnitzer Weg 37, beginnt um 11 Uhr. Den Gottesdienst gestalten unter anderem: Pfarrer Carsten Griese zusammen mit Diakon Norbert Pieofke und dem Evangelischen Posaunenchor.



Der Ardex-Tower, ein markantes und später mal weithin sichtbares Markenzeichen des weltweit operierenden Unternehmens aus Witten: 90 Meter hoch, 24 Geschosse auf etwa 10000 Quadratmeter Grund mit einer Nutzfläche von etwa 53350 Quadratmetern. Grafik: Ardex

Der Ardex-Campus als öffentlicher Raum

Die Neubauten haben Auswirkungen auf das Stadtbild von Witten

„Der Ardex-Campus als öffentlicher Raum – Zukunft gestalten“, sind die aktuellen Modellskizzen überschrieben, veröffentlicht auf der Internetseite „ardex-campus.de“, die für die Erweiterung des Firmengeländes an der Friedrich-Ebert-Straße in Rüdینگhausen eingerichtet worden ist.

Im Mittelpunkt: der „Ardex-Tower, ein markantes und später mal weithin sichtbares Markenzeichen des weltweit operierenden Unternehmens aus Witten. Auf der Seite heißt es unter anderem: „Die Neubauten von Ardex haben Auswirkungen auf das Stadtbild von Witten. Der Campus bildet dabei einen eigenen öffentlichen Raum – mit dem Tower als Mittelpunkt. Bei der Planung spielte die Zukunfts-

sicherung eine große Rolle: neue Verkehrsführung hinter den Produktionshallen; besserer Lärmschutz; die Friedrich-Ebert-Straße wird nur noch teilweise durch Lkw befahren; rund 100 neue Arbeitsplätze. „Mit dem Ardex-Campus wird die Rolle Wittens als ‚Herz‘ der international tätigen Ardex-Gruppe weiter ausgebaut“, sagt Dr. Hubert Motzet, Mitglied der Geschäftsleitung.

„Mit dem Campus schaffen wir die Voraussetzung für zukünftigen Wachstumskurs. Zugleich bekennen wir uns zum Standort Witten und setzen ein Zeichen fürs gesamte Ruhrgebiet – entgegen dem Trend“, ergänzt Mark Eslamlooy, CEO (Chief Executive Officer, Geschäftsführer) der Ardex-Gruppe.

Premiere für „TuRa tafelt“

Reservierte Tische in einer langen Reihe

„TuRa tafelt“ lautet das Motto der neuen Vereinsveranstaltung für Jedermann Samstag, 29. Juni, von 17 Uhr an auf dem Vereinsgelände an der Brunebecker Straße 71. „TuRa tafelt“ feiert Premiere. Der Verein lädt ein, an dieser Veranstaltung teilzunehmen.

Egal ob Sportmannschaft, Freundeskreis oder Nachbarn – reservierte Tische an der langen Reihe stehen für die Teilnehmer bereit.

Man kann den Tisch nach eigenen Vorlieben decken und attraktiv gestalten. „Köstlichkeiten. Musik, Gegrilltes, kühles Fassbier, bunte Cocktails und vieles mehr werden keine Wünsche offenlassen“, verspricht der Veranstalter. Es wird ein buntes Miteinander geben in angenehmer Atmosphäre. Infos im Netz: tura@tura-ruedinghausen.de, Telefonnummer 02302/80583.



Die 13. „Classics“

„Mellmausländer Classics“: Wie in der Vergangenheit lädt TuRa Rüdینگhausen auch dieses Jahr zu der inzwischen 13. Auflage des Badmintonturniers ein. Es findet statt am Samstag, 31. August, und Sonntag, 1. September, im vereinseigenen Sportzentrum an der Brunebecker Straße 71.

In den Altersklassen U15, U19, O19A und O19B werden jeweils die Disziplinen „Einzel“, „Doppel“ und „Mixed“ gespielt. Zusätzlich bietet der Verein für Hobbyspieler das O19C-Feld an, in dem geschlechtsneutrale Doppel gespielt werden können. Der Meldeschluss ist Samstag, 17. August. Die Teilnehmerzahl in den Feldern ist begrenzt. In der Cafeteria steht wieder eine Auswahl an leckeren Speisen und Getränken bereit.

O. Heiland und Kid Rebellion

Hochkarätige Reihe

Eine hochkarätige Besetzung kündigt die Kultur-Initiative „KuKLoch“ an. Es treten auf: Swen O. Heiland mit „Rich Kid Rebellion“ und Helmut Sanftenschneider.

„Gitarre nehmen, rausgehen, losspielen“ lautet das Motto des Auftritts von Swen O. Heiland am Donnerstag, 11. Juli, 20 Uhr, im Veranstaltungsraum an der Hörder Straße 364. Ein gutgelaunter Akustik-Troubadour, eine wohltemperierte Gitarre und Dutzende charmanter Songs warten auf das Publikum.

Der Dortmunder Musiker und Songwriter hat seit dem Beginn seiner aktiven Musikerlaufbahn mit vielen Größen aus dem Rock und Pop zusammengearbeitet. Als Gitarrist, Bassist und Sänger trat er so bisher bei weit über 500 Konzerten auf und teilte sich die Bühne unter anderem mit Placebo, Sisters of Mercy, KMFDM, My Dying Bride, Philipp Boa, Rage, Running Wild, H-Blockx.



Bei der Vorstellung seines neuen Programms „Der Gitarrenflüsterer“ zeigt der mehrfache Kleinkunstpreisträger und studierte Konzert- und Flamencogitarrist die Bandbreite seines Könnens: witzige und tiefgründige Lieder, intelligente Comedy und Gitarrenspiel vom Feinsten. In Stockum zu erleben am Freitag, 30. August, 20 Uhr, im Rahmen der KUKLoch-Veranstaltungsreihe an der Hörder Straße 364. Foto: Oliver Haas



Das Fest beginnt mit einer etwa einstündigen Wanderung durch die Felder Stockums.

Impuls geben

Johannisfest in Witten-Stockum: Einen spirituellen Impuls für die Sommerzeit geben die Togo-freunde Stockum von St. Maximilian Kolbe allen Gemeindegliedern am Freitag, 28. Juni.

Es beginnt um 18 Uhr mit einer etwa einstündigen Wanderung durch die Felder Stockums. Danach versammeln sich die Teilnehmer im Pfarrgarten, um das „Johannisfeuer“ zu entzünden. Danach gibt's noch ein Beisammensein bei Getränken und Grillwürstchen.

Die Maximilian-Kolbe-Gemeinde begleitet Pater Jan Piontek in Sokode, Togo. Mit Geld- und Sachspenden werden unter anderem Frauen und Mädchen in Sokode unterstützt. Auch Hilfsgüter werden geschickt.

„Leoparden-Girls“ im Zoo

Der TuS hat Rallye in Dortmund angeboten

Die TuS-Jugend hat in diesem Jahr eine Rallye durch den Dortmunder Zoo für sechs- bis zwölfjährige Kinder mit viel Erfolg angeboten.

Vier Betreuer und zwanzig Teilnehmer trafen sich am Haupteingang des Dortmunder Zoos. Bevor es losging, gab's einige organisatorische Dinge zu klären: Wie verhalte ich mich im Zoo, wie gehe ich mit den Tieren um, was tue ich, wenn sich jemand verletzt oder es jemandem nicht gutgeht? Außerdem wurden noch Armbändchen mit der Handynummer eines Betreuers verteilt.

Gemeinsam lief die Gruppe zum großen Spielplatz. Dort begann die Rallye. Die Kinder teilten sich in folgende Teams: „Party-Schildkröten“, „Leoparden“, „Löwen“, „Flamingos“ und „Leoparden-Girls“ und stellten dies auch pantomimisch dar. Bei der Rallye gab es verschiedenste Fragen zu

Merkmale der Tiere über die Anzahl von Klettersprossen bis hin zur Mitgliederanzahl des TuS Stockum. Fast alle Fragen konnten von den fünf Teams richtig beantwortet werden.



Am Ende wurde die Zoo-Rallye ausgewertet. Es gab vier Plätze, wovon der erste zweimal belegt worden ist. Alle Teilnehmer erhielten eine Urkunde und eine Medaille. Foto: TuS

KURZ & KNAPP

„Kulinarischer Abend“ des Gemeindefestsonntages, Samstag, 31. August, 18 Uhr, im Pfarrgarten für alle Schlemmerfreunde. Teilnehmer bringen neben Geschirr eine leckere Speise mit, die zum gemeinsamen Buffet zusammengestellt wird. Getränke stehen zum Selbstkostenpreis bereit.

Heimattag der Heimatfreunde Stockum/Düren, Mittwoch, 10. Juli, 16 Uhr, Mittelstraße 9. Beisammensein mit Vorträgen, Filmen, alten Fotos, Luftaufnahmen und Dokumenten.

Der TSP-Cup von TuS Stockum am Samstag, 24., und Sonntag, 25. August, findet bereits zum 15. Mal statt. Die Veranstalter erwarten wieder etwa 60 Fußballjugendmannschaften aus verschiedenen Kreisen.

Wenn chronische (Rücken)Schmerzen den Alltag bestimmen

Dr. Michael Luka, Chefarzt Unfallchirurgie/Orthopädie EvK Witten, und Physiotherapie-Bereichsleiter Linus Paelke erklären Methode und Ziel der Multimodalen Schmerztherapie.

Vor allem Patienten mit chronischen Rückenschmerzen können profitieren.

Seit 2011 behandelt das Evangelische Krankenhaus Witten als erstes Krankenhaus in Witten chronische Schmerzpatienten mit der Multimodalen Schmerztherapie. Dr. med. Michael Luka, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie, hat insbesondere bei Patienten mit chronischen Rückenschmerzen damit gute Erfolge erzielt.

„Wir gehen bei der Multimodalen Schmerztherapie den Schmerz im Rahmen einer interdisziplinären Zusammenarbeit von mehreren Seiten an. Die Patienten leiden in der Regel schon lange unter ihren Schmerzen, ursächlich oft mit Problemen im Hals-, Brust- und Lendenwirbelbereich verbunden. Sie haben bereits verschiedene Therapien ausprobiert und können von der Orthopädischen Gemeinschaftspraxis Dres. Schul, Fennes, PD Wiese, Koch in Witten-Annen zur stationären Aufnahme für eine Multimodale Schmerztherapie überwiesen werden. Diese Praxis ist unser Kooperationspartner und arbeitet mit uns Hand in Hand. Zusammen mit ihnen, einer Psychologin und der Physiotherapie erarbeiten wir ein gemeinsames Konzept für Körper, Geist und Verhalten. Dabei lassen wir uns vor allem von dem Bewegungsaspekt lenken - denn Bewegung ist Leben und Leben ist Bewegung“, so der Facharzt.

Schmerzfragebogen, Untersuchung und Befragung des Patienten, mindestens ein psychologisches Gespräch sowie die mehrmals tägliche Einschätzung des eigenen Schmerzes auf einer Schmerzskala dokumentieren detailliert den stationären Aufenthalt.

Zeitgleich werden sechs bis acht Patienten etwa acht bis neun Tage stationär betreut. Auf das Jahr gerechnet bedeutet das für das EvK Witten rund 150 Patienten. Es kann durchaus zu Wartezeiten kommen, denn die Therapie ist stark nachgefragt. Etwa achtzig



Dr. med. Michael Luka, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie am Ev. Krankenhaus Witten, und Physiotherapiebereichsleiter im EvK Witten, Linus Paelke
Foto: Pielorz

Prozent der Patienten verlassen das Krankenhaus mit einer deutlichen Besserung. „Wenn unsere Patienten noch berufstätig sind, ist ihre Arbeitsfähigkeit durch den Schmerz gefährdet, weil die ambulanten Therapiemöglichkeiten erschöpft sind oder ein Schmerzmittelmissbrauch droht. Viele der Patienten stehen vor einer Operation, die wir mit der Multimodalen Schmerztherapie oft verhindern können“, so der Chefarzt. Alle Patienten waren vorher in der Orthopädischen Gemeinschaftspraxis vorstellig, weil die Praxis die minimalinvasive Therapie während der stationären Aufnahme abbildet.

„Während des stationären Aufenthaltes im EvK Witten wird der Patient schmerzarm gesetzt durch Medikamente. Das ist notwendig, um den Körper zu entspannen, die Motivation des Patienten für Bewegung zu stimulieren und ihm die Angst vor der Bewegung zu nehmen. Oft vermeiden Patienten aufgrund des Schmerzes jede mögliche Form

der Bewegung, was aber zu weiteren Schmerzen führt. Diesen Kreislauf gilt es zu durchbrechen und das ist durch die Medikamente möglich,“ ergänzt Linus Paelke, Bereichsleiter Physiotherapie im EvK Witten.

Individuelle Therapie

Mit einer individuellen, auf den einzelnen Patienten abgestimmten Therapie vermittelt er mit seinem Team dem Patienten Bewegungsabläufe, die dieser nach dem stationären Aufenthalt auch zuhause durchführen kann. „Ob beim Aufstehen oder Heben - es müssen praktikable Übungen sein, die Spaß machen. Denn nur dann wird der Patient sie aus der eigenen Motivation heraus auch weitermachen - weil er sie weitermachen will! Natürlich unterstützen wir ihn auch bei seinem Lebensstil und möglichen Veränderungen, etwa beim Schlafverhalten, Stressfaktoren oder den sozialen Kontakten. Viele Studien haben gezeigt, dass insbesondere die sozialen Kontakte - bei-

spielsweise auch durch eine Therapie in einer Gruppe - sehr wichtig für die eigene Motivation sind. Die Unabhängigkeit des Patienten weitestgehend zu erhalten oder wieder aufzubauen, das ist unsere Aufgabe“, so Paelke.

„Fällt der Patient nach dem stationären Aufenthalt zurück in alte Bewegungsmuster oder bewegt er sich nicht mehr ausreichend, macht dies den Erfolg nach etlichen Wochen zunichte. Wir bieten den Patienten natürlich auf freiwilliger Basis verschiedene Sportangebote, aber theoretisch kann der Patient die Übungen auch am Abend vor dem Fernseher durchführen. Er weiß, welche Übungen er machen muss und muss sich nur überwinden, dies konsequent zu tun. Der gezielte Aufbau von Aktivität ist ein wichtiger Bestandteil der Multimodalen Schmerztherapie“, erklärt Chefarzt Michael Luka.

Für die Fachleute ist eines ganz klar: Mehr Lebensqualität in jedem Alter ist das Ziel der Multimodalen Schmerztherapie. *anja*

Ev. Krankenhaus
Witten

Lehrkrankenhaus der Universität
Witten/Herdecke

Medizin – Pflege – Therapie

Wir stärken den Rücken

Bei Rückenbeschwerden sind Sie bei unseren Experten in guten Händen:

- Stationäre Akutschmerztherapie bei akuten Rückenschmerzen
- Multimodale Schmerztherapie bei chronischen Rückenschmerzen nach Einweisung durch unseren Kooperationspartner, die Gemeinschaftspraxis Orthopädie/Unfallchirurgie im Centrovital
- Physiotherapie und Beratung
- Geräteunterstützte Krankengymnastik
- Manuelle Therapie und Massage
- Bewegungsbäder
- Ergonomische Arbeitsplatzberatungen
- Gruppentherapie

Klinik für Unfallchirurgie
und Orthopädie
Chefarzt Dr. Michael Luka
Tel. 02302/175-2461

Bereichsleitung
Physiotherapie
Linus Paelke
Tel. 02302/175-2310

Ev. Krankenhaus Witten
Pferdebachstr. 27, 58455 Witten
www.evk-witten.de, www.facebook.com/evkwitten

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

Ich geh' ins EvK



Foto: Heike Skamper/ZVA/akz-o

Schutzschild für die Augen

UV-Licht schadet der Haut, das ist hinreichend bekannt. Doch auch die Augen brauchen Schutz vor den negativen Einflüssen des Sonnenlichts. Eine gut angepasste Sonnenbrille sieht nicht nur modisch aus, sie sorgt gleichzeitig für blendungsfreie Sicht und schützt vor Langzeitschäden. Was viele nicht wissen: Auch die Blaulichtstrahlung von LEDs und Bildschirmen oder Displays kann sich ungünstig auf die Augen auswirken.

Licht oder Schatten. Die Sonnenbrille, die mitdenkt.

ZEISS AdaptiveSun Brillengläser

Intelligenter UV-Schutz mit Wow-Effekt



Komplettbrille ab 5,- € im Monat*
Gleitsichtbrille ab 7,- € im Monat*
* Das Angebot bezieht sich auf unser Gesundheits-ABO mit einer Laufzeit von 24 Monaten.

Von dunkel zu noch dunkler. AdaptiveSun Sonnenbrillengläser von ZEISS.

- Schnelle Anpassung an wechselndes Licht
- Voller UV-Schutz
- Viele Farbvarianten
- Optional mit Polarisationsfilter gegen Blendung



Sonnenbrillengläser, die mitdenken – besuchen Sie uns jetzt und erfahren Sie mehr darüber.



Brillenfabrik 24
Alte Bahnhofstraße 8
44892 Bochum-Langendreer
0234.96291500
kontakt@brillenfabrik24.de



Blaues Licht verursacht Sehstress

Etwa 60 Prozent der Deutschen verbringen täglich mehr als sechs Stunden mit Computern, Tablets oder Smartphones. Der sogenannte digitale Sehstress ist somit weit verbreitet. Das blaue Licht, das von Bildschirmgeräten abstrahlt, kann Beschwerden verursachen wie müde und trockene Augen bis hin zu Fremdkörpergefühl und verschwommenem Sehen.

Konzentrationsschwierigkeiten und Kopfschmerzen sind häufige Folgen. Darüber hinaus kann UV- und vermutlich auch Blaulicht das Auge vor allem langfristig schädigen und etwa Katarakt, auch als „Grauer Star“ bekannt, oder Netzhautdefekte begünstigen.

Sehkomfort und Augenschutz

Wer seinen Augen die Arbeit erleichtern möchte, sollte sich bei seinem Optiker zur Bildschirmbrille beraten lassen: Spezielle Brillengläser oder Kontaktlinsen mit Blaulichtfilter sorgen im Job und in der Freizeit für anstrengungsfreies Sehen am Bildschirm – ganz ohne Augenstress. Im Freien schützen klare Gläser oder Kontaktlinsen mit UV-Filter die Augen vor der täglichen Strahlenbelastung, die auch bei bewölktem Himmel vorhanden ist. An sonnigen Tagen bietet eine Sonnenbrille den besten Schutz.

Gutes Licht, schlechtes Licht

Die Kennzeichnung UV 400 für Sonnenbrillen besagt, dass die Gläser potenziell schädliche Strahlung mit einer Wellenlänge bis 400 Nanometer herausfiltern. So sind die Augen im Freien gut geschützt, dennoch profitiert der Körper von den positiven Effekten des Tageslichts und bestimmten Blaulichtanteilen, die den Tag-Nacht-Rhythmus steuern. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, sollte seine Sonnenbrille immer beim Augenoptiker kaufen – dort gibt es neben kompetenter Beratung das passende Modell mit entsprechender Schutzwirkung und für jeden Anspruch, zum Beispiel auch in Form einer Sportbrille. Für Kinder ist der Augenschutz übrigens besonders wichtig, da ihre Augenlinse noch weitaus durchlässiger für Strahlung ist. Weitere Infos: www.1xo.de.

akz-o

Den Gelenken Gutes tun

Gehen, Heben, Springen oder Laufen – ohne die Gelenke könnte man keine einzige dieser Bewegungen ausführen. Ständig sind sie im Einsatz und meistens ohne dass wir uns dessen wirklich bewusst sind. Starke Gelenke brauchen zweierlei: eine gute Versorgung mit Nährstoffen und allem voran Bewegung! Für die lange Gesundheit unserer Gelenke sind Nährstoffe der Treibstoff und die tägliche Bewegung der Motor.

Richtige Ernährung für die Gelenke

Dass die Ernährung unsere Gesundheit wesentlich beeinflusst, ist heute unbestritten. Zusammenhänge zwischen ungünstiger Ernährung (viel Fleisch, Wurst, wenig Gemüse, Fertiggerichte) und Erkrankungen wie Gicht, Bluthochdruck oder Arteriosklerose sind nachgewiesen. Ungesunde und einseitige Ernährung belastet den Stoffwechsel oder bringt ihn aus dem Gleichgewicht. Das beeinflusst zwangsläufig auch die Gelenke. Lebensqualität, Wohlbefinden und Mobilität hängen entscheidend von funktionierenden Gelenken ab. Zu einer gelenkfreundlichen Ernährung gehören Lebensmittel, die die Nährstoffversorgung des Knorpels verbessern. Basis dieser Ernährung ist ein hoher Anteil an frischem Gemüse, Salat, Kräutern, kaltgepressten Pflanzenölen, Nüssen und Samen, um den besonderen Bedarf an Mikronährstoffen zu erreichen. Sind zu wenige dieser Mikronährstoffe und Gelenkbausteine vorhanden, geht das auf Kosten der Gelenkgesundheit. Menschen mit chronischen Gelenkschmerzen sind oft mit diesen Substanzen unterversorgt, zeigt die Erfahrung.

Gelenke gezielt unterstützen

Knorpelbausteine haben ihre Berechtigung, so auch die Erfahrung des Arthrose-Experten und Orthopäden Prof. Dr. med. Wolfgang Pföringer aus München. Denn Fehlen dem Körper relevante Nährstoffe, leidet der Gelenkknorpel. Verschleiß ist die Folge. Die Belastbarkeit und Beweglichkeit des Gelenks werden stark eingeschränkt. Um die Gelenke mit wichtigen Nährstoffen wie Glucosamin, Chondroitin, Olivenpolyphenolen und Hyaluronsäure zu versorgen, gibt es gezielte Mikronährstoffpräparate. Entscheidend ist dabei eine ausreichend hohe und richtige Dosierung.

Gelenkschonende Bewegung

Für die langfristige Gesunderhaltung der Gelenke ist Bewegung eine wichtige Voraussetzung. Regelmäßige Bewegung und gelenkschonender Sport stärken die Muskulatur, die wiederum die Gelenke stabilisiert und ihnen Halt gibt. Mit gezieltem Training, das Spaß macht, kann jeder selbst etwas dafür tun, um beweglich zu bleiben. Radfahren ist wie Schwimmen oder Aquajogging eine gelenkschonende Sportart aufgrund gleichmäßig ablaufender und runder Bewegungen, welche die Ausdauer trainieren. Joggen, Tennis oder Fußball sind zwar gut für die Fitness, aber die oft abrupten und intensiven Drehbewegungen tun den Gelenken nicht so gut. Beherzigt man die wichtigste Devise „viel bewegen, aber (die Gelenke) wenig belasten“, so spürt man schnell, wie gut Bewegung dem Körper tut.

Bei weiteren Fragen zum Thema steht Ihnen in unserer Apotheke ein erfahrenes Team zur Seite. Bleiben Sie gesund

Ihre

S. Fischbach



Schlachthofstr. 27 · 58455 Witten
Telefon: 02302-2020317
Telefax: 02302-2020493



Apothekerin
Susanne Fischbach



AMTS-qualifizierte
Apothekerin



Starke Gelenke, Freude an Bewegung!
Rundum-Versorgung für Knorpel und Gelenke.



-25%*

Gültigkeit der Angebote: Juli 2019 | Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Nur solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Angebote nur in haushaltsüblichen Mengen. *Auf unseren bisherigen Verkaufspreis.



**Der Drive-In-Schalter
unserer Apotheke**

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

Bequem und einfach:

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

Fischbach-Taler¹

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

Unsere Talerpartner:



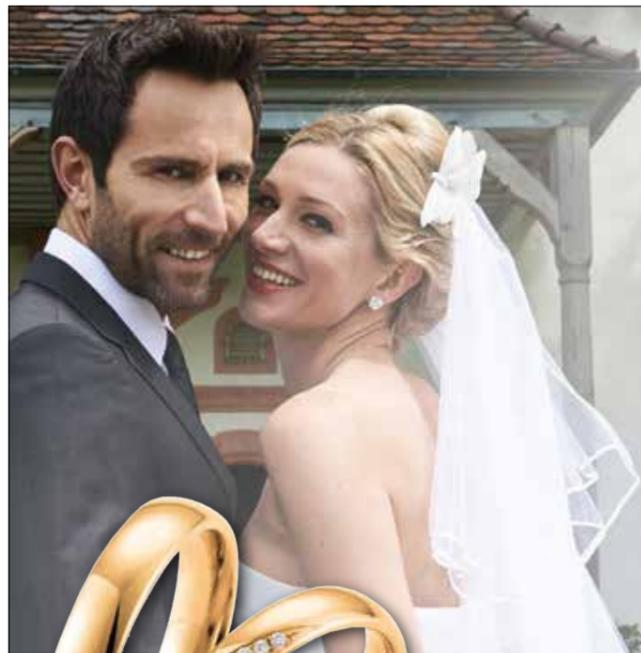
¹ Fischbach-Taler sind eine unverbindliche Aufmerksamkeit der Apotheke am boni-Center auf freiwilliger Basis, es besteht kein Rechtsanspruch. Ein Fischbach-Taler hat einen Wert von 50 Cent. Keine Barauszahlung, keine Teileinlösung und keine Bezahlung von Rezeptzuzahlungen möglich.

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

0 23 02 / 20 20 317

Kostenlose Parkplätze





AG
GERSTNER
Der Weg fürs Leben
1893

by EILOFF
Gerling
Juwelier seit 1899

Bahnhofstraße 15 in Witten, Telefon 02302 52182
www.juwelier-gerling.de

Tipps für die Haarpflege

Strohig, stumpf und glanzlose Haare durch Sonne, Salz- und Chlorwasser müssen nicht sein (Haare vor einem Bad mit Süßwasser abspülen –so kann es weniger schädliches Salz bzw. Chlor aufnehmen). Unsere Haare bekommen zwar keinen Sonnenbrand, die Lipidschicht wird aber durch die UV-Strahlung enorm geschädigt, aber genau die schützt das Haar vor dem Austrocknen. Auch der Kopfhaut schadet UV-Strahlung, denn neben einem Sonnenbrand kann es zu Reizungen und Schuppen-Bildung führen. Neben Pflege-Produkten die Aloa Vera, Minze, Keratin oder Panthenol enthalten, sollte man immer einen Sonnenschutz tragen.

Modische Sonnenhüte oder Tücher schützen

Zudem sollte man die Haare mit speziellen UV-Sprays vor der schädlichen Strahlung schützen. Auch lockere Flechtfrisuren und große Haarklammern halten die UV-Strahlen ab. Nach einem Bad im Meer sollte man die Haare abspülen. Wasserstoffperoxid in Verbindung mit starker Sonneneinstrahlung versetzt jedem Haar den Todesstoß, man sollte vor dem Urlaub die Haare unbedingt nicht blondieren. Nach dem Sonnenbad kühlende Haarmasken und Kuren verwenden.

Der Sommer kann kommen

Mit der Kollektion Frühjahr/Sommer 2019 für Damen und Herren präsentiert Rieker einmal mehr eine einzigartige, hochwertige und modische Schuhlinie mit bestem Komfort. Ausgestattet mit den bewährten Antistress-Eigenschaften garantiert jedes Modell höchste Qualität, einen entspannten Auftritt und angesagte Looks.

Luftig und leicht

Highlight der Kollektion sind topmoderne Sandaletten mit Keil- und Blockabsätzen in Bast-Optik, filigrane Modelle mit sommerlichem Dekor sowie modische Sandalen mit bequemem Tieffußbett. Die leichte, besonders flexible Sohle bietet hohen Tragekomfort und garantiert einen modischen Auftritt. Auch der Sneakertrend bleibt ungebrochen. Hier setzt Rieker mit Sneaker Modellen aus atmungsaktivem Mesh ein modisches Statement. Das leichte und flexible Material punktet mit Luftigkeit, Komfort und Flexibilität. Die Farbpalette reicht von gedeckten Naturfarben, bis zu soften Pastelltönen und sommerlichen Flowerprints. Sportliche Akzente setzt der aktuelle Trekking-Look bei Sandalen und sommerlichen Sneakern.

Modisch und entspannt

Auch die Herren sind bestens für die warme Jahreszeit gerüstet – ein unverzichtbarer Begleiter für den Modesommer 2019 sind Dianetten im modischen Design. Im Fokus stehen außerdem Sandaletten und legere City-Slipper. Lässige Schnürer zeigen einen gelungenen Stilmix aus Business- und Freizeit-Look, ideal für den trendbewussten Mann. Gedeckte Farben und ein besonderes Wohlgefühl an den Füßen machen die Schuhe zum perfekten Begleiter im Alltag.

Mehr Komfort

Mit der Frühjahr/Sommer Kollektion 2019 für Damen und Herren steht dem gelungenen Auftritt und einem angenehmen Wohlbefinden beim Laufen im Frühjahr und Sommer nichts mehr im Wege. Foto: Rieker/akz-o



Top-Wanderschuhe

Größen von 27 bis 51!
in riesiger Auswahl



zu bekannt günstigen Preisen!



Wandern macht glücklich!

Mittelstraße 49
45549 Haßlinghausen
☎ 0 23 39/57 58

Schuhmode GELLER

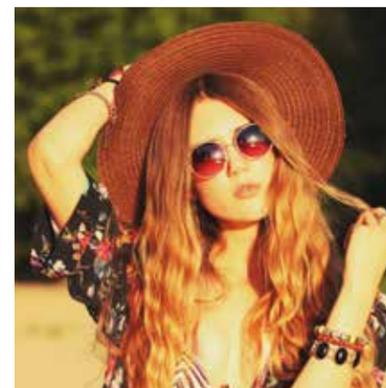
Gutenbergstraße 2
45549 Sprockhövel
☎ 0 23 24/68 67 90

Trendige Sommerhüte

Wegen der hohen Temperaturen im Sommer sollten Hüte aus einem möglichst leichten und luftdurchlässigen Material bestehen. Viele Modelle werden geflochten. Dafür kommen Bast, Stroh oder auch Papier infrage.

Welcher Sommerhut der angemessene ist, hängt vor allem vom Geschmack ab. Für Liebhaber klassischen Aussehens kommt beispielsweise ein Schlapphut im Stil der 70er infrage. Der lässt sich sehr gut mit langen gemusterten Kleidern kombinieren. Ganz klassisch und immer passend sind Sommerhüte im Fedora-Style.

Sie werden sowohl von Damen als auch von Herren gerne getragen und können mit lässiger aber auch mit eleganter Mode kombiniert werden. Hinzu kommen viele andere Hutformen, die mit verschiedenen Kopfformen, unterschiedlich breiten Krempe und dekorativen Verzierungen aufwarten. Applikationen wie Blumen und Schleifen setzen passende Schwerpunkte. Frische Farben sorgen für gute Laune und passen zur heißen Jahreszeit. Wer seine extravagante Seite zeigen möchte, kann auch zu ausgefallenen Modellen wie zum Beispiel einer Melone aus Stroh greifen.



Schließlich sollte man seine Eleganz auch im heißen Sommer beibehalten. Durch eine entsprechende Behandlung sind die leichten Sommerhüte unempfindlich gegenüber Feuchtigkeit. Das feine Flechtwerk lässt den Kopf atmen, sodass man nicht zu sehr ins Schwitzen gerät. Gleichzeitig dient die Krempe als wirkungsvoller Sonnenschutz.

hut-styler.de

Bikinifigur in Szene setzen

Der „Pareo“ ist ein Strandtuch, das in jeden Urlaubskoffer gehört, der in Richtung (Meer-) Wasser adressiert ist. Gerade Frauen mit ein paar Pölsterchen können die Bikinifigur perfekt in Szene setzen. Beim Gang zur Strandbar wirkt der Badeanzug mit Wickelrock sofort passend angezogen. Und als extravagantes Oberteil oder Kurzkleid sorgt das bunte Stoffstück erst recht für Aufsehen.

Variantenreich wickeln oder binden

Ein Pareo lässt sich variantenreich wickeln oder binden. Der klassische lange Rock verwandelt sich mit doppelt gelegtem Stoff in einen Minirock. Dabei lässt sich das Tuch seitlich oder mittig kneten. Das schlichte Bustierkleid ist vor allem am Strand beliebt. Dafür wird der Stoff unter den Schulterblättern angelegt und um den Oberkörper gewickelt und die Enden kurz über der Brust mit einer Schleife gebunden. Originell sieht ein „Neckholderkleid“ aus: Stoff hinter dem Körper halten, die oberen Enden unter den Armen nach vorne führen, vor der Brust überkreuzen, weiter in den Nacken legen und hinten zusammenbinden. Für ein rückenfreies Top wird der Pareo zum Dreieck gefaltet. Das ist mit der breiteren Seite nach unten vor die Brust zu legen. Die unteren Ecken sind hinten im Rücken zusammenzubinden. Nun werden die Ecken des verbleibenden vorderen Dreiecks auseinandergezogen, nach oben hinter den Hals geführt und im Nacken verknötet.

hamamtuch.de



Minigolfanlage Herbede wird Austragungsort der DM

Premiere in Herbede: drei Monate, nachdem die neuen Pächter Uwe Kersch und Marita Keuth den Minigolfplatz nahe dem Südufer des Kemnader Sees übernommen und renoviert haben, richtet der Miniatur-Golf-Club AS Witten (MGC) auf seiner Heimanlage die diesjährige Deutsche Meisterschaft aus. Der bereits 1963 als „Miniatur-Golf-Club AS Heven“ gegründete Verein spielte zu Anfang auf einer Miniaturgolfanlage im Ardey. Nachdem das Grundstück 1977 zu Bauland wurde, konnte der Spielbetrieb erst 1981 auf der Minigolfanlage in Bommern fortgesetzt werden. Um auch den Anforderungen einer Wettkampfanlage zu genügen, folgte 1996 der Wechsel zur damals neu erbauten Minigolfanlage des Freizeittreffs Herbede. Zwei Jahre später richtete der MGC dann die Westdeutsche Meisterschaft für Senioren an der Zeche-Holland-Straße 6 aus.



Rolf Lenk und Reinhold Damann vom MGC Foto: dx

DM als „Kombi Deutschland“
Deutsche Meisterschaften werden entweder getrennt auf einer „großen“ oder „kleinen“ Bahn ausgerichtet oder, wie jetzt vom 3. bis zum 6. Juli in Herbede, als „Kombi Deutschland“ auf beiden Bahnen. „Wir werden die DM mit 120 Teilnehmern aus allen Landesverbänden starten. Nach drei Tagen ist der erste Cut und die Hälfte der Starter muss ausscheiden. An den folgenden beiden Tagen reduziert sich das Starterfeld nochmals um jeweils die Hälfte. Am Samstag, dem 6. Juli, findet dann das Finale statt“, erklärt Rolf Lenk (80) vom ausrichtenden MGC den geplanten Ablauf der DM. Optimal wären 18 Schläge für eine Runde, der Rekord steht – noch – bei 20 Schlägen. „Die Anlage ist sehr fair. Ich wünsche mir aber ordentlich Wind, damit die Spieler was zu tun haben“, freut sich auch Vereinskamerad Reinhold Damann (65) auf die Großveranstaltung des deutschen Minigolf-Sports.



Fotoquelle Google Earth



Meine letzte Zigarette

Foto: © Ingridimage

Mit dem Rauchen aufzuhören ist schwer genug, denn es steckt ja eine Sucht dahinter. Aber wie lange dauert es denn, bis ich auch körperlich spüre, das mir das Nichtrauchen guttut und sich mein Körper regeneriert?

Wann hat mein Körper mir die letzte Zigarette verziehen?

Jede einzige Zigarette nimmt der Körper übel. Auch Gelegenheitsrauchern haben ein stark erhöhtes Risiko auf Herz-Kreislaufkrankungen und einen Schlaganfall. Viele gehen von einer Regenerationszeit von ca. sieben Jahren aus, die Amerikanische Krebsgesellschaft weiß es genauer. Bereits 20 Minuten nach der letzten Zigarette normalisieren sich Blutdruck und Herzfrequenz. Innerhalb acht Stunden geht die Kohlenmonoxidbelastung (durch Nikotin zugefügt) im Blut zurück. Bereits nach 24 Stunden hat sich die Gefahr auf einen Herzanfall deutlich verringert.

Alles schmeckt besser nach der letzten Zigarette

Geschmacks- und Geruchssinn verschlechtern sich durch das Rauchen. Das normalisiert sich schon nach zwei Tagen. Sie werden also spätestens am dritten, vierten Tag wieder schmecken, wie lecker so manches ist.

Zwei bis drei Monate nach dem letzten Zug

Die Lunge hat sich etwas erholt. Das bemerkt man beim Sport (längeren Atem statt Kurzatmigkeit), Wandern oder Freizeitaktivitäten. Innerhalb der kommenden Wochen gehen auch Hustenanfälle zurück. Die Nebenhöhlen können freier sein als während der Raucherkarriere und man fühlt sich weniger schlapp. Die Amerikanische Krebsgesellschaft schreibt, dass nun „winzige haarähnliche Strukturen, die den Schleim aus der Lunge transportieren sollen (genannt: Zilien), ihre Funktion wieder aufnehmen“. Die Folge: eine sauberere Lunge und eine verringerte Gefahr auf Entzündungen.

Fünf Jahre nach der letzten Zigarette

Nach einem Jahr ohne Zigaretten sind Sie nur noch halb so gefährdet, eine koronare Herzkrankheit zu bekommen, wie Sie es als Raucher waren. Nach fünf Jahren hat sich auch die Gefahr auf einen Schlaganfall um die Hälfte reduziert. Neben der verringerten Gefahr auf lebensbedrohende Erkrankungen verbessert sich auch das Hautbild. Auch interessant: So schädlich ist schon EINE Zigarette pro Tag, wenn Sie das Rauchen sein lassen.

10 Jahre nach der letzten Zigarette

hat sich die Gefahr auf Lungenkrebs halbiert. Genauso verhält es sich mit der Gefahr auf eine Krebsentwicklung in Luft- und Speiseröhre, Nieren, Bauchspeicheldrüse und im Mundraum. **Nach 15 Jahren** sind Sie körperlich so aufgestellt wie vor Ihrer ersten Zigarette. Das heißt: Sie sind nicht mehr (oder weniger) gefährdet, an einem Herzinfarkt, Schlaganfall oder einer Krebsart zu erkranken, beziehungsweise zu sterben, als jemand, der noch nie geraucht hat.

Bleiben Sie bei Stimme !-?

Rund ein Drittel der Arbeitnehmer in Industrienationen ist in Berufen tätig, in denen sie viel sprechen müssen. Die Anforderungen an die Stimme sind nicht in allen Sprechberufen gleich. Bei Sänger/innen oder Schauspieler/innen z.B. ist eine hohe Qualität des Stimmklanges gefragt. Bei Lehrer/innen, Erzieher/innen und Call-Center-Agenten oder Managern ist eine gute stimmliche Belastbarkeit und Ausdauer vonnöten. Dennoch sind auch hier eine klangvolle und wohlklingende Stimme wichtig, um ihre jeweiligen Zuhörer effektiv und nachhaltig zu erreichen. Doch häufig bleibt die Stimme nach längerem Gebrauch nicht mehr so fit. Nicht selten klagen „Vielsprecher/innen“ dann über Symptome wie Trockenheitsempfinden im Hals oder vermehrtes Räuspern, verminderte stimmliche Belastbarkeit und Heiserkeit oder mangelnde Stimmkraft. Hier kann prophylaktisch oder akut ein professionelles Stimmtraining sehr hilfreich sein.

Die Logopädin und Stimmtrainerin Silvia Grünitz berichtet: „Zu allererst ist es wichtig für jede/n Sprecher, stimmliche Risikofaktoren zu erkennen und Warnsignale ernst zu nehmen.“ Neben der Sprechtechnik könnten sich auch Raumakustik oder –luft, Stress und Körperhaltung ungünstig auf die Stimme auswirken. Hintergrundgeräusche z.B. in einem Klassenzimmer oder der Kita, ebenso auch in einem Großraumbüro oder auf einer Baustelle führen fast automatisch dazu, dass viele Menschen viel zu laut, zu hoch, zu schnell oder zu viel auf einmal sprechen.

Logopädie & Stimme

Silvia Grünitz

30 Jahre
Berufserfahrung

- Individuelles Stimmcoaching (Einzel / Gruppen)
- logopädische Therapie

Bodenborn 68 • 58452 Witten
Telefon 02302 1782747
www.logopaedie-und-stimme.de

P kostenlose Parkplätze
direkt vor der Praxis

Gezielte Übungen für den Berufsalltag, manchmal auch unterstützt durch manuelle Techniken für die Lockerung des Kehlkopfes, kommen nach vorheriger Ermittlung der jeweiligen persönlichen Bedürfnisse zum Einsatz. Das Ergebnis des Stimmtrainings ist häufig mehr als eine stimmliche Entlastung. „Ein verbesserter stimmlicher Ausdruck könnte dazu führen, dass Ihre Schüler besser aufpassen als zuvor oder dass Sie im Geschäftsmeeting eine größere Aufmerksamkeit erhalten. Jede/r kann lernen, die Stimme als berufliches Werkzeug optimal einzusetzen“, erläutert Silvia Grünitz abschließend. Interessierte und Ratsuchende sind eingeladen, sich jederzeit telefonisch bei der Stimmtrainerin in ihrer Praxis im Herzen von Witten-Bommern zu melden.

www.kamk.de

Image Magazine

für Witten, Sprackhövel und Hattingen

Ihr Image-Vertriebsteam:

Was können wir für Sie tun?

Monika Kathagen
Telefon: 023 02-98 38 98-3
E-Mail: mk@image-witten.de

Jessica Meckler
Telefon: 023 02-98 38 98-7
E-Mail: jm@image-witten.de

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Wasserbank 9 • 58456 Witten
www.image-witten.de

Image

Nächster Erscheinungstermin:

Donnerstag, 1.8.2019

Anzeigenschluss: Freitag, 19.7.2019

Laboratorium bauhaus

„Es ist wichtig, die Kreativität des Individuums mit der praktischen Arbeit der Welt zu vereinen.“
Walter Gropius

AUSSTELLUNG IM STADTMUSEUM HATTINGEN

vom 29. Juni bis zum 8. September 2019

Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1 – 3, Hattingen-Blankenstein

Öffnungszeiten: Mittwoch bis Freitag 16 bis 18 Uhr
Samstag und Sonntag 11 bis 18 Uhr

Begleitprogramm zur Ausstellung

Experimentieren in der „Offenen BauhausWerkstatt“

Die Bauhaus-Lehre ermöglichte den Studierenden Techniken zu erforschen und in neue ästhetische Zusammenhänge zu bringen. So wurden sie immer wieder aufgefordert, bestehendes Material zu verändern und kreativ einzusetzen.

Im Rahmen des Ausstellungsbesuches haben die Gäste die Möglichkeit, etwas **Werkstattluft à la Bauhaus** zu schnuppern und mit unterschiedlichen Materialien zu experimentieren.

Angeleitete WerkstattAktionen:

- So., 14. Juli, 15 – 17 Uhr **PapierGestalten**
 - Sa., 3. August 11 – 14 Uhr **gewebte Farbspiele**
 - So., 4. August, 15 – 17 Uhr **Drucken und Stempeln**
 - Sa., 10. August, 11 – 14 Uhr **Farb- und Formexperimente**
 - So., 11. August, 15 – 17 Uhr **Draht und Drahtgeflechte**
- Alle Angebote sind kostenfrei!

Mehrtägige Workshops:

- Mo., 5. – 9. August, 10 – 14 Uhr **Create your own style** für Jugendliche von 10 bis 14 Jahren, im Rahmen des NRW Förderprogramms Kulturrucksack, Teilnahme kostenfrei!

In Planung: **Einführung in die GlasKunst** – Schauen und Mitmachen – Udo Unterrieser, Glaskünstler

Vorträge:

- So., 11. August, 19 Uhr **Frauen am Bauhaus**
Dr. Donatella Chiancone-Schneider, Kunsthistorikerin – in Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsstelle der Stadt Hattingen. Im Anschluss findet ein Gedankenaustausch im Museumscafé statt, Eintritt: 4 €.

In Planung: **Bauen im Westen** – Dr. Thorsten Scheer

HATTINGEN

UM UNTERRICHT – ES GING JA NICHT ALLEN

Laboratorium bauhaus

29. Juni – 8. September 2019
Stadtmuseum Hattingen,
Marktplatz 1-3

GESPRÄCHE, DISKUSSIONEN, AUSTAUSCH.

TERMINE

So., 25.8., 14 – 18 Uhr

Museumsfest

Die Bauhausfeste waren legendär – ein Zeugnis der Lebensfreude und Schaukasten für die experimentellen, künstlerischen Arbeiten der Bauhäusler nach außen.

Wir greifen die Idee auf und laden ein zum Museumsfest mit Musik, kreativen Mitmachaktionen, Essen & Trinken und vielem mehr!

„Bunt ist meine Lieblingsfarbe.“
Walter Gropius



Risiko Hautkrebs - doch warum wollen alle braun werden?

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

Ärzte schlagen schon lange Alarm. In der Sonne braten ist schädlich für die Haut und erhöht das Risiko, an Hautkrebs zu erkranken. Doch braun werden wollen trotzdem alle. Warum eigentlich? „Weil wir in einer braunen Haut ein Zeichen von Vitalität und Gesundheit sehen, von Lebensfreude und das mit positiven Gedanken verbinden. Sonne in Maßen regt den Blutkreislauf an, lässt Vitamin D entstehen und verringert die Anfälligkeit von Infektionen. Ein Zuviel hingegen lässt die Haut altern, verursacht Sonnenbrand, fördert die Degeneration des Bindegewebes und kann zu Hautkrebs führen. Braune Haut bedeutet: Der Körper hat seinen Eigenschutz mobilisiert, hat die Hornhaut verdickt, damit sie das nicht violette Licht besser absorbiert, und hat die horizontalen Blutgefäße erweitert, damit auch sie Licht schlucken und so die Gefahr vermindern. Zugleich steigt das Melanin, ein Hautpigment, hilfreich aus tieferen Gewe-

Schönheitsideal braun oder blass?

Ausschlaggebend für unsere Hautfarbe ist der Melanin-Anteil. Dieser ist genetisch bedingt, die Pigmentierung kann aber zum Beispiel durch Sonneneinstrahlung verstärkt werden. Verantwortlich für die Pigmentbildung sind Melanozyten genannte Hautzellen. Die daraus resultierende Bräune dient als Eigenschutz vor der UV-Strahlung. Der Wunsch nach Bräune ist groß. Leute reiben sich mit Öl ein, verzichten auf Sonnenschutz, legen sich in die pralle Mittagssonne oder nehmen bräunungsintensivierende Medikamente ein – alles für den Teint: Sogenannte Tan Lines, also hellere Abdrücke auf der Haut von Bikini oder Badeanzug, werden stolz auf Social Media gepostet, um die neu gewonnene Bräune zu feiern. Demgegenüber gibt es in Asien und Afrika das Ideal der blassen Haut: Frauen tragen Schirme, Sonnenhüte oder greifen auf teilweise gefährliche Bleichmittel zurück, um ihre Haut aufzuhellen. Früher galt auch bei uns blasser Haut als nobel und war ein Symbol der gehobenen Gesellschaft. Denn nur arme Leute arbeiteten draußen auf dem Feld in der Sonne und hatten deswegen einen viel dunkleren Teint.

beschichten empord. Dieser natürliche Schutz wirkt verschieden lange und hängt ab vom Einfallswinkel der Sonnenstrahlen, von der Jahreszeit, von der Reinheit der Luft, der Höhe über dem Meeresspiegel und von der Pigmentierung von Auge, Haar und Haut. Dunkeläugige sind am besten geschützt, Hellhäutige weitaus gefährdeter, und am meisten müssen sich blauäugige Hellhaarige hüten. Höchste Sonnenbrandgefahr herrscht bei Nebel und Kälte im Hochgebirge; denn der Nebel verstärkt das UV-Licht 170fach, indem es reflektiert wird. Am gefährlichsten ist freilich der Sonnengrill im Hochgebirge, für den der Mitteleuropäer von Natur aus nicht ausgerüstet ist. Ob man es hören will oder nicht: Eine echte Bräunung der Haut führt immer zu einer Zellzerstörung“, erklärt Dr. Willi Martmöller. Schönheitsideal braune Haut: wer braun ist, muss sich nicht fragen lassen, ob er krank ist.

„Das war nicht immer so. Es gab auch Zeiten, in denen die vornehme Blässe gefragt war und ein Schönheitsideal darstellte. War übrigens auch nicht gesund, wenn man den Aufenthalt in der Sonne komplett mied – siehe Vitamin D. Der Hype um die Bräune jedenfalls ist aus ärztlicher Sicht nicht nachvollziehbar – auch nicht mit Sonnenschutz.“

anja
◆ Serienteil verpasst? Lesen Sie online: www.image-witten.de oder www.martmoeller.de



Urlaubszeit leider auch Einbruchszeit

Die schönste Zeit des Jahres steht bevor: Urlaub. Tapetenwechsel, endlich mal richtig ausspannen und die Seele baumeln lassen. Wer nicht in Urlaub fährt, sind Einbrecher. Damit sie nicht Ihre wohlverdiente Auszeit ausnutzen und zu Hause Ihre Wohnung ausräumen, können schon ein paar Tipps helfen, sich vor unliebsamen Überraschungen zu schützen:

Der Unterschied fällt auf

Egal ob Sie für ein paar Stunden oder mehrere Tage abwesend sind, nichts an Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus sollte auf den ersten Blick darauf schließen lassen, dass niemand zu Hause ist. Vermeiden Sie daher einen überquellenden Briefkasten, am Tage heruntergelassene Rolläden und dunkle Zimmer am Abend.

Den Nachbarn einbinden

Auch die Nachbarn können Ihnen helfen: informieren Sie die Mitmenschen Ihres Vertrauens über Ihre Abwesenheit, damit sie auffällige Personen besser einordnen und ggf. ansprechen können. Bitten Sie einen Nachbarn, den Briefkasten täglich zu leeren - Ihre Tageszeitung sollten Sie für die Dauer des Urlaubs abbestellen. Sofern Sie nicht schon elektrische Rollädenheber nutzen – sind Ihre Nachbarn wohl auch bereit, Ihre Rolläden zu den üblichen Zeiten hoch- oder herunterzulassen. Wenn die Nachbarn in Urlaub fahren, können Sie sich entsprechend revanchieren. Sollte kein hilfsbereiter Nachbar zur Verfügung stehen, wäre die kostenträchtigere Variante, entsprechende Sicherheitsfirmen zu beauftragen, nach dem Rechten zu sehen.

Einfache Technik hilft, Anwesenheit zu simulieren

Handelsübliche Zeitschaltuhren können helfen, verschiedene Lampen im Haus zu unterschiedlichen Zeiten ein- und ausschalten. Zudem gibt es kleine Geräte zu kaufen, die das Flimmern eines Fernsehers simulieren und somit die Anwesenheit der Bewohner vortäuschen. Eingebaute Sicherheitskameras ermöglichen Ihnen sogar, vom Urlaubsort aus ihr Zuhause im Blick zu behalten. Entlasten Sie nebenbei auch die Umwelt und ziehen dazu den Stecker von Geräten, die nicht betriebsbereit gehalten werden müssen, um Strom zu sparen.

Fenster und Türen verstärken

Geradezu eine willkommene Einladung zu einem jedoch unwillkommenen Besuch stellen auf „Kipp“ gestellte Fenster für Kriminelle dar. Bevorzugt werden auch nicht gut einzusehende Terrassen- und Balkontüren ohne verstärkte Schließbleche und Schlösser innerhalb we-

niger Sekunden mit einem einfachen Schraubendreher geöffnet. Also heißt der Rat, Fenster bei Abwesenheit immer schließen und Türen und Fenster durch einbruchhemmende Schlösser mit Mehrfachverriegelung und abschließbaren Fenstergriffen verstärken. Für den Einbau sollte der Fachmann ran.

Den Auf- und Einstieg erschweren

Damit Einbrecher möglichst gar nicht erst auf Ihren Balkon gelangen, sollten Sie alle Gartenmöbel und Mülltonnen wegschieben, da diese gerne als Aufstiegshilfe genutzt werden. An Haustüren setzen Langfinger übrigens nur selten ihr Werkzeug an, weil Haustüren meist im Blick der Öffentlichkeit liegen. Zweitschlüssel für den Notfall gehören natürlich nicht unter die Hausmatte oder in den Blumenkasten – diese Verstecke kennen auch Verbrecher.

Bargeld und Schmuck sicher aufbewahren

Einbrecher suchen bevorzugt Bargeld und Dinge, die sich schnell zu Geld machen lassen. Schmuck und Wertsachen gehören daher nicht in die Kommode oder unter die Matratze – Einbrecher kennen auch diese Verstecke. Seien Sie kreativ und finden Sie unauffällige Verstecke in ihrem Haus. Noch besser sind Haustresore, die fest mit dem Boden verbunden werden oder ein Schließfach bei der Bank. Für den Fall der Fälle ist es hilfreich, wenn Sie Ihre Wertsachen vor Ihrer Urlaubsreise auflisten und durch Fotos dokumentieren, damit Sie bei Polizei und Versicherung im Schadensfall einen Nachweis in Händen haben.

Hängen Sie Ihren Urlaub nicht an die große Glocke

Einbrecher, nicht selten bandenmäßig organisiert, sind meist auf der Höhe der Technik. Sie verwenden Recherche-Tools in allen sozialen Netzwerken, um zu erfahren, wer sich wann und wie lange erholt. Bleiben Sie also diskret, verabschieden Sie sich nicht mit „Bis in zwei Wochen“ und veröffentlichen Sie Ihre Urlaubsfotos erst nach Ihrer Rückkehr! Verwenden Sie zudem keine gut sichtbaren Kofferanhänger mit Ihrer Adresse. Ein „Klick“ mit dem Foto-Handy und Ihre Adresse gelangt in falsche Hände und wird Sekundenbruchteile später in die Heimat gesendet.



Fotos: Adobe Stock

**tischlerei
fischer**

Reagieren Sie jetzt: **Sichern Sie Ihre Türen und Fenster**

- Sicherheitsbeschläge und Schlösser inkl. fachgerechter Montage
- Haus- und Zimmertüren
- Fenster und Rolläden
- Einbauschränke, Möbelbau u. -reparaturen

– Eigene Ausstellung –

Meesmannstr. 48 – 50 · 58456 Witten-Herbede
 ☎ 0 23 02/7 34 21 · www.moebel-fischer.de

Tischlermeister Michael Böhm

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!

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

zertifiziert nach DIN EN 16763

NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich

für Privat und Gewerbe

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

- Einbruchschutzfolie
- Splitterschutzfolie
- Sonnenschutzfolie

- Sichtschutzfolie
- UV-Schutzfolien für Fenster u. v. m.

DITMAR

Vertrieb und Montage von Glasbeschichtungsfolien

Märkische Straße 200
 42281 Wuppertal
 Tel. 02 02/52 40 55
www.dittmar-ek.de



Jeden Donnerstag ab 16.30 Uhr Kochwerk Café Treff^o
In unserem Kochwerk bleibt kein Magen leer! Teilnahme kostenlos. Ihr zaubert gemeinsam mit dem Treff^o-Team etwas Leckerer und lernt dadurch unterschiedliche Gerichte und deren Zubereitung kennen. Dabei schaut ihr kulinarisch auch über den Tellerrand und kocht Speisen aus anderen Ländern. Für Jugendliche ab 13 Jahren. WERK^oSTADT, Café Treff^o, Mannesmannstraße 6, Witten.



Sa. 29.6. + So. 30.6. 10 – 17 Uhr
Dortmunder Antik- und Sammlermarkt
Halle 6

Fr. 12.7. + Sa. 13.7. 20 Uhr
Udo Lindenberg
Westfalenhalle

Sa. 24.8.+So. 25.8. 10 – 17 Uhr
Dortmunder Antik- und Sammlermarkt
Westfalenhallen, Halle 6

Mi. 28.8. 20 Uhr
Sascha Grammel
Westfalenhallen, Halle 2



Do. 27.6 bis zum Di. 2.7.
Auch bei Auswärtigen hat sich die Gevelsberger Kirmes mit ihrer Atmosphäre und den vielfältigen und oft spektakulären Angeboten einen Namen gemacht. Gevelsberger Innenstadt. Infos: Tel. 02332 771139, www.gevelsberg.de

Sa. 29.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Sabowski
Die Bochumer Kult-Band erfreut euch mit Rock-Klassikern und exzellenten Musikern. Tanzen ist angesagt. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62.

Sa. 29.6. 22 Uhr
80er Party
Die Kult-Party mit Kult-Hits. Discoarea. Auf in die wilden 80er Jahre. Im Rausch von „Don't stop Believin“ und kultigem Mainstream der 80er mit Depeche Mode, Michael Jackson, U2, The Cure, B-Movie, Simple Minds, Bryan Adams, Madonna und vielen mehr wird die Nacht zum Tag gemacht. WERK^oSTADT, Mannesmannstraße 6, Witten.

Sa. 29.6. 19.30 Premiere
Mo. 1.7./Di. 2.7./ Do. 4.7./ Sa. 6.7./ Di. 9.7. /Mi. 10.7./ Fr. 12.7.

Marat/Sade
Der Revolutionär Marat und der Marquis de Sade treffen in einer Anstalt aufeinander... Nach Peter Weiss. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Sa. 29.6. 19.30 Uhr
Martin Sonneborn
Krawall und Satire. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Sa. 29.6. 18 Uhr/
So. 30.6./So. 2.7. 11 Uhr
Everyone – Ein Haus in Aufruhr
Von großen Emotionen und kleinen Katastrophen: Alles, was zum Zusammenleben dazu gehört, kommt auf die Bühne, sogar eine Teeparty mit Tante Inge. Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.



Sa. 29.6. 20 Uhr
DER Poetry Slam
Sprechstunde – Mit Markim Pause. Café Treff^o. Ein Mikrofon, eine Bühne, sechs Minuten Zeit, eine Publikumsjury – das ist die Sprechstunde im Café Treff^o mit unserem Slam-Host und Doktor der gepflegten Poeterey Markim Pause. Mitmachen kann jeder, der sich mit seinen eigenen Texten auf die Bühne traut. WERK^oSTADT, Mannesmannstraße 6, Witten.

So. 30.6. 17 Uhr
Hamlet
von William Shakespeare. Wir wissen, wer wir sind, aber nicht, was aus uns werden kann. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

So. 30.6. 17 – 18.45 Uhr
Der Hamiltonkomplex
Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

So. 30.6. 16 Uhr – Eintritt frei
„Stadt – Land – Fluss“
Kaffeekonzert mit dem Kammerorchester der Musikschule Hattingen (Leitung Christiane Büscher) und dem Pavillon-Orchester Hattingen (Leitung Dorothea Wied.) Ev. Gemeindezentrum Holthausen, Dorfstr.9, Hattingen.

So. 30.6. 11 – 18 Uhr
Radtour
am Wesel-Datteln-Kanal entlang. Vom Schiffshebewerk zur Schleuse Flaesheim und zur Lippe-Fähre in Haltern (36 km). LWL-Industriemuseum Schiffshebewerk Henrichenburg, Am Hebewerk 26, Waltrup, Telefon 02363 9707-0.

So. 30.6. 11.30 Uhr
Ausreden – Zuhören!
Politische Debatten mit Sonia Seymour Mikich. Thema: Die Provinz – Chance oder Chancenlosigkeit. Foyer Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

So. 30.6. 14.30 Uhr
Zeche Eimerweise
Offene Themenführung zu den Kleinzechen im südlichen Ruhrgebiet. LWL-In-

dustriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

Fr. 28.6. 18 Uhr + So. 30.6. 15 Uhr F.A.M.E. + #Dre@m_Island
F.A.M.E.: Alle wären gerne fame. Weil es sich geil anfühlt und man in Limousinen fahren kann. Oder? Wir fragen Stars, blicken ins Fernsehen und tief in unsere Träume. Live und in Farbe. Leitung: Jana Eiting. #DRE@M_ISLAND: Jung, gefrustet und auf der Suche nach dem Abenteuer – so landet eine Gruppe Teens auf #dre@m_island. Hier müssen sie sich ihren größten Ängsten stellen und können nur gemeinsam überleben. Werden sie das schaffen? Leitung: Harun Raşit Çiftçi. Die beiden Produktionen werden direkt hintereinander gezeigt. #dre@m_island ist am 01.07.19 um 11 auch als Einzelvorstellung zu sehen. Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.

So. 30.6. 11 – 16 Uhr
Dröppel-Tour
Unterwegs zwischen Unterwelt und Kaffeetafel. „Koffiedrenken mit allem dröm on dran“. Kluterthöhle, Busfahrt durch das Heilenbecker Tal, Rundgang durch den Martfeldpark, im Hotel Fritz am Brunnen eine original bergische Kaffeetafel. Leistungen: Reiseleitung, Busfahrt, Besuch und Führung durch die Kluterthöhle, bergische Kaffeetafel. Anmeldungen: EN-Agentur Tel: 02324/5648 19.

Mo. 1.7. 18 Uhr – Eintritt frei
Umsonst & draussen
Das Consortium und die EXBIRDS. Zwei Bochumer Bands im Biergarten von Haus Oveney. Ein musikalisch sehr umfangreicher Abend. Haus Oveney, Oveneystr. 65, Bochum, Tel. 0234 / 799 888.

Mo. 1.7. 20 Uhr – Eintritt frei
Wittener Blues-Session
Treffpunkt für Blues-Musiker und -Musikerinnen, die Lust haben, in völlig neuen Konstellationen zusammenspielen. Der Opener erhält eine halbe Stunde Gelegenheit, sich vorzustellen. Und natürlich sind auch „Nichtmusiker“ als Zuhörer herzlich willkommen. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Mo. 1.7. 19.30 – 21.30 Uhr
Penthesilea
Die Szene ist ein Schlachtfeld. Zwei Krieger und Liebende treffen aufeinander, nach Heinrich von Kleist. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Di. 2.7. 14 Uhr – Eintritt frei
Medien u. Migrationsgeschichte für Kids
Ideen- und Materialbörse Zielgruppe sind Interessierte, die im Haupt- oder Ehrenamt als Erzieher/innen, Lehrer/innen der Grundschule, Lesementorinnen, Sprachlehrer/innen, sowie Eltern, die anhand von Büchern und weiteren Medien, Kindern die Welt erschließen möchten und dafür neue Impulse suchen. Kooperation mit der Kindergartenfachberatung in den Kirchenkreisen Hattingen-Witten, Schwelm und Hagen und der Ev. Erwachsenenbildung EN-Ruhr. Stadtmuseum (Veranstaltungsraum), Marktplatz 1-3, Hattingen-Blankenstein. Tel.: (02324) 204-3511, -3512, -3513.

Di. 2.7./Mi. 10.7. 19.30–21.15 Uhr
Unterwerfung
Michel Houellebecqs provokanter Bestseller über eine muslimische geprägte Gesellschaft in Frankreich als Theaterstück. Schauspielhaus, Königsallee 15, BO.

Di. 2.7. 17 Uhr – Eintritt frei
Anja Minhorst: „Zero waste“



Im letzten Jahr wurden etwa 220 kg Plastikmüll pro Einwohner verursacht. Vor allem Lebensmittel, aber auch andere Alltagsprodukte wie Kosmetika sind häufig in Plastik verpackt. Anja Minhorst, Inhaberin des „natürlich unverpackt“-Ladens in Münster, gibt in ihrem interaktiven Vortrag Einkaufs- und Haushaltstipps, die den Müllberg schrumpfen lassen. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, Hattingen.

Di. 2.7. 19 – 21 Uhr – Eintritt frei
Treffen Tauschring HAT
Treffen um Dinge und Dienstleistungen zu tauschen. Gerne begrüßen wir auch Interessierte und Besucher. Ansprechpartnerin ist Beate Langner. Zu erreichen unter tauschring-hattingen@web.de. Bürgercafé im Holschentor, Talstraße 8, Hattingen.

Di. 2.7. 18.30 Uhr
Tanzworkshop & offene Tanzparty im Treff^o
Studierende der UWH bitten zum Tanz. Der Workshop mit monatlich wechselndem Stil (Cha-Cha-Cha, Discofox, Walzer o.ä.) ist offen für alle und auch für Einsteiger geeignet. Doch auch Fortgeschrittene werden sich nicht langweilen, da immer neue Figuren und Styles unterrichtet werden. Im Anschluss beginnt um 20.30 die offene Tanzparty, bei der auf Wunsch auch andere Stile als im Workshop gespielt werden. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten.

Mi. 3.7. 20 Uhr
Christian Ehring

Kommt mit seinem Soloprogramm „Keine weiteren Fragen“. Das Programm ist ein hochaktueller und sehr persönlicher Kommentar zur Lage der Nation; hintergründig, schwarzhumorig und perfide politisch. Und darum geht's: Der Sohn will ins Ausland, auf einmal ist Platz im Haus, da meldet sich das soziale Gewissen:

Wäre das nicht die Gelegenheit, endlich mal etwas Sinnvolles zu tun und einen Flüchtling aufzunehmen? Es entwickelt sich ein assoziativer Monolog über Politik, Moral und Verantwortung, komisch und ernst, authentisch und verlogen. Bitte lachen Sie vorsichtig. WERK^oSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten.

Mi. 3.7. 20 Uhr – Eintritt frei
Mitmach-Spaß-Orchester
Anfänger und Fortgeschrittene musizieren gemeinsam im „Spaß-Orchester“. Es werden keine musikalischen Kenntnisse oder Fähigkeiten vorausgesetzt. Alltagsinstrumente wie Plastiktüten, Schuhgertel, Händeklatschen ergänzen das vorhandene Instrumentarium. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62.

Mi. 3.7./Do. 11.7. 19 – 22.15 Uhr
Die Jüdin von Toledo
Eine packende Intrige von religiöser Zerrissenheit, Verrat und Ehrgeiz frei nach dem berühmten Roman von Lion Feuchtwanger. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Di. 4.7./20.6./ 9.7./12.7.***, *19.30–22.30 Uhr, **19–22 Uhr

O, Augenblick
Ein Liederabend über 100 Jahre Theater in Bochum. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Do. 4.7. 20 Uhr – Eintritt frei
Katee Cross



Ein aufstrebendes Talent aus der Nähe von Glasgow. Katee Cross, jung, fleißig und ehrgeizig. Hochgelobt von allen Seiten. Ihre einzigartige Mischung aus zeitgenössischem Songwriting mit hörbarer Verneigung vor den großen Vorbildern aus dem Bereich der traditionellen Country Musik und einer angenehmen, wunderschönen Stimme. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62.

Do. 4.7. 19 Uhr – Eintritt frei
Kamingespräch
Organspende und Transplantationsmedizin. Ev. Gemeindezentrum, Augustastr. 9, Hattingen. Tel.: (02324) 204-3511, -3512.

Fr. 5.7. 19.30 – 21.30 Uhr
Iphigenie
Regisseur Dušan David Pařízek verbindet Euripides „Iphigenie in Aulis“ und Elfriede Jelineks „Ein Sportstück“ zu einem politischen Gesellschaftsdrama. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Fr. 5.7. 14 – 22 Uhr – Eintritt frei
Summer Sound Schwelm
vor historischer Kulisse des Hauses Martfeld, unter dem Motto „umsonst & draußen“. Nicht nur das musikalische

Programm lädt zum Verweilen ein, sondern auch das kulinarische Angebot ist einen Besuch wert. Getränke und Speisen sind zu fairen Preisen erhältlich. Innenhof Haus Martfeld 1, Schwelm Tel. 02336 801273, www.schwelm.de.

Fr. 5.7. 18 Uhr
Transformatoren Ahoi!
Hier wird Liegelassenes zu Liegewonnenem, Gefundenes zu Gefressenem und Abgehalftertes zu Hochadligem. Professionelle Verwandler/innen geben den Dingen neue Bedeutungen! Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.

Fr. 5.7. 19 – 19.50 Uhr
2069 - Das Ende der Anderen
Science-Fiction-Theaterstück für Jugendliche und Erwachsene. Die „Anderen“, die früher oft als „Nicht-Deutsche“ angesehen wurden, sind nun in der Mehrheit. Sie versuchen eine Welt zu schaffen, die für alle lebenswert ist. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Fr. 5.7. 20 Uhr – Eintritt frei
The Substitutes



Fünf Musiker und die Sängerin aus Hagen. Musikalisch sind sie in der Blütezeit der Popmusik verhaftet. Die Songliste geht von den Beatles bis Tina Turner. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62.

Sa. 6.7. 16 Uhr – Eintritt frei
SommerRock Imberg Im Steinbruch



Seit 2013 begeistert das von Wittener Jugendlichen organisierte Open-Air-Festival mit einem spannenden Genremix: Einmal jährlich treffen hier Indie-Punks auf Rapper/innen, Songwriter/innen auf Metalheads und junge Bands aus der Region auf überregional bekannte Headliner. Diesmal mit dabei: AkzentOne (Hip-Hop), Redefined (Metal), Madlays, LYGO, Crossed Arms, 4SPURIG, Bakali und LMT. Weitere Informationen unter facebook.com/SommerrockImberg. Imberg, Am Hang 2, Witten- Annen.

Sa. 6.7. 10 – 13.30 Uhr – Eintritt frei
Bücherflohmarkt
Der „Freundeskreis der Stadtbibliothek Hattingen e.V.“ lädt zum Bücherflohmarkt ins Reschop Carré. Vor dem Eingang der Stadtbibliothek kann man für den Sommerurlaub noch zahlreiche Bücher-schnäppchen ergattern. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, Hattingen.

Sa. 6.7. – So. 8.12. 15 – 18 Uhr
Museum im Bügeleisenhaus
Das Museum hat vom 4. Mai bis 8. Dezember samstags, sonntags und an allen Feiertagen von 15 bis 18 Uhr geöffnet. Gezeigt werden u.a. die Ausstellungen „Zweimal Sperrstutz, bitte!“ zur Hattinger Kino-Geschichte sowie „Die Cahns. Eine jüdische Familie in Hattingen“. Museum im Bügeleisenhaus, Haldenplatz 1, HAT.

Sa. 6.7. 19 Uhr, **So. 7.7.** 11 Uhr, **Mo. 8.7.** 18 Uhr u. **Di. 9.7.** 11 Uhr
Ein Schluck Erde
Wer verschluckt hier eigentlich wen? Das fragt sich die Tanztheaterbande des Jungen Schauspielhauses Bochum und das ziemlich laut: es wird getanzt, gespielt und ordentlich Radau gemacht! Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.

Sa. 6.7. 20 Uhr
Pantha du Prince
Nachdem er sich im Rahmen von The Bell Laboratory den Obertönen von Glocken verschrieben hatte, widmet sich Techno-Schamane Pantha du Prince nun neuen Materialien und neuen Klangphären. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

So. 7.7. / Mo. 8.7. 20 – 21.20 Uhr
Don't worry be yoncé
Liberté, Egalité, Be Yoncé. In Form eines Tutorials wird das Publikum lernen, ein Star zu sein... Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

So. 7.7. 13 Uhr
Geologische Wanderung
(Wanderzeit ca. 4 Std.) Auf zumeist unbekanntem Pfaden geht es zu den Höhepunkten des Ennepetaler Karstes. Dabei finden sich nicht nur Quellen und Höhlen, sondern auch Steinbrüche, Aufschlüsse und sonstige geologische Highlights. Es sind 350 Höhenmeter zu überwinden, daher ist eine gute Kondition mitzubringen und festes Schuhwerk zu tragen. Geo-Park-Informationszentrum, Gasstr. 10, Haus Ennepetal. Tel. 02333 98800, www.kluterthoehle.de.

So. 7.7. 17 Uhr
Europefiction
Free Falling: Wer fängt uns auf, wenn wir fallen? Intensives Körpertheater zum Thema Schutz. Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.

So. 7.7. 15 – 17 Uhr
Kleines Sommerkonzert
Burger zum Selbstbasteln mit fleischigen und vegetarisch/veganen Zutaten. Je nach Wetter im Biergarten, bitte Vorbestellen! Haus Oveney, Oveneystr. 65, Bochum, Tel. 0234 / 799 888.

So. 7.7. 12 – 15 Uhr
Stadtrundfahrt Wetter
Die sonnätliche Stadtrundfahrt mit dem Bus beinhaltet verschiedene kurze Rund-

gänge, z. B. durch die alte Freiheit, das sehenswerte historische Rathaus und den historischen Ortskern Wengern. Zudem wird ein gemeinsamer Mittagssnack geboten. Info + Anmeldung: Tel. 02335-802092, Abfahrt-Ort: Bahnhof Alt-Wetter.

So. 7.7. 11 – 17 Uhr
Tag der offenen Tür im Industriemuseum Ennepetal
Mit Museumsführungen, Schau- und Mitmach-Gießerei und -Schmiede (bis 15 Uhr), Oldtimertreff (bis 14 Uhr) und „Museums-Café“. Industrie-Museum Ennepetal, Neustr. 53, Ennepetal.

Fr. 7.7./13.7./14.7./30.7.
Hamlet
von William Shakespeare. Wir wissen, wer wir sind, aber nicht, was aus uns werden kann. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Mo. 8.7. 20 Uhr – Eintritt frei
„Rock-Session“
Rock Session für Musiker und Gäste. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62

Di. 9.7.- Do. 11.7. 10.30 – 15 Uhr
Zeichnen und Flamenco
Sommerakademie am Kemnader See. Info und Anmeldung nur unter: Antinea: 0173 / 6 87 56 61; antinea@antinea-flamenco.com oder Cornelia Regelsberger: 0174-4 64 84 44; cornelia.regelsberger@freenet.de.

Mo. 10.7. 20 Uhr – Eintritt frei
Rock- u. Pop-Chorsingen
Unsere Hausband mit Helmut Brasse, Gerald Caspers und Thomas Lienenbröker übt mit den Gästen berühmte Songklassiker ein. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62

Do. 11.7. 20 Uhr – Eintritt frei
Kopfbau! Das Fußballquiz
Kohle, Stahl, Bier und Fußball. Nur Letzteres ist dem Ruhrgebiet geblieben. Meike, Lukas und Momo werden euch viele zum Teil knifflige Fragen zum Fußball und dem „Drumherum“ stellen. Die ihr im Team beantworten könnt. Am Ende kommt das „peinliche“ Torwandschießen. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62

Do. 11.7. ab 19.30 Uhr
Muttis Kinder
Die vielfach ausgezeichnete A-cappella-Band Muttis Kinder! Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Do. 11.7. 19.30 Uhr – Eintritt frei
Sommerliches Schülervorspiel
der Klasse Christiane Büscher. Die Schüler musizieren auf Violine, Blockflöte und Klavier. Grundschule Niederwengern, Rüggenweg 11, Hattingen.

Fr. 12.7. 19 – 21 Uhr
Burgerbüffet
Burger zum Selbstbasteln mit fleischigen und vegetarisch/veganen Zutaten. Je nach Wetter im Biergarten, bitte Vorbestellen! Haus Oveney, Oveneystr. 65, Bochum, Tel. 0234 / 799 888.

Fr. 12.7. 20 Uhr – Eintritt frei
Unknown Blues Band
Sie widmet sich überwiegend bekannten

TERMINE

Blues-Klassikern z.B. von Willie Dixon oder Muddy Waters. Sie hat aber auch einen deutlichen Bezug zum Ruhrgebiet. Was sich in einem eigenen Song namens „Kohlenpott-Boogie“ ausdrückt.



Die Band ist immer in Bewegung, hat oft musikalische Gäste dabei und man darf gespannt sein, was diesmal alles passieren wird. Maschinchen Bunes, 58452 Witten, Ardeystraße 62.

Fr. 12.7. + Fr. 26.7.

So. 14.7. + So. 21.7. + So. 28.7.

Schienenbusfahrten

mit dem historischen Schienenbus geht es von Hagen über Wengern-Ost, Witten Hbf. nach Hattingen. Infos: Tel. 0208 309983010, www.ruhrbahn.de.

Sa. 13.7. 12 – 18 Uhr – Eintritt frei

Wiesenviertelfest



Das Wiesenviertel, Wittens kreatives Zentrum, feiert einen Tag lang und verzauert Witten mit Musik und Kunst, Essen und Trinken, schönen Dingen und vielen Mitmach-Aktionen. Auch die WERK*STADT ist beim Wiesenviertelfest wieder mit dabei. Sie stellt den Tauschwagen Sam auf, sodass vor Ort brauchbare Dinge getauscht werden können, und organisiert von 12 bis 18 Uhr ein kostenloses Kinderprogramm mit Kreativangeboten und Kinderschminken.



Sa. 13.7. 22 Uhr

Wiesenviertel Aftershow-Party

Es wird weitergefeiert. Wenn um 22 Uhr die Musik auf den Bühnen des Wiesenviertels abgestellt wird, geht es auf zwei Areas auf der offiziellen Aftershow-Party in der WERK*STADT, Mannesmannstraße 6, Witten weiter.

Sa. 13.7. + So. 14.7. 10 – 18 Uhr

Wittener Oldtimerfestival

Mehr als 200 klassische Automobile und

Motorräder sind zu bestaunen, Live-Musik, gutes Essen, eine Rallye und Kinderunterhaltung runden das Ganze ab.



Für zwei Tage bespielt das einzigartige Fest die Kulisse des Ruhrtals und ist ein toller Ausflugstipp für Besitzer und Liebhaber von Oldtimerfahrzeugen. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstraße 35, Witten.

Sa. 13.7. 20 Uhr – Eintritt frei

Free Bears



aus Witten und Hagen präsentieren „Americana meets Rock'n'Roll“. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62.

Sa. 13.7. 19.30 – 21.15 Uhr und

So. 30.6.*/ 14.7.*; *17 – 18.45, **19 – 20.45 Uhr

Der Hamiltonkomplex

13 Mädchen performen das Taumeln zwischen Kindsein und Erwachsenwerden. Konzept, Text, Regie: Lies Pauwels, Kammertheater, Königsallee 15, Bochum.

So. 14.7. 11 Uhr

Grüne Hütte

Kräuterkunde rund um den Hochofen. Keine Anmeldung erforderlich. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen.

So. 14.7. 11 – 16 Uhr

Alt- und Gebrauchtwarenrödelmarkt

Der Rathausplatz lockt wieder Sammler und Schnäppchenjäger an, die nach Ausgefallenem, Kuriosem und Seltenem suchen. Keine Neuwaren! Wittener Rathausplatz.

Mo. 15.7. 15 Uhr

Oveneys Berggeister

Die Erlebnisführung zum Thema „Berg und Landbau in Stiepel“. Anne Behrenbeck und Antinea nehmen die Teilnehmer/innen mit auf eine 3-stündige Tour durch Wald und Wiesen. Festes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung und Taschenlampen sollten mitgebracht werden. Anschließend stärken Sie sich bei einem passenden 3-Gänge-Menü im Haus Oveney mit einem „Knechtsfrühstück“. Nur mit Anmeldung! Karten nur im Vorverkauf bis ca. 5 Tage vorher! Haus Oveney, Oveneystr. 65, Bochum, Tel. 0234 / 799 888.

Di. 16.7. 19.30 Uhr

„Emotional, packend, vielseitig - und ausgezeichnet“

Der Hattinger Edition Paashaas Verlag ist Verlag des Jahres 2018. An diesem Abend

möchten wir Ihnen Einblicke in das attraktive EPV-Verlagsprogramm geben. Mit dabei sind insgesamt sieben Autorinnen und Autoren, die in unterschiedlichen Genres wie Gefühl, Spannung und Humor schreiben. Zwischen den Textvorträgen gibt es Live-Musik. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, Hattingen.

Mi. 17.7. 10 Uhr

3-Seen-Tour

Bei der fünfständigen Tour durch den Ennepe-Ruhr-Kreis schauen wir auf drei Stauseen in der Region. Ein Gästeführer erzählt viele kleine Geheimnisse dazu. Inklusive eines gemeinsamen Mittagessens. Abfahrtsort: ab Witten Kornmarkt. Info + Anmeldung: Tel. 0201-857956070, www.ruhrgebiet-stadtrundfahrten.de.

Mi. 17.7. 16 Uhr

Stadtrundfahrt Witten

Der Doppelstock-Cabriobus fährt in zwei Stunden an den bedeutendsten, interessantesten und schönsten Sehenswürdigkeiten Wittens vorbei. Alles Wichtige wird dabei auf unterhaltsame Art erläutert. Abfahrtsort: Witten Kornmarkt. Info + Anmeldung: Tel. 0201-857956070, www.ruhrgebiet-stadtrundfahrten.de.

Fr. 19.7. Beginn 19.30 Uhr – Eintritt frei

Open-Air-Kino

Essen und Trinken mit Livemusik im Innenhof des Hauses Martfeld. Ab ca. 21.30 Uhr laden wir Sie ein zum Filmabend in historischer Kulisse. Innenhof Haus Martfeld, Schwelm.

Fr. 19.7. – So. 21.7.

Herdecker

Streetfood-Festival VERKAUFSOFFENER SONNTAG. Viele bunte Stände locken mit ihrem umfangreichen Angebot in die Innenstadt. Ein Antik- und Trödelmarkt rund ums Rathaus verleitet zum Stöbern. Beginn: Fr 17.00 – 23.00 Uhr, Sa 12.00 – 23.00 Uhr, So 12.00 – 20.00 Uhr. Herdecker Innenstadt. www.herdecke.de

Sa. 20. + Sa. 27.7. 19.30 – 22 Uhr

Kultursommer



Musik und Tanz im historischen Ambiente von Haus Witten bei einem Programm unterschiedlichster Klänge von Rock'n'Roll über Folk und Reggae zu Soul und Blues. Haus Witten, Ruhrstraße 86, Witten, Information: Tel. 02302 581-2433, www.kulturforum-witten.de

Sa. 20.7.

Geführte Radtouren

Der Verein ProRad-EN bietet unterschiedlichste geführte Radtouren im Ennepe-Ruhr-Kreis in verschiedenen Orten an. Info + Anmeldung: Tel. 0157-56894291, www.prorad-en.de.

Sa. 20.7. 17 – 00 Uhr

Tafelmusik

Bringen Sie Ihre Familie oder Freunde, einen Tisch, etwas zu Essen und zu Trin-

ken und gute Laune mit und es wird ein geselliges Fest! Entlang der langen Tafel sorgen Musiker und Kleinkünstler für weitere Unterhaltung. Für die, die ohne Verpflegung kommen, wird natürlich auch gesorgt. Wittener Innenstadt, Ruhrstraße.

So. 21.7. 7 Uhr

Rieselfelder Münster

Vogelkunde-Exkursion Anmeldung vor Ort. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet. Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße, Hattingen. Eintritt: 8 Euro vor Ort. Veranstalter: vhs Hattingen, Marktplatz 4, 45527 Hattingen (Blanckenstein), Tel.: (02324) 204-3511, -3512, -3513

So. 21.7., 18.8. + 15.9. Fahrten an jedem 3. So. im Monat:

Montan Ticket Ruhr



Industriekultur im Ruhrtal erleben – mit einem historischen Schienenbus von der Zeche Nachtigall bis zur Henrichshütte.

So. 21.7. 11 – 17 Uhr

Fahrten mit dem Dampf-Bahnclub Sprockhövel

An der Kohlenbahntrasse/Glückauftrasse Haßlinghausen. Info + Anmeldung: Tel. 0163-6675270, www.dbc-sprockhoevel.de.

So. 21.7. 10.30 Uhr

Unter-Tage-Tour

Gehen Sie auf eine spannende Entdeckungsreise und folgen Sie den Spuren des „schwarzen Goldes“. Entdecken Sie auf dem bergbauhistorischen Lehrpfad den im Ruhrgebiet einmaligen oberirdischen Stollen, Zechen und geologische Aufschlüsse inmitten herrlichster Natur. Eine Stärkung bekommen Sie durch eine kräftige Steigermahlzeit im Bethesda der Bergleute. Info + Anmeldung: Tel. 02302-19433, www.stadtmarketing-witten.de.

Do. 25.7. 18.30 Uhr

Mann über Bord

Ein rasanter Bord-Krimi, der auch ins Untergrundmilieu abtaucht! Bei schönem Wetter im Biergarten. 3-Gänge-Kapitäns-Dinner, Dauer ca. 3,5 Stunden, geeignet ab 16 Jahren! Karten nur im Vorverkauf bis ca. 5 Tage vorher! Haus Oveney, Oveneystr. 65, Bochum, Tel. 0234 / 799 888.

Fr. 26.7. – Sa. 27.7.

Schwelmer Winzerfest

Wein, Musik und Leckereien. Beginn: Fr 15 – 22 Uhr, Sa 12 – 22 Uhr, Bürgerplatz Schwelm, www.wgschwelm.de.

So. 28.7. 11 – 16 Uhr

Jomo's Modelleisenbahn- & Spielzeugmarkt

Modelleisenbahnen, Autos und Spielzeug, Blechmodelle aus den 30er Jah-

ren. LWL-Industriemuseum Henrichshütte. Werksstraße 31 – 33, Hattingen.



So. 28.7. 14 – 17 Uhr

Musik-Picknick im Hülsenbecker Tal

Hier dürfen auf der Wiese vor der Musikmuschel die mitgebrachten Picknickkörbe ausgepackt werden. Verschiedene Foodtrucks präsentieren eine abwechslungsreiche Auswahl an Speisen und Getränken. Sir Jesse Lee Davis sorgt mit „Rhythm and Blues“ für ein buntes Programm „voller Farbe, Rhythmus, Romantik und Ruhe“. Hülsenbecker Tal, Hülsenbecke 36, Ennepetal. www.kluterthoehle.de

Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.

Weitere Infos z.B. unter:

www.lwl.org

www.lwl-industriemuseum.de

www.kulturforum-witten.de

www.stadtmarketing-witten.de

www.werk-stadt.com

www.stadt-hattingen.de



Wanderungen im Juli

Mi. 3.7. 13.30 Uhr – Mit Bus zur

Nachmittagswanderung

ab Bommeraner Heide über Masling, Mutental zum „Bistro B“ nach Witten, Breite Straße, hier Einkehr. Treffpunkt Böckchen an der Ruhrstraße.

So. 7.7. 9.45 Uhr

Vom Schnee zum Rombergpark

Wir wandern von der Haltestelle „Auf dem Schnee“ in Richtung Dortmunder Stadtförst, am Tierpark vorbei zum Rombergpark; ca. 13 km; Einkehr im „Cafe Orchidee“. Treffpunkt Rathausplatz, Bus376, ÖPNV-Anfahrt, Ticket B.

Mi. 10.7. 13.30 Uhr

Nachmittagswanderung

über Kastanienallee, Trienendorf, Elbschetal zum „Leimkasten“ in Wengern. Treffpunkt Böckchen an der Ruhrstraße.

So. 14.7. 9.30 Uhr

Singen mit den Kutscherhausjungen

Wir fahren mit der Straßenbahn 310 nach



Vorschau Saalbau Witten

VVK-Info: Saalbaukasse 02302 5812441

Saalbau: Bergerstraße 25, 58452 Witten, Tel.: 02302 581 2441, Di – Fr: 10 – 13 Uhr und Di, Do, Fr: 16 – 19 Uhr

Fr. 20.9.

Nightwash live

Mi. 25.9.

Bernd Stelter

„Hurra, ab Montag ist wieder Wochenende“

Fr. 27.9.

Thorsten Bär

„Der Bär ist los!“

Fr. 11.10.

Herr Schröder

„World of Lehrkraft...“

Sa. 12.10.

Die Echse

„Echsoterik“

LWL-Industriemuseum | Westfälisches Landesmuseum für Industriekultur

Henrichshütte Hattingen

SCHROTT.
Fotografien von Gerd Mittendorf

12. Juli bis 22. September 2019

www.lwl-industriemuseum.de

LWL

KULTURSOMMER HAUSWITTEN

KULTURSOMMER

LIVE MUSIK
20. JULI BIS 31. AUGUST
JEDEN SAMSTAG
19:30 UHR

20. JULI NO ESCAPE
27. JULI THE SILVERETTES
03. AUG. RIDDIM OF ZION
10. AUG. QUARRYMEN BEATLES
17. AUG. STOUT
24. AUG. LE CLOU
31. AUG. KOMM'MIT MANN!S

INNENHOF HAUS WITTEN
WWW.KULTURFORUM-WITTEN.DE

Präsentiert von
STADTWERKE WITTEN
Sparkasse Witten
Naturlich unser Partner Nr. 1 Kulturpartner



„Räume prägen“

„Hereinspaziert!“ heißt es auch in diesem Jahr wieder. Am 29. und 30. Juni 2019 können **170 Architekturprojekte in 88 Städten und Gemeinden Nordrhein-Westfalens** besichtigt werden. Architektinnen und Architekten, Innenarchitekten, Landschaftsarchitekten und Stadtplaner sind vor Ort, um Interessierten ihre neuen oder erneuerten Bauten persönlich vorzustellen und über diese zu diskutieren. „Räume umgeben uns überall, prägen unsere Wahrnehmung und unser Befinden. Die Qualität von Räumen ist daher sowohl bedeutsam für den einzelnen Menschen als auch für ganze Gesellschaftsgruppen, die sich in ihnen bewegen, leben und arbeiten“, erklärt Ernst Uhing, der Präsident der Architektenkammer NRW. Der „Tag der Architektur“ bietet auch diesmal wieder die Gelegenheit, neue und erneuerte Architekturen zu erkunden und sie sich von den Planerinnen und Planern gemeinsam mit ihren Auftraggebern erläutern zu lassen. Wir wollen Räume prägen, und zwar in hoher Qualität“, betont der Kammerpräsident.

Zu besichtigen sind auch prägende Freiräume wie die Halde Pluto in Herne-Wanne (Danielzik Leuchter + Partner, Duisburg). Außerdem kann an mehreren präsentierten Bildungsbauten wie dem „Haus der Technik“ in Detmold (IfuH Architekten, Berlin), dem Schulungs- und Forschungszentrum EBZ in Bochum (Gerber Architekten, Dortmund) und dem Ausbildungszentrum „Textilakademie NRW“ in Mönchengladbach (slapa oberholz pszczulny | sop architekten, Düsseldorf) der positive Einfluss guter Architektur auf das Lernverhalten nachvollzogen werden.

Vorgestellt werden in Nordrhein-Westfalen Bauten, die in den vergangenen fünf Jahren in unserem Bundesland realisiert wurden; für Objekte der Landschaftsarchitektur und Stadtplanung gilt eine Frist von acht Jahren.

App, Katalog und Internet-Datenbank

Alle Objekte sind über eine Internet-Datenbank mit Fotos und Kurzbeschreibung sowie den Öffnungszeiten abrufbar unter www.aknw.de. Zudem bieten die deutschen Architektenkammern der Bundesländer eine kostenlose App zum Tag der Architektur an, die man im iTunes-Store oder auf Google Play herunterladen kann. Alle 170 Bauwerke aus NRW sind dann über diese App jederzeit und vor Ort abrufbar.

Projekte in der Umgebung:

Witten, Spielplatz Steinhügel (Landschaftsarchitektur)

In einer Beteiligungsaktion wurden Ideen der SchülerInnen der nahen Grundschule gesammelt und im Entwurf berücksichtigt. Die Geräte sind als Spielparcours ausgerichtet: eine „Felsen-Kletter-Anlage mit schwebenden Steinen“ und eine Seilbahn. Ein Gurtsteg und ein Wipp-Element für jüngere Kinder ergänzen das Angebot. Die Wegeflächen wurden verbessert und neue Sitzbereiche angelegt.

Besichtigung: So. 30.6. 15 - 17 Uhr, Führung 16 Uhr, Billerbeckstraße 119/121, Witten-Heven, Ecke Steinhügel/Billerbeckstraße, Treffpunkt: Zugang gegenüber der Kirche.

Bauherr: Stadt Witten Entwurf: Landschaftsarchitektin Martina Hoff, BDLA

Witten, Spielplatz Billerbeck (Landschaftsarchitektur)

Auf Wunsch der beteiligten SchülerInnen wurde der Bolzplatz mit einem Kunststoffbelag als vielseitige Ballspielfläche neu angelegt. Angrenzend befinden sich verschiedene Spielbereiche: Spielgebüsch, Erweiterung des Spielangebotes um eine Vierfach-Schaukel, eine begehbare-drehbare Scheibe, drei Bodentrampoline. Für jüngere Kinder gibt es im vorderen Bereich eine Kletterkombination und eine Vogelneestschaukel. Als nachbarschaftliches Angebot lädt eine seniorengerechte Sitzbank zum Pausieren ein.

Besichtigung: So. 30.6. 15 - 17 Uhr, Führung 15 Uhr, Billerbeckstraße 31, Witten-Heven, Gegenüber Hausnr. 31, Unterer Zugang.

Bauherr: Stadt Witten Entwurf: Landschaftsarchitektin Martina Hoff, BDLA

Raum für Ruhe:

St. Elisabeth Hospiz Witten

Zentral und zugleich geschützt liegt der Neubau mit seinen 10 Gästezimmern mitten in Witten. Zeitlos, in ruhrgebietstypischem Backsteinmauerwerk gestaltet überzeugt der Bau durch einen klaren Grundriss. Vier eingeschossige Baukörper gruppieren sich um einen Innenhof. Ihm ist als besonderer Baukörper ein Raum der Stille eingestellt. Die hellen Zimmer bieten ihren Gästen neben Terrasse und Bad auch einen Schlafraum für Angehörige. Besucher empfängt ein großzügiger Aufenthaltsraum mit Kamin.

Besichtigung: So. 30.6. 14 -16 Uhr, Hauptstraße 8, Witten-Mitte, Treffpunkt: Innenhof Führung 14.00, 14.30, 15.00 und 15.30 Uhr (max. 12 Teilnehmer pro Führung)

Bauher: St. Elisabeth Gruppe GmbH, Entwurf: Architekt Stadtplaner Ulrich Krampe, BDA und Architekt Jürgen Schmidt, BDA

Neubau Gruppenwohnungen

Bei dem Gebäude handelt es sich um einen Neubau eines Wohnhauses mit barrierefreien Gruppenwohnungen für Senioren. Der dreigeschossige Baukörper erstreckt sich zwischen der Meesmannstraße und der Wittener Straße und reagiert mit seinem Baukörper auf die umliegende Bebauung. Die Maßnahme wurde öffentlich gefördert.

Besichtig: Sa. 29.6. 14-17 Uhr, So. 30.6. 14-17 Uhr, Meesmannstr. 99, Witten, Treffpunkt: Eingang. Bauherr: Kath. Altenzentrum St. Josefshaus Herbede gGmbH, Entwurf: Architekt Stadtplaner Dr. Christian Schramm, VFA

Halde Pluto in Herne-Wanne

Die Halde Pluto schafft die Wegeverknüpfung in Richtung Westen zur Zeche Pluto mit der dazugehörigen Haldenlandschaft. Ein Weg an der Nordseite der Zechanlage stellt die Verknüpfung mit dem überregionalen Radweg Erzbahntrasse dar. Auf dem Gipfel der Halde wurde ein stählerner Aussichtsturm errichtet, der es ermöglicht, die Blickbeziehungen zu den Landmarken der Umgebung aufzunehmen. **Besichtig: So. 30.6. 11-14 Uhr, Thiesstraße 56-58, Herne-Wanne-Eickel, Zugang Halde Pluto, Führung: 11 Uhr Aufstieg zur Halde.** Bauherr: RVR Ruhr Grün, Essen, Entwurf: Landschaftsarchitekt Karl-Heinz Danielzik, BDLA.



© Landschaftsarchitekturbüro Hoff



© Hans Jürgen Landes



© Martin Schmüderich



© K.-H. Danielzik

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, Wasserbank 9, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an gewinnspiel@image-witten.de mit dem **Stichwort „Glücksklee Image“**. **Einsendeschluss** ist der 22.7.2019. 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.

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

Glücksklee-Gewinnspiel Juni 2019

Die Gewinner von jeweils 30€ sind: Janina Ruda, Sprockhövel; Peter Kauwetter, Witten; Anke Tubbe, Witten.

Image sagt herzlichen Glückwunsch.

1 **INTERSPORT GUEVENC**
Aus Liebe zum Sport
im UG
Stadt Galerie
Witten
www.intersport-guevenc.de
info@intersport-guevenc.de
Telefon: 02302 4009952

2 **gardenen kriegler**
wohnen ist mehr...
• Fensterdekorationen
• Sonnenschutz
• Insektenschutz
• Gardinenreinigung
• Wohnaccessoires
• Geschenkartikel
Obermarkt 8 • 45525 Hattingen
Tel. 0 23 24 / 2 26 75 Fax 0 23 24 / 90 07 06

3 **Party-Service**
Wir lieben Lebensmittel.
EDEKA Markt
Dominik Grütter
Wittener Straße 12 • 58456 Witten-Herbede
02302/97 20 26
www.party-service-gruetter.de

4 **GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH**
MEISTER GÄRTEN RAHM
Gartenservice rund ums Jahr
AM WALZWEG 7 • 45527 HATTINGEN
☎ 02324 - 6867956
WWW.GARTENBAU-RAHM.DE

5 **Lanwehr Heizöl**
Tel.: 02302/91 4250
Elektroinstallation • Hausgeräte • Haushaltsartikel • Küchenmodernisierung
Kundendienst ELEKTRO SCHÖNEBORN
Hauptstr. 46, 45549 Sprockh. Service ist unsere Tradition!
Tel.: 0 23 24 / 9 19 57-0, Fax: 0 23 24 / 9 19 57-29

7 **eins/sechs**
Ihr Weg zu einer Top-Webseite:
einssechs.de/webseite
Wasserbank 9, 58456 Witten
☎ 02302 98183-90

8 **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.drueke@akf.de

9 **DUO**
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören
• Brillen
• Sonnenbrillen
• Contactlinsen
• Hörgeräte
Untermarkt 4-8 (Neben dem Alten Rathaus)
45525 Hattingen • Tel.: 0 23 24 - 92 08 0
www.duo-optik-akustik.de

10 **Zertifizierte Pflegerin bietet privat:**
▶ Alltagsbegleitung mit Auto
▶ Hilfe bei Arztbesuchen, Einkäufen etc.
▶ Betreuung von Demenzzkranken
Kontakt unter: 02302 9889988

11 **Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!**
• Fenster- und Türsicherung
• Einbruchmeldeanlagen Funk & Draht
• Brandmeldeanlagen Funk & Draht
• Schließanlagen / Zutrittskontrolle
• Elektroarbeiten
NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich
für Privat und Gewerbe
Belestr. 19 • 58453 Witten
Tel. (02302) 2781177
me-sicherheit.de

12 **Image**
Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 1.8.2019
Anzeigenschluss:
Freitag, 19.7.2019

Image Magazine
für Witten, Sprockhövel und Hattingen

Ihr Image-Vertriebsteam:
Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Was können wir für Sie tun?
Monika Kathagen
Telefon: 023 02-98 38 98-3
E-Mail: mk@image-witten.de
Jessica Meckler
Telefon: 023 02-98 38 98-7
E-Mail: jm@image-witten.de
Wasserbank 9 • 58456 Witten • www.image-witten.de



Wildkräuter mit anderen Augen sehen

Eine Brennnessel von einem Löwenzahn zu unterscheiden, kriegen die meisten ja noch hin, aber wer kennt das „Taubenkropf-Leimkraut“, den „Rainfarn“ oder auch „Wurmkraut“ und die „Pimpinelle“, auch „Kleiner Wiesenknopf“ genannt? Zum Glück gibt es Menschen wie Birgit Ehses von der Naturschutzgruppe Witten, kurz „NaWit“, die ihr Wissen gerne an Interessierte weitergeben. So scharte sich auch bei einer Wildkräuterführung um Schloß Steinhausen eine große Gruppe Neugieriger um die Vorsitzende der NaWit.

Noch bevor Birgit Ehses das erste Wildkraut in die Hand nahm, vermittelte sie einen Strauß interessanter Informationen über den Treffpunkt, den Parkplatz Nachtigallstraße unterhalb von Schloß Steinhausen. Zu früheren Zeiten stand hier eine Drahtseilfabrik, nach deren Abriss Kalkschotter für den Boden des Parkplatzes angeschüttet wurde. Dieser bietet Kräutern eine Alternative zu überdüngten Wegrändern. Als „Zeigerpflanze“ wachsen dann Brennnesseln und Vogelmiere auf diesen stickstoffreichen Böden, genauso wie das „Gelbe Sonnenscheinchen“ sonnige Plätze anzeigt.

Kräuter würzen und heilen

Während sich heute vor allem Insekten über Wildkräuter freuen, standen sie zu früheren Zeiten auch bei den Menschen als Heilkräuter und Gewürzpflanzen hoch im Kurs. Mangels ausreichender ärztlicher Versorgung verfügten die Menschen über sehr viel mehr Wissen, um kleinere Wehwehchen zu behandeln. Das Problem im Jahre 2019: Um Heilkräuter zu nutzen, müssen erstmal unbelastete Kräuter gefunden werden.

Jedes Wildkraut mit Vornamen

Überraschend für die Exkursionsteilnehmer, welche Vielfalt an Wildkräutern am Wegesrand steht. Birgit Ehses kannte sie alle mit Namen und Verwendungsmöglichkeit. Übrigens, aus den Wurzeln des „Taubenkropf-Leimkrauts“ wurde früher Seifenlauge für die Wäsche gewonnen. Das Wildkraut half zudem zur Anregung des Stoffwechsels sowie bei festsitzendem Husten. „Rainfarn“ vertreibt dagegen lästige Fliegen. dx

INFO

Der gemeinnützige Verein Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station e. V. (NaWit) wurde im November 1979 gegründet und setzt sich für den Schutz heimischer Tier- und Pflanzenarten, die Erhaltung ihrer Lebensräume sowie die Pflege von Naturlandschaften in Witten und Umgebung ein. Darüber hinaus fördert der Verein mit seinen rund 50 Mitgliedern die Natur- und Umweltbildung und vertritt die Naturschutzbelange in Witten auch überregional. Der Verein finanziert sich durch Spenden, Projekt-Fördermittel und Einnahmen aus Veranstaltungen sowie dem Verkauf des „Apfelsaftes aus Wittener Streuobstwiesen“.

System steht auf dem Kopf

Wenn der Nachbar nicht zum Gießen kommt

Vom professionellen Bewässerungssystem bis hin zur Plastikflasche auf dem Kopf – wer beim Gießen ein paar Grundregeln beachtet, kann sich auch in den Sommermonaten über prächtigen Pflanzenwuchs freuen.

Weil es an Bewässerung während der warmen Jahreszeit oftmals mangelt, sollte für jeden Hobbygärtner regelmäßiges Gießen eine Selbstverständlichkeit sein. Doch was tun, wenn der zweiwöchige Sommerurlaub ansteht und auch der Nachbar nicht zum Gießen kommt? Schon bevor das eigentliche Gießen beginnt, ist ein Punkt von großer Bedeutung: Jede Pflanze muss an den richtigen Standort. So lieben Sommerblumen wie beispielsweise Margeriten die pralle Sonne, während die Pantoffelblume nur im Halbschatten überlebt. Ist die Vorarbeit geleistet, geht es ans Gießen: Zunächst sollte man mit Kanne oder Gartenschlauch möglichst immer die Erde treffen.

Begossene Blätter in der Mittagshitze

Das spart einerseits Wasser, andererseits soll dadurch vermieden werden, dass begossene Blätter in der Mittagshitze Verbrennungen erleiden. Ein kleiner Graben um die Pflanze spart ebenfalls Wasser, da die Feuchtigkeit besser ins Erdreich eindringen kann. Daneben ist es sinnvoll, Pflanzen mit hohem Wasserbedarf – dazu gehört alle Gemüsesorten – nebeneinanderzusetzen, da man auf diese Weise gezielt mehr gießen kann, während man andere Gewächse nicht „ertränkt“. Ferner spart eine Regentonne dem Gartenbesitzer nicht nur eine Menge Geld: Das Regenwasser ist zudem weniger hart als Wasser aus der Leitung, wovon auch die Pflanzen profitieren. Da im Sommer tagsüber große Wassermengen verdunsten, ist es ratsam, das Gießen in den frühen Morgenstunden oder am späten Abend zu erledigen.

Wer keine „Urlaubsvertretung“ fürs Gießen findet, kann sich schnell und bequem sein eigenes Bewässerungssystem für Kübelpflanzen und Balkonkästen bauen. Alles, was man dazu braucht, ist eine Plastikflasche – am besten mit 1,5 Liter Fassungsvermögen.

Nach und nach ins Erdreich

Dabei wird der Hals der gefüllten Flasche kopfüber in die Erde gesteckt, sodass das Gießwasser nach und nach ins Erdreich abgegeben wird. Dieser Mechanismus tritt allerdings erst ein, wenn der Boden mit ausreichend Feuchtigkeit getränkt ist, das heißt nach der ersten aufgebrauchten Flasche. Je nach Temperatur und Größe der Pflanze reicht diese Bewässerungsmethode für rund zehn Tage. Verwendet man mehrere Flaschen, kann die Reise länger dauern.

Ist man wieder zu Hause, empfiehlt sich das Flaschensystem auch für besondere Hitzeperioden, in denen die Pflanzen durstiger sind als bei mildereren Temperaturen. So können Kübel- und Topfpflanzen auch tagsüber, wenn Gartenbesitzer ohnehin zum Gießstopp aufgerufen sind, Wasser über die Wurzeln aufnehmen. tdx



Große rechteckige Gartenflächen lassen sich am besten mit einem „Viereck-Regner“ bewässern. Kindern bietet das Gerät außerdem jede Menge Wasserspaß: An heißen Tagen können sie durch die Wasserstrahlen springen und sich dabei angenehm erfrischen. Foto: tdx/OBI

Gesunder Kräutergarten

Kleiner Aufwand, große Wirkung: Kräuter aus dem eigenen Garten bereichern den täglichen Speisezetteln und helfen auch gegen viele Zipperlein. Hinzu kommt der Duft, den Menschen, Bienen und Schmetterlinge lieben. Ein Platz zur Anzucht findet sich an vielen Stellen in Haus und Garten. Mit Licht, Wasser und mit etwas Sand vermischte Erde reichen, um schnell schöne Erfolge zu erzielen!

So gedeiht Ihr Kräutergarten im Haus und draußen

Auch wenn Sie keinen Garten ihr Eigen nennen, können Sie Kräuter auf der Fensterbank, in Kübeln und Blumenampeln ziehen. Verwenden Sie Schalen oder Töpfe, sind Löcher im Boden der Gefäße wichtig, damit überschüssiges Gießwasser abfließen kann und Staunässe vermieden wird. Legen Sie jeweils eine Tonscherbe auf die Löcher, sodass



sich die erforderliche Feuchtigkeit in der Erde hält. Im Garten lässt sich das klassische Kräuterbeet – als Hingucker - in die Form eines am Boden liegenden Rades anlegen. Reicht die Fläche nicht aus, kann der Garten anstatt in die Breite in die Höhe wachsen. Eine leicht ansteigende Kräuterspirale bietet Platz für eine Vielzahl von Kräutern auch mit unterschiedlichen Standortansprüchen. Die jeweiligen Abtrennungen übernehmen Steine, Mini-Weide-Zäune oder Wurzelstücke – der eigenen Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Sektion für Sektion kann danach unterschiedlich bepflanzt werden. Die Erde sollte tiefgründig gelockert und schwere Böden mit etwas Sand

vermischt werden. Alternativen bei Platzmangel bieten auch Ampelkonstruktionen oder aufrecht aufgestellte Holzpaletten, an die Blumentöpfe gehängt werden. Im späten Frühjahr und den Sommermonaten weisen die Kräuter meist die höchste Aromenkonzentration auf. Stellen Sie sich doch einen Liegestuhl hinzu, dann bietet Ihnen der duftende Kräutergarten auch einen Ruhepol und Rückzugsort.

Vor dem Anlegen kommt die Planung

Da zum einen der zur Verfügung stehende Platz begrenzt ist, zum anderen nicht jedes Kraut die Nachbarschaft eines anderen aushält, sollten Sie Ihre neue Kräuteroase vor dem Anlegen planen. Schließlich sollte auch die Optik stimmen. Die meisten Kräuter zählen zu den anspruchslosen Schwachzehrern. Lavendel, Rosmarin und Salbei freuen sich als mediterrane mehrjährige Kräuter über einen sonnigen, eher trockenen und nährstoffarmen Untergrund. Sie sollten regelmäßig beschnitten werden, damit sie nicht verholzen. Basilikum, Beifuß und Pfefferminze fühlen sich im Halbschatten wohl und benötigen für ihre zahlreichen großen Blätter mehr Wasser und auch etwas Dünger. Bärlauch und Waldmeister freuen sich als Waldkräuter dagegen über Schatten. Estragon und Schnittlauch als Vielverbraucher und Rosmarin und Thymian als Wassersparer ergänzen sich sogar im Garten.

Da Kräuter häufig ätherische Öle besitzen, machen Schädlinge gerne einen Bogen um das Kräuterbeet. Fallen doch mal Läuse ein, empfiehlt sich Brennnesseljauche. Die geschnittenen Kräuter können eingefroren oder zu Bündeln zusammengefasst an einem trockenen und möglichst dunklen Ort zum Trocknen aufgehängt werden. dx

Bommerholzer Baumschulen
Der Sommer ist da!
 Jetzt unser blühendes Sortiment an Stauden, Beet- und Balkonpflanzen sowie Rosen- und Ziersträuchern pflanzen!
 Große Sortenauswahl an Container-Obstbäumen!
Die Containerbaumschule mit Qualität und fachlicher Beratung!

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



GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH

MEISTER GÄRTEN RAHM

Gartenservice rund ums Jahr
 AM WALZWERK 7 02324 - 6867956 INFO@GARTENBAU-RAHM.DE
 45527 HATTINGEN MOBIL 0170-2849714 WWW.GARTENBAU-RAHM.DE

Raiffeisen
 Hasslinghausen AG
 In der Region zu Hause

Ihr Fachmarkt für Haus, Tier, Garten und Reitsport!
 Neue Öffnungszeiten Mo. - Fr. 8:30 - 18:30 Uhr, Sa. 9:00 - 14:00 Uhr
 Rathausplatz 15- 45549 Sprockhövel - 02339 - 92 15-0
 info@raiffeisen-hasslinghausen.de - www.raiffeisen-hasslinghausen.de

...mehr als nur Steine
Für Haus und Garten

 - Terrassenplatten aus Stein
 - Pflastersteine und Palisaden
 - Mauersteine und Felsen
 - Splitt, Kies und Baustoffe
 - Gabionen, Brunnen und Deko...
www.natursteinbrüche.de
 Natursteinbrüche Bergisch Land GmbH, Hahnenfurth 5, 42327 Wuppertal
Fon +49 20 58 78 26 90



Friedr. Lohmann GmbH – ein Familienunternehmen in der 7. Generation

Im Jahre 1790 gründete Johann Friedr. Lohmann seine „Stahlfabrik“ in Witten. Hieraus entwickelten sich dann die heutigen Stahlstandorte für Spezial- und Edelstähle in Witten-Herbede und Witten-Annen. Das Familienunternehmen wird heute in der 7. Generation sehr erfolgreich geführt. Als Hersteller von Schnellarbeits-, Werkzeug- und Spezialstählen sowie hochverschleißfesten und hitzebeständigen Gussteilen hat die Friedr. Lohmann GmbH weltweite Bedeutung. Das Unternehmen ist sehr eng mit der industriellen Entwicklung der Stadt Witten und deren Umgebung verbunden. Im Unternehmen sind heute rund 365 Mitarbeiter beschäftigt.



Fachkräfte in der heutigen Zeit zu finden, wird immer schwieriger, so Gunnar Lohmann-Hütte, Geschäftsführer der Friedr. Lohmann GmbH. Aus diesem Grund ist das Unternehmen sehr interessiert und engagiert, Jugendliche in den unterschiedlichsten Berufen auszubilden. Das Unternehmen bildet den Nachwuchs für den eigenen Bedarf aus, so Personalleiter Constantin Broska. Die Übernahmekancen nach erfolgreicher Prüfung sind bei uns besonders gut. Zurzeit zählt das Unternehmen 7 Auszubildende. Auch Weiterbildungen begleiten wir gerne. Es ist uns ein großes Anliegen, dass die Auszubildenden den erlernten Beruf von der Pike auf lernen und dann lange bei uns im Betrieb verbleiben. Die Schulnoten stellen für uns zwar Indikatoren dar, viel wichtiger sind aber der persönliche Eindruck, die Auffassungsgabe, Motivation und Leistungsbereitschaft, Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit, so Constantin Broska. Bei den vielen Bewerbungen, die uns erreichen, müssen wir vorab ein Auswahlverfahren durchführen.

Für das Jahr 2019 bieten wir noch Ausbildungsplätze als Gießereimechaniker Fachrichtung Handformguss an. Ab August bis Dezember 2019 laufen die neuen Bewerbungen für das Jahr 2020. Die anschließenden Bewerbungsgespräche finden in der Zeit von November 2019 bis Ende Januar 2020 statt. Die Bewerbungen sollten idealerweise per E-Mail eingehen. Die Ausbildungsberufe der Friedr. Lohmann GmbH umfassen Elektroniker/in – Betriebstechnik, Industriekaufmann/-frau, Industriemechaniker/in, Mechatroniker/in, Gießereimechaniker/in sowie Verfahrenstechnologie/in.

Wer sich über die Friedr. Lohmann GmbH informieren möchte, erfährt mehr im Internet unter www.lohmann-stahl.de oder besucht den „Wittener Markt der Ausbildung“ am 04. Juli 2019 auf dem Gelände der Edelstahlwerke in Witten. Hier präsentiert sich das Unternehmen mit einem Messtand und informiert und berät die zukünftigen Mitarbeiter.



Lohmann
Qualität in Edelstahl



„Faszination Stahl!“



Wir bilden aus!

MECHATRONIKER/IN - BETRIEBSTECHNIK
VERFAHRENSMECHANIKER/IN - STAHLUMFORMUNG
GIESSEREIMECHANIKER/IN - HANDFORMGUSS
INDUSTRIEMECHANIKER/IN - BETRIEBSTECHNIK
ELEKTRONIKER/IN - BETRIEBSTECHNIK
INDUSTRIEKAUFMANN/ FRAU

Bewirb Dich jetzt!



Haben wir Dein Interesse geweckt, dann bewirb dich jetzt unter: bewerbung@lohmann-stahl.de Tel. 02302 7014167

Beim „8. Wittener Markt der Ausbildung“ zeigen Azubis Format

Dass sich eine Ausbildung bei der Sparkasse Witten auszahlt, ist klar! Dass sie aber auch fester Bestandteil des persönlichen Erfolgsplans sein kann, zeigt selbstbewusst eine Plakatkampagne mit Auszubildenden verschiedener Wittener Unternehmen, die aktuell das Wittener Stadtbild ziert. Diese Kampagnenidee ist wesentlicher Bestandteil des „8. Wittener Markts der Ausbildung“, welcher auch in diesem Jahr auf dem Gelände der Deutschen Edelstahlwerke KarriereWERKSTATT, Herbeder Straße 39, 58455 Witten, wieder an den Start geht: Am Donnerstag, dem 04. Juli 2019, können sich Schüler – gern auch gemeinsam mit ihren Freunden, Geschwistern und Eltern – in der Zeit von 16.30 bis 20.00 Uhr rund um das Thema „Berufsausbildung und Karrierestart“ ausführlich informieren.

Natürlich ist die Sparkasse Witten – als einer der größten Wittener Arbeitgeber im Dienstleistungsbereich – ebenfalls mit dabei und hilft Jugendlichen, sich optimal auf den beginnenden Berufsstart vorzubereiten. Wichtige Infos gibt es aus erster Hand und Gespräche sind mit Personalverantwortlichen wie natürlich auch mit „Azubis“ möglich. Die Sparkasse Witten bietet übrigens auch die begehrten Plätze der dualen Ausbildung an, also Ausbildung & Studium! Dass die Ausbildung bei der Sparkasse alles andere als spießig ist und nicht nur aus Zahlen und Formularen besteht, davon wissen die Auszubildenden der Sparkasse Witten zu berichten. Und da in der Sparkasse Witten nicht nur über Digitalisierung geredet wird, setzt man hier auf neue Medien und ein modernes Ausbildungskonzept. Interessenten können sich an diesem Tag am Stand der Sparkasse Witten mit einem Virtual Reality-Rundgang einen Eindruck von ihrem zukünftigen Arbeitsplatz machen.



Manuela Briele, Ausbildungsleiterin der Sparkasse Witten: „Die Jugendlichen können sich auf dieser Informations-Veranstaltung in Sachen Berufswahl umfassend informieren – und auch gleich mit Ansprechpartnern zahlreicher Wittener Betriebe persönlich Kontakt aufnehmen: Eine gute Gelegenheit, gleich vor Ort ins Gespräch zu kommen und gegebenenfalls ein Praktikum in einem der Wunschbetriebe zu vereinbaren. Wir freuen uns auf unsere Teilnahme an dieser Ausbildungsbörse und auf viele interessante Gespräche“, so die Ausbildungsleiterin der Sparkasse. Ihr Tipp für alle Schülerinnen und Schüler, die in Sachen Berufswahl und Karriere richtig durchstarten wollen: „Besucht am 04. Juli 2019 auf jeden Fall den 8. Wittener Markt der Ausbildung. Es lohnt sich!“

INFO

16.30 Uhr

Begrüßung durch die Organisatoren

ab 16.45 Uhr

Entdecke die Ausbildungsvielfalt in Witten und Umgebung und nimm per QR-Code an der Tombola teil

19.30 Uhr

Tombolaverlosung (Anwesenheit bei der Verlosung ist Gewinnvoraussetzung)

20.00 Uhr

Ende der Veranstaltung



Manuela Briele, Ausbildungsleiterin der Sparkasse Witten, im Gespräch.

Foto: Archiv

Über 35 Aussteller, die über 900 Ausbildungsplätze mit vielen Last-Minute-Stellen anbieten!

Für alle steht fest: Wenn es den Wittener Markt der Ausbildung nicht gäbe, müsste er schleunigst erfunden werden, schafft er doch für alle Beteiligten handfeste Mehrwerte. Die Jugendlichen können sich auf dieser Informationsveranstaltung in Sachen Berufswahl umfassend informieren – und auch gleich mit Ansprechpartnern zahlreicher Wittener Betriebe persönlich Kontakt aufnehmen: Eine gute Gelegenheit, gleich vor Ort ins Gespräch zu kommen und gegebenenfalls ein Praktikum in einem der Wunschbetriebe zu vereinbaren.

Aussteller

AHE • Agentur für Arbeit Hagen • AOK NORDWEST • AWO Bezirksverband Westliches Westfalen • AW Seniorenzentren Witten-Annen • Berufskolleg Witten • Bogestra AG • Bundeswehr - Beratungsbüro Hagen • Deutsche Bahn AG • Deutsche Edelstahlwerke Specialty Steel GmbH & Co. KG • Deutsche Rentenversicherung Knappschaft Bahn-See • dm-Drogerie Markt GmbH & Co. KG • Ennepe-Ruhr-Kreis • Evonik Industries AG • Finanzamt Witten • Friedr. Lohmann GmbH • Gebr. Zobel & Co. Speditionen GmbH • Handwerkskammer Dortmund • IHK Mittleres Ruhrgebiet • IKK classic • IOI Oleo GmbH • J.D. Neuhaus GmbH & Co. KG • Katholisches Altenzentrum St. Josefshaus Herbede GmbH • Kaufland Logistik VZ GmbH & Co. KG • Kolping Bildungszentren Ruhr gGmbH • Kraftfahrzeuginnung Hagen/Ennepe-Ruhr • Novitas BKK • Pilkington Automotive Deutschland GmbH • Private Universität Witten/Herdecke gGmbH • Pleiger Berufsausbildungsgesellschaft br • Sparkasse Witten • Stadtmarketing Witten GmbH • Stadtwerke Witten GmbH • St. Elisabethgruppe GmbH • Katholische Kliniken Rhein-Ruhr • Voss Federn GmbH & Co. KG • Wende GmbH • Zeschky Galvanik GmbH & Co. KG • ZF Industrieantriebe Witten

Änderungen vorbehalten.

Vorstellungskraft und mathematisches Verständnis Voraussetzung

Ausbildung zum Maschinen- und Anlageführer bei VOSS Federn

„Bei uns darf man keine Angst haben, sich die Finger schmutzig zu machen“, lacht Bernd Voss und erklärt, mit welchem handwerklichen Geschick die Maschinen eingestellt werden. Doch neben dem Spaß, an Maschinen herumzuschrauben, ist ein gutes mathematisches Verständnis und räumliche Vorstellungskraft Voraussetzung, um den Berufs des Maschinen- und Anlagenführers zu erlernen.

600 Druckfedern pro Minute. 100%ig so, wie der Kunde sie bestellt hat. Das schafft der Federn-Windeautomat in der Produktionshalle von VOSS Federn in Witten-Herbede. „Allerdings nur, wenn er vorher korrekt eingerichtet wurde“, betont Geschäftsführer Bernd Voss. „Es bedarf qualifizierter Fachkräfte, die unsere hochkomplexen Fertigungsmaschinen und -anlagen bedienen und instand halten.“ Diese Aufgabe übernehmen Maschinen- und Anlagenführer.

Produzieren und kontrollieren Maschinen- und Anlagenführer nehmen Fertigungsaufträge entgegen und machen die Maschinen betriebsbereit: Bauteile an der Maschine werden auf- oder umgerüstet, Fertigungsprozesse eingestellt oder die Maschine manuell bedient. Dies geschieht auf Grund von technischen Zeichnungen, Maschineneinstellplänen



nen oder Musterteilen. Während der Produktion überwachen sie die Prozesse und kontrollieren regelmäßig die gefertigten Teile. Sobald ein fehlerhaftes Produkt entdeckt wird, beginnt die Suche nach der Ursache. „Das ist Detektivarbeit“, weiß der ehemalige Auszubildende Pierre Bruno Ehler. „Ist es beispielsweise ein defektes Bauteil, so muss dies repariert oder ausgetauscht werden. Aber meist sind es Kleinigkeiten wie eine lockere Schraube.“

Gute Übernahmechancen Neben der Praxisausbildung im Betrieb gehört der Besuch der Berufsschule zur 2-jährigen Ausbildung dazu. Hier wird erklärt, wie Maschinen und Anlagen aufgebaut sind und wie man sie bedient. Anhand technischer Zeichnungen wird erläutert, wie verschiedene Anlagen sich unterscheiden und funktionieren. „Nach erfolgreich abgeschlossener Ausbildung bestehen gute Chancen für eine Übernahme“, verspricht Bernd Voss. Die Ausbildung nimmt bei VOSS Federn einen sehr hohen Stellenwert ein. Jährlich werden hier zwei bis drei Lehrlinge eingestellt. Es wird vo-



Während der gesamten Produktion wird kontrolliert, ob die Maschine noch richtig arbeitet.

rausgesetzt, dass vor Beginn der Ausbildung ein Praktikum absolviert wird. Und dass die Ausbildung auch in einem kleineren Betrieb sehr erfolgreich verlaufen kann, hat das Unternehmen bereits dreimal bewiesen. 2009 erhielt ein Auszubildender den Preis als Bester Auszubildender

Deutschlands in Berlin und zweimal zuvor konnten Auszubildende den begehrten Max-Greve-Preis der IHK-Bochum entgegennehmen.

Allgegenwärtiges Produkt von höchster Qualität

Ob Handschuhfach, Kofferraum oder Schloss: in einem Auto befinden sich mehr als 1200 ver-



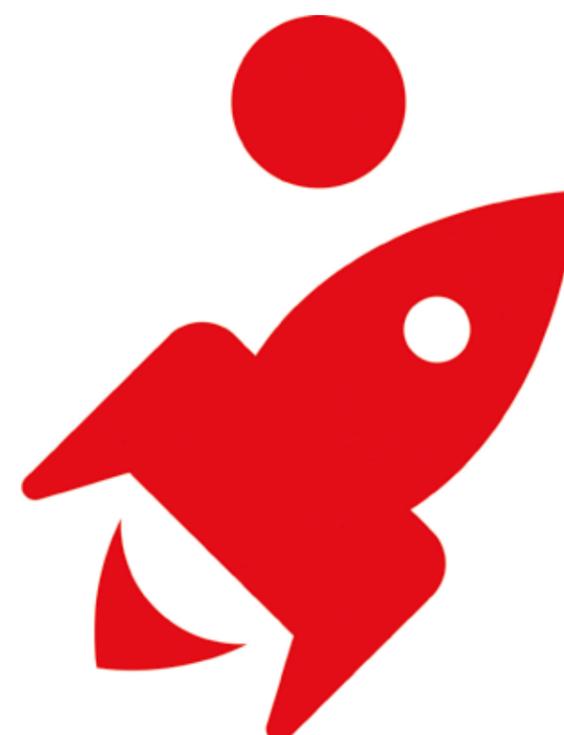
schiedene Federn. Einige davon stammen von VOSS Federn aus Witten-Herbede. Bereits seit 1926 produziert das Unternehmen technische Federn, die in Maschinen, Werkzeuge, Fahrzeuge und technische Geräte eingebaut werden. Als Lieferant für den Maschinenbau und insbesondere der Automobilindustrie unterliegt die Produktion der Einhaltung von strengen Qualitätsnormen. Aber auch das Umweltmanagement von VOSS Federn ist zertifiziert. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.voss-federn.de sowie beim 8. Wittener Markt der Ausbildung am 4. Juli 2019 ab 16.30 Uhr auf dem Gelände der KarriereWERKSTATT.



Besuch' uns beim 8. Wittener Markt der Ausbildung 2019
04. Juli 2019, 16.30 – 20.00 Uhr
auf dem Gelände der Deutschen Edelstahlwerke Karriere-
WERKSTATT, Herbeder Str. 39, 58455 Witten

Senkrecht- starter 4.0

#deinekarrieresparkassewitten



sparkasse-witten.de

Future now.

Mach' dich bereit für einen spannenden, anspruchsvollen Job. Und: Digital können wir natürlich auch! Damit bist du immer einen Schritt voraus.

Also: Bewirb dich jetzt!
www.sparkasse-witten.de



 Sparkasse
Witten




VOSS. BRINGT STAHL ZUM FEDERN.

Wir suchen ab August 2020 eine/n Auszubildende/n als

Maschinen- und Anlagenführer/in



Interesse? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbungsunterlagen per E-Mail.

VOSS Federn GmbH & Co. KG · Feldstr. 4 · 58456 Witten · hr@voss-federn.de · www.voss-federn.de

Ausbildung bei den Stadtwerken Witten: Beste Perspektiven für den erfolgreichen Berufseinstieg

Ein moderner Arbeitsplatz in einem zukunftsorientierten Unternehmen. Dazu eine gute Bezahlung, abwechslungsreiche Aufgaben und viel Raum für die persönliche Entfaltung: All das bieten die Stadtwerke Witten ihren Auszubildenden. Als wichtiger Arbeitgeber in der Region übernimmt der Energieversorger seit vielen Jahren soziale und gesellschaftliche Verantwortung und bildet über Bedarf in verschiedenen Berufszweigen aus.

Modernes Unternehmen mit vielen Angeboten

In Witten sind die Stadtwerke den Menschen vor allem als zuverlässiger Lieferant von Strom, Erdgas, Trinkwasser und Wärme bekannt. Darüber hinaus sorgt das innovative Energieunternehmen als Betreiber von zwei Hallenbädern, dem Freibad Annen und dem beliebten Ausflugsschiff MS Schwalbe II für ein abwechslungsreiches Freizeitangebot vor Ort. Derzeit arbeiten 287 Mitarbeiter bei den Stadtwerken Witten – 13 davon erlernen dabei einen der angebotenen Ausbildungsberufe.

Breitgefächertes Ausbildungsangebot

Spaß an einem handwerklichen Job? Oder doch lieber am PC im Büro arbeiten? Ganz gleich, was favorisiert wird: Die Stadtwerke Witten bieten ein attraktives Angebot in unterschiedlichen Berufsfeldern. Basis aller Ausbildungsgänge ist dabei ein systematischer Ausbildungsplan mit klaren Zielvorgaben. Für optimale Lernergebnisse sorgen darüber hinaus die kontinuierliche individuelle Betreuung durch einen fachbezogenen Ausbilder, der tiefgehende Einblick in die unterschiedlichen Abteilungen des Unternehmens sowie der regelmäßige Werksunterricht. In folgenden Berufen bilden die Stadtwerke Witten derzeit aus:

Elektroniker/in für Betriebstechnik

Elektroniker/innen für Betriebstechnik sorgen für den reibungslosen Ablauf der Produktion und sind im Störfall schnell zur Stelle. Dank eines umfangreichen Wissens in puncto elektrische Energieerzeugung, Energietransport, -Steuerung und -Umwandlung kennen sich die Technik-Experten mit Inbetriebnahme, Wartung und Betriebssicherheit von sensiblen Anlagen bestens aus.

Industriekauffrau/Industriekaufmann

Für einen Energieversorger ist der kontinuierliche Kunden-Dialog von zentraler Bedeutung und Basis des Erfolgs. Ob Einkauf, Verwaltung oder Organisation: Industriekauffrauen/-männer kümmern sich alles Wichtige und lernen in der Ausbildung von der Material- und Personalwirtschaft bis hin zum Finanz- und Rechnungswesen alle Abteilungen kennen.

Kraftfahrzeug-Mechatroniker/in

Wenn es um Wartung, Service und Ausrüstung des Stadtwerke-Fuhrparks geht, kommen die Kraftfahrzeug-Mechatroniker/innen ins Spiel. Sie sorgen dafür, dass alle Pkw und Nutzfahrzeuge – auch die E-Autos – immer einwandfrei funktionieren und die Kollegen auf den Straßen in und um Witten sicher unterwegs sind.

Aktuell noch
für das Jahr 2019
zu vergeben:
**Ausbildungsstelle
Elektroniker/in
für Betriebstechnik**
Bewerben Sie sich!

IT-Fachinformatiker für Systemintegration

Die Verwaltung und Weiterentwicklung des internen IT-Systems fällt in den Arbeitsbereich der Fachinformatiker/innen für Systemintegration. Sie unterstützen bei der Konfiguration und bei Problemen mit PC, Drucker oder anderen Endgeräten. Zudem kümmern sich die IT-Fachleute um die Installation neuer Software oder Sicherheitsupdates und verwalten die Zugangsrechte aller Mitarbeiter/innen.

So läuft der Bewerbungsprozess

Das Wichtigste vorab: Alle bei den Stadtwerken Witten angebotenen Ausbildungsberufe – auch die „typischen Männerberufe“ – stehen sowohl männlichen als auch weiblichen Bewerbern offen. Wer sich bewerben möchte, sollte die Fachoberschulreife oder die allgemeine Hochschulreife mit guten Noten vorweisen können. Je nach Ausbildung werden die ausgewählten Bewerber zum Vorstellungsgespräch, zu einem Bewerbungstag mit praktischen Übungen oder zu einem 1- bis 2-tägigen Praktikum eingeladen.

Beste Karrierechancen auch nach der Ausbildung

Wer bei den Stadtwerken Witten eine Ausbildung absolviert, hat gute Chancen auf dem späteren Arbeitsmarkt und kann nach bestandener Abschlussprüfung und je nach Abschlussnote mit einem befristeten Arbeitsvertrag im Unternehmen planen – und das garantiert Beste Perspektiven also für einen gelungenen Start ins Berufsleben!



INFO

Stadtwerke Witten hautnah erleben

Die Stadtwerke Witten sind Teilnehmer beim „8. Wittener Markt der Ausbildung“ am 04. Juli 2019 und informieren dort über Ausbildungsinhalte und Bewerberprofile und vieles mehr. Weitere Informationen gibt es auch unter www.stadtwerke-witten.de

Ansprechpartner:

Nils Theising
Telefon 02302 9173-207
E-Mail ausbildung@stadtwerke-witten.de
Oder postalisch an: Stadtwerke Witten GmbH
Westfalenstraße 18-20, 58455 Witten

Foto: Thorsten kleine Holtlaus

**MEINE
AUSBILDUNG
HAT MICH
NACH VORN
GEBRACHT!**

Ich bin Timo,
Abteilungsleiter Kfm. Steuerung
Von 2004–2007 habe ich meine Ausbildung zum
Industriekaufmann bei der Stadtwerke Witten
GmbH gemacht.

**Meine ganze Ausbildungs-Erfolgsstory erzähle
ich Dir persönlich beim Wittener Markt oder auf
der Website unter wittener-markt.de/stories**



Ort: Deutsche Edelstahlwerke KarriereWerkstatt • Herbeder Str. 39 • 58455 Witten



**WITTENER
MARKT DER
AUSBILDUNG**

04.07.2019
16:30–20:00 Uhr

Alle Storys und Informationen findest Du auch hier: www.wittener-markt.de [f/wittenermarkt](https://www.facebook.com/wittenermarkt)



KarriereWERKSTATT





Michael Haack zog viele Besucher mit seinem Fachwissen in seinen Bann.

Lehrbienenstand-Führung stieß auf großes Interesse

Trends wie „Imkern in der Stadt“ – neudeutsch „urban bee-keeping“ oder Aktionen wie „Mehr Bienenwiesen im Westen“ von WDR2 stehen für das spürbar gestiegene Interesse an der Bienenhaltung. Entsprechend hatte auch eine große Gruppe Interessierter die Einladung der Ev. Erwachsenenbildung zu einer Führung durch das Lehrbienenzentrums am Hohenstein 40 angenommen, um sich bei schönem Wetter in die Welt der fleißigen Honigsammler einführen zu lassen.

Diese Aufgabe übernahmen Michael Haack und die 1. Vorsitzende des Kreisimkervereins Ennepe Ruhr Hela Mikkin. Mit viel Herzblut erzählten die beiden passionierten Imker, dass zwanzig Bienenvölker mit jeweils rund 30.000 Bienen vom Lehrbienenstand aus emsig das flüssige Gold sammeln – allerdings erst ab einer Außentemperatur von 10 Grad. Die konstante Innentemperatur in einem Stock beträgt dagegen im ganzen Jahr „muckelige“ 35 Grad. „Um den Mengenzuwachs des eingesammelten Honigs zu verfolgen, steht einer der Bienenstöcke auf einer Präzisionswaage“, so Hela Mikkin.

Biene ist nicht gleich Biene

Die Hauptrolle spielt die Königin, die jedem Volk vorsteht, erklärt Michael Haack. Sie unterscheidet sich schon in ihrer Größe, besitzt einen im Vergleich zu ihren Flügeln längeren Hinterleib und hat eine Lebenserwartung von rund fünf Jahren. Für die Erhaltung ihres Volkes zuständig legt eine Königin zwischen 1500 und 2000 Eier am Tag. Damit sie bei Kräften bleibt, kümmern sich 20 bis 30 Bienen ausschließlich um ihr Wohlergehen. Der Imker markiert jede Königin mit einem farbigen Punkt, um sie im Gewusel der vielen Bienen leichter zu finden – für Königinnen aus dem Jahr 2018 ist bundesweit die Farbe Blau angesagt. Arbeiterinnen und Drohnen bilden zwei weitere Gruppen in dem großen Bienenstaat.



Hela Mikkin, 1. Vorsitzende des Kreisimkervereins Ennepe Ruhr, vor den Bienenstöcken am Hohenstein.

Stadt-Bienen geht es besser

Wie nachgelesen werden kann, haben es die Wildbienen im Vergleich zu Honigbienen immer schwerer. Allein in Deutschland sind noch über 500 Arten heimisch, zu denen auch die Hummeln gezählt werden. Auf der Suche nach blütenreichen Landschaften und Nistmöglichkeiten schränken Monokulturen in der Landwirtschaft und hoher Pestizideinsatz ihre Lebensräume dramatisch ein. Zudem setzen die gefürchtete Varroa-Milbe und die

amerikanische Faulbrut befallenen Völkern arg zu. Ergiebigeren Nahrungsquellen und weniger Pestizide tragen dazu bei, dass es den Bienen in der Stadt weitaus besser geht. Seit ein paar Jahren ist sogar ein Trend zu erkennen, Bienenstöcke in der Stadt aufzustellen – ob im Kleingarten, auf dem Balkon oder der Dachterrasse, es findet sich meist ein geeignetes Plätzchen.

Eine Holzkiste als Wohnung

Der technische Aufwand für den Imkerfreund ist verhältnismäßig gering. Bienen sind mit einer 1 x 0,5 x 0,2 m großen Holzkiste als Zuhause vollauf zufrieden.

Die Bienen selbst bauen sich ihr Heim eigenständig aus, legen ihre Waben im Inneren an und müssen weder täglich gefüttert werden noch „Gassi gehen“. Der Imker kann bei einem guten Verlauf mit einem Ertrag von bis zu 15 kg Honig pro Stock rechnen. Jede einzelne Biene denkt dabei nur an ihr Volk: in ihrem kurzen Leben von 60 Tagen arbeitet sie ohne einmal zu schlafen. Ausreichend Zeit sollte aber der Imker zur Pflege und Betreuung finden. Das nötige Fachwissen vermitteln entsprechende Kurse, die auch vom Kreisimkerverein Ennepe-Ruhr auf dem Hohenstein angeboten werden. Weitere Infos finden sich unter www.kiv-en.de. dx

Summ, summ, summ...



©Adobe Stock

FINDERLOHN: EIN BIENENVOLK

Obacht heißt es für den Imker, wenn den Bienen der Platz im Stock zu eng wird und die Bienenkönigin mit einem Teil ihres Volkes auschwärmt. Die Bienen sammeln sich dann erstmal in einer dicken Traube. Wer sie einfängt, darf sie behalten – alles geregelt in § 961 des Bürgerlichen Gesetzbuches.



Foto: ingimage

Lauterbach GmbH

Schreinern nach Maß

- Möbel nach Maß
- Treppenausbau
- Innenausbau
- Wintergärten aus Holz und Kunststoff
- Fenster & Haustüren
- Sicherheits-Schließsysteme
- Tür- und Fensteröffnungen Tag und Nacht
- Reparaturen etc.

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

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

Geprüfter Bestatter
Mitglied der Innung
Lauterbach
BESTATTUNGEN
Bommerholzer Straße 40 a
0 23 02 / 3 10 44

Gestaltung mit Betonpflaster

Schön auf dem Boden bleiben

Der Außenbereich mit Garten, Terrasse und Garagenauffahrt ist heute fast so wichtig wie die Gestaltung der Innenräume. Schließlich soll das Eigenheim schon auf den ersten Blick eine gute Visitenkarte abgeben. Für den ästhetischen Gesamteindruck ist eine klare Strukturierung der einzelnen Bereiche wichtig, die aber dennoch dezent voneinander abgegrenzt sein sollten. Dies gelingt, indem ein einheitlicher Pflasterbaustoff verwendet wird. Ob für Gartenwege, Terrassenflächen oder Zufahrten – vor allem Betonsteine können sehr vielseitig eingesetzt werden und werden von vielen Hausbesitzern bevorzugt. Da das bewährte Material nicht nur als robuster Bodenbelag genutzt wird, sondern auch für Skulpturen, Springbrunnen, Pflanzkübel, Hangbefestigungen oder Beetumrandungen, sind abgestimmte, harmonische Gestaltungen problemlos umzusetzen. Das liegt nicht zuletzt auch an der Vielfalt von Formen, Farben und Oberflächentexturen der Betonsteine. Insbesondere durch Feinwaschen, Rumpeln, Stocken, Sand-, Kugel- oder Flammstrahlen können individuelle Oberflächenstrukturen erzielt werden. In Verbindung mit der großen Auswahl an farbigen Gesteinskörnungen und Pigmenten ergibt sich so eine einzigartige Fülle von Kombinationsmöglichkeiten für einen dauerhaft schönen und langlebigen Außenbereich. Weitere Informationen unter www.betonstein.org. txn



Harmonie im Außenbereich braucht Struktur und Abstimmung bis ins Detail. Der Bodenbelag der Terrasse sollte sich daher in den Gartenwegen oder anderen gepflasterten Flächen wiederfinden. Hier ist Betonstein aufgrund der Vielfalt an Formen, Farben und Oberflächen eine sinnvolle Lösung. Foto: betonstein.org/txn

Benking & Gibis GmbH

Elektro Benking & Gibis GmbH
Wittener Bruch 43 • 58453 Witten
Telefon 023 02/8 49 50
Telefax 023 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

Stuckateurbetrieb H.-J. von Orlikowski

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

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

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

Alles aus einer Hand!

LBS -Bezirksleiter Oliver Hamacher

Berliner Str. 10 • 58452 Witten • Tel.: (02302) 91 46 40



Neuartige Fassaden punkten Individualität fürs Eigenheim

Im Trend liegen Fassadenelemente aus Faserzement, denn sie sind nahezu unverwundlich und überraschen gleichzeitig mit ihrer edlen Oberflächenwirkung. Von der pflegeintensiven Echtholzausführung kaum zu unterscheiden sind beispielsweise die Faserzement-Elemente von James Hardie. Sie bestehen aus Portland-Zement, Sand und Zellulosefasern, sind leicht zu montieren und ein wirksamer, langlebiger Witterungsschutz für die Fassade. Da diverse Farben und Oberflächen-Designs zur Verfügung stehen, lässt sich die ausdrucksstarke Bekleidung von Hauswand und Giebel ohne Probleme dem individuellen Geschmack anpassen.



Eine Fassadenbekleidung mit Faserzement-Elementen setzt individuelle Akzente, wirkt sehr edel, bietet Schutz für Jahrzehnte und sieht dabei richtig gut aus. Foto: Hundven-Clements Photography/txn

Hausfassade aufwerten

Wenn die Fassade in die Jahre gekommen ist, empfiehlt sich eine Sanierung: Empfehlenswert sind mineralische Oberputze, da sie lange halten und besonders viel Gestaltungsspielraum bieten. Mit Filzputz etwa werden sehr glatte Oberflächen geschaffen, die eine geradlinige, klare Architektur optimal unterstützen. Die Besenstrich-Technik führt zu leicht geschwungenen, individuellen Mustern an der Außenwand. Beliebte Klassiker sind mineralische Edelkratzputze. Unterschiedliche Körnungen ergeben hier ein zu jeder Tageszeit lebendiges, stets neues Spiel von Licht und Schatten auf der Fassade.



Körnig, glatt oder sanft geschwungen: Mineralische Oberputze bieten zahllose Möglichkeiten. Foto: Saint-Gobain Weber/txn



Dachziegel Klassische Dacheindeckung immer noch topaktuell

Egal welche Dachform – Dachziegel meistern gekonnt auch Gauben und Erker. So kann das Ziegeldach in die architektonische Gestaltung eingebunden werden. Foto: Braas GmbH

Seit mehr als 4.000 Jahren schützen Dachziegel das Haus vor Witterungseinflüssen! Das Prinzip wurde ursprünglich der Natur abgeschaut: Der Tannenzapfen diente mit seinen überlappenden Schuppen als Vorbild. Dieses einfache, uralte Prinzip ist heute keinesfalls altbacken, sondern in seiner individuellen Form- und Farbvielfalt moderner denn je.

Beste Eigenschaften auch unter ökologischen und nachhaltigen Gesichtspunkten

Dachziegel sind ökologische Produkte, die aus den Grundelementen Erde, Wasser, Luft und Feuer bestehen. Hauptbestandteil ist natürlicher Ton, der im heimischen Tagebau abgebaut wird. Er wird zu Dachziegeln geformt und bei über 1000 Grad mehrere Stunden gebrannt. Das Endprodukt weist eine gute Ökobilanz auf, besticht durch beste bauphysikalische Eigenschaften und sorgt für ein ausgeglichenes Wohlfühlklima.

Individuelle Farben- und Formenvielfalt

Das Angebot an Formen reicht von geschwungenen Dachziegeln bis hin zu modernen puristischen Modellen. Egal welche Dachform oder ob Gauben, Einschnitte oder Ähnliches vorhanden sind – Dachziegel meistern jede Herausforderung. Hin-

zu kommt eine große Palette an glänzenden und matten Farbtönen für jeden Geschmack und Baustil. So können Ziegeldächer gekonnt in die architektonische Gestaltung sowie in die umgebende Dachlandschaft eingebunden werden. Besonders im Trend liegen derzeit geradlinige Flachziegel in dunklen Tönen und mittelgroßen Formaten. Auf ein Ziegeldach kann man sich verlassen. Der Baustoff mit langer Tradition bewährt sich seit Jahrtausenden und ist auch in der heutigen Zeit ein zuverlässiges Material für die Dacheindeckung. Eine moderne und optimierte Verfalzungstechnik macht das Ziegeldach regensicher. Spezielle Befestigungssysteme wie Sturmklammern sichern die Eindeckung zudem verlässlich gegen Sturmschäden. Außerdem sind Dachziegel besonders frostbeständig, einige Hersteller geben hierfür sogar eine zusätzliche Garantie.

Tradition trifft Moderne: Pflegeleichte Hightech-Oberflächen
Glasierte und engobierte Dachziegel besitzen eine sehr glatte Oberfläche, auf der Schmutz nur schwer Halt findet. Und an den Farben können sich Hausbesitzer lange erfreuen – sie sind besonders beständig. Zusätz-

Wärme – Wasser – Wohlbehagen

WILGENBUS

Sanitär

Heizung

Klima

Wartung

Fotoquelle: REMKO GmbH & Co. KG

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

Bringen Sie Farbe in Ihr Leben

Ganz einfach, einen tristen Raum wieder in ein fröhliches Zimmer zu verwandeln, denkt man. Wer schlau ist, lässt sich von einem Innungsbetrieb des Maler- und Lackierhandwerks über notwendige Erhaltungs- und Renovierungsmaßnahmen umfassend beraten und freut sich über die profihaft ausgeführte Arbeit.

Immerhin gibt es eine große Anzahl von Malerarbeiten, von denen der Laie besser die Finger lassen sollte. Das Lehrgeld könnte sonst höher ausfallen als die Rechnung des qualifizierten Fachbetriebs. Dies beginnt bereits bei

den Anstricharbeiten, wo eine fachgerechte Untergrundbehandlung und der Einsatz von umweltgerechten Materialien, die in ihrer Wirkungsweise aufeinander abgestimmt sind, immer größere Bedeutung gewinnt. Klassische Handwerkstechniken wie Spatolato Veneziano oder Stuccolustro geben Ihren Wohnräumen ein elegantes, mediterranes Flair; im Flur ist vielleicht Spachteln angesagt, im Bad marmorieren oder statt Fliesen ein dekorativer Putz. Aber auch andere anspruchsvolle Techniken wie Maserieren, Tupfen oder Wischen liegen voll im Trend. Hier kann sich das Ergebnis aus erfahrener Hand immer sehen lassen: Die Wände werden zu Unikaten und können Ihre Räume optisch sehr positiv verän-

dern. Manch einer erlebt hier die neue Atmosphäre und sein mediterranes Wunder. Die Toscana im Wohnzimmer. Warum nicht? Auch Tapeten erfreuen sich wieder neuer Beliebtheit. Die Nachfrage zu hochwertigen Materialien, die zukunftsweisenden Dessins, steigt fortlaufend. Für das persönliche Wohlbefinden findet sich sicher eine professionelle Lösung in der breiten Angebotspalette des Innungsbetriebs. Malerfachbetriebe sparen nicht bei der Qualität des Materials und setzen Profi-Farbe ein, bei der ein fachmännisch ausgeführter Arbeitsgang für ein perfektes Aussehen der Wand genügt. Innungsbetriebe sind in Ihrer Nähe finden Sie unter www.farbe.de/betriebsuche/ oder www.qih.de/qih-suche.html.

Buchacz Malerhandwerk
Malermeister Adam Buchacz



- Außenarbeiten:**
- Wärme-Dämm-Verbundsystem (WDVS)
 - Verputzarbeiten
 - Sanierung & Gestaltung von Fassaden
 - Reinigung von altem Mauerwerk

- Innenarbeiten:**
- Kreative Maltechnik
 - Tapezierarbeiten
 - Lackierarbeiten
 - Trockenbauarbeiten
 - Sanierung von Wasserschäden
 - Aufbringung von Putz jeglicher Art
 - Lehmputz
 - Fußbodenbeläge jeglicher Art
 - Fußbodenbeschichtung

Arthur-Imhausen-Straße 12
58453 Witten
☎ 0157 84093289
✉ info@buchacz-malerhandwerk.de

Zander Malermeister

➤ Bodenbelagsarbeiten
➤ Tapezierarbeiten
➤ Fassadengestaltung
➤ Maler- und Lackierarbeiten
➤ Kreativtechniken

Kohlensiepen 123 · 58453 Witten
 ☎ 02302 9643141 · www.zander-malermeister.de

EINZIEHEN UND
aufblühen...

Informationen & Wohnungsangebote finden Sie unter www.wwo-witten.de



Auto-Fritz
WITTEN
Meisterbetrieb

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

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

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

M MECKE MOTORSERVICE
KFZ-MEISTERBETRIEB
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
AUTOLACKIEREREI

- Karosserie-Fachbetrieb
- Fahrzeugtechnik • Fahrzeugelektrik
- Autolackiererei • Klimageservice
- 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



Der neue Corsa auch als Elektroversion: Er war bereits angekündigt - Opel wird den neuen Corsa auch in einer Elektroversion anbieten. Der Corsa-e wird 136 PS (100 kW) und eine Reichweite von rund 330 Kilometern nach WLTP haben. Er liefert ein Drehmoment von 260 Newtonmetern und sprintet in 8,1 Sekunden von null auf 100 km/h. Tempo 50 ist in unter drei Sekunden erreicht. Innerhalb von 30 Minuten können per Schnellladung die 50-kWh-Batterien zu 80 Prozent wieder aufgeladen werden.



Urlaub mit dem Mietwagen

Wer das Urlaubsland per Flieger erreicht und bei Ausflügen gerne flexibel bleiben möchte, greift gerne auf einen Mietwagen zurück. Wer das Auto vorab bei einem deutschen Vermieter oder Vermittler bucht, muss sich vor Ort nicht durch oft unverständliche Vertragsbedingungen quälen. So ist auch stets der deutsche Vermieter oder Vermittler der Ansprechpartner.

Worauf ist noch zu achten? Ein Miettag beträgt 24 Stunden: Wer diesen Zeitraum auch nur um ein paar Minuten überzieht, dem wird ein weiterer voller Tag berechnet, warnt der ADAC. Optimal ist die Tankregelung „full-to-full“: mit vollem Tank abholen und mit vollem Tank zurückgeben. Dadurch lassen sich teils überhöhte Tankpauschalen sparen. Wer auf Nummer sicher gehen will, tankt direkt vor dem Zurückgeben und legt bei der Rückgabe auf Nachfrage die Quittung vor. Um bei Unfällen abgesichert zu sein, empfiehlt sich eine Vollkasko-Versicherung mit Diebstahlschutz ohne Selbstbeteiligung – die Versicherungssumme der Haftpflicht sollte dabei mindestens eine Million Euro betragen. Auf jeden Fall sollten Glas, Felgen und Reifen mitversichert sein – denn dort sind Schäden am häufigsten. Wer die Inklusive-Kilometer überschreitet, muss mit hohen Kosten pro Extra-Kilometer rechnen. Extras wie Kindersitze sollten unbedingt schon vorab gebucht werden, um vor Ort nicht ohne die gewünschte Ausstattung dazustehen. Dabei unterscheiden sich die Kosten der Anbieter oft deutlich – z.B. kostet ein Kindersitz für eine Woche auf Mallorca in der Hochsaison zwischen 50 und 80 Euro. So kann der zunächst günstigste Mietwagen-Anbieter durch die zugebuchten Extras plötzlich teurer sein als das vorher zweit- oder drittgünstigste Angebot. In unbekanntem Gebieten fühlen sich viele Autofahrer mit einem Navigationsgerät sicherer – doch dafür erheben die Autovermieter zusätzliche Gebühren. Dank wegfallender Roaming-Gebühren in der EU ist das eigene Smartphone mit Gratis-Apps nun eine echte Alternative – so lassen sich pro Woche schnell bis zu 100 Euro sparen. Am Ende der Mietwagen-Buchung sollte der Gesamtpreis mit allen Versicherungen und Gebühren ausgewiesen sein. Ist dies nicht der Fall, muss der Mieter vor Ort mit teils hohen Zusatzkosten rechnen. Ist die Wunschautokategorie trotz rechtzeitiger Buchung vor Ort nicht verfügbar, bietet der Vermieter in der Regel ein kostenloses Upgrade auf eine höhere Kategorie an. Wer dieses prinzipiell gute Angebot annimmt, sollte sich jedoch rückversichern, dass dadurch keine versteckten Kosten auf ihn zukommen. Bei der Fahrzeugabholung sollte penibel auf Vorschäden geachtet werden. Sind diese nicht im Übergabe-Protokoll vermerkt, muss der Mieter darauf bestehen, dass sie eingetragen werden. Ebenso sollte der Mieter bei der Rückgabe darauf bestehen, dass das Fahrzeug in seiner Anwesenheit auf Schäden geprüft und das Ergebnis schriftlich festgehalten wird.

ampnet/jri



Vorstellung SEAT Arona 1.0 TGI: Erdgas ist im Spiel

Wenn es um die Zukunft der Mobilität geht, denken die meisten Zeitgenossen an elektrisch angetriebene Fahrzeuge, die lokal emissionsfrei und lautlos über die Straßen rollen und die Umwelt entlasten. Leider lässt die Zukunft, das ist nun mal ihr unangenehmer Charakterzug, auf sich warten, und niemand vermag zu sagen, wann die Stromer die Herrschaft auf den Straßen übernehmen. Immerhin sind mehr als eine Milliarde Fahrzeuge weltweit unterwegs. Neben der Entwicklung von elektrifizierten Lösungen geraten zunehmend alternative Kraftstoffe ins Visier der Entwickler, und dazu gehört Erdgas oder CNG (Compressed Natural Gas), das in Italien bereits seit dem Ende der 1930er Jahre als Alternative zu Benzin und Diesel genutzt wird. Damals wurde der Kraftstoff vor allem in Italien eingesetzt, wo Alessandro Volta 1776 die Energiequelle im Norden des Landes entdeckt hatte. Trotz seiner Vorteile – mit CNG angetriebene Automobilen lassen sich die CO₂-Belastung um bis zu 25 Prozent und die Betriebskosten um 30 bis 50 Prozent verringern – führt diese Antriebstechnik noch immer ein Schattendasein in Deutschland. Auch bei den Stickoxiden und Rußpartikeln sind die Erdgas-Modelle Saubermänner und erreichen problemlos die Abgasnorm Euro 6. Gerade einmal knapp 100 000 Erdgas-Mobile sind aktuell in Deutschland unterwegs. Zum Vergleich: In Italien liegt der Bestand bei rund einer Million. Zu den Pionieren bei dieser Technik gehört Seat. In Barcelona arbeiten mehr als 1000 Ingenieure an der Weiterentwicklung dieser Antriebstechnik. Als Ergänzung der Erdgas-Modelle Ibiza und Leon rollt jetzt der Arona TGI auf den Markt. Der weltweit erste CNG-SUV kommt mit dem Einliter-Dreizylinder (90 PS / 66 kW) zu den Kunden, der sich im Fahrverhalten nicht von den konventionell angetriebenen Versionen unterscheidet. Auch bei der Wartung unterscheidet sich der Arona 1.0 TGI nicht von den Benzin-Versionen. „Trotz der zurzeit eher geringen Stückzahlen sehen wir im Erdgas-Antrieb ein großes Potenzial“, erklärt Seat-Deutschland-Geschäftsführer Bernhard Bauer und hat dabei angesichts der Kostenvorteile vor allem Flottenkunden im Visier. Der Unterschied zu den Verbrenner-Modellen zeigt sich an der Tankstelle. Wenn die drei CNG-Tanks (Fassungsvermögen 13,8 Kilo) des Arona gefüllt sind, zahlt der Kunde rund 16 Euro und sichert sich eine Reichweite von 360 Kilometern. Zusammen mit dem Benzin-Notvorrat von neun Litern ergibt sich so eine Reichweite von knapp 500 Kilometern. Der Arona 1.0 TGI unterscheidet sich auch in der Ausstattung nicht von den Verbrenner-Versionen. Dazu gehört unter anderem das schlüssellose Schließ- und Startsystem Kessy, eine Rückfahrkamera, und über das Infotainment-System Full Link ist der Arona mit der digitalen Welt verbunden. Die Antriebskraft wird über ein angenehm leicht schaltendes manuelles Sechsgang-Schaltgetriebe übertragen, und selbst bei rasanter Fahrt bleibt das SUV angenehm leise. Das Fahrwerk bietet einen guten Kompromiss aus Dämpfung und Federung und schluckt viele Defizite der Infrastruktur. Bleibt die Frage, warum Erdgas-Fahrzeuge noch immer eine Nebenrolle spielen. Eine Antwort liefert die Zahl der Tankstellen in Deutschland, die zudem nicht immer leicht zu finden sind. Zurzeit kann bei rund 850 Stationen Erdgas getankt werden, darunter 141 Tankstellen, die Biogas aus erneuerbaren Quellen anbieten. Um diese Tankstellen zu finden, gibt es eine App für das Navigationssystem. Europaweit sind es aktuell 3600 Stationen, die meisten davon in Italien, das ein flächendeckendes Netz für „Methano“ bietet. Diesen Nachteil hat auch Seat erkannt, und „deshalb sprechen wir mit Mineral-



Sieh die Welt mit neuen Ohren.

Der neue
SEAT Arona Beats.
Ab 19.990 €.

- Serienmäßig mit:**
- BeatsAudio™ Soundsystem
 - Voll-LED-Scheinwerfer
 - Virtual Cockpit
 - 17"-Leichtmetallräder

beatsaudio



SEAT Arona Kraftstoffverbrauch: kombiniert 5,2–4,3 l/100 km; CO₂-Emissionen: kombiniert 118–112 g/km. CO₂-Effizienzklassen: C–B. Abbildung zeigt Zubehör.

Autohaus Hantke GmbH
Im Vogelsang 103, 45527 Hattingen,
Telefon +49 2324 32830, <https://hantke.seat.de>

ölfirmen, um das Netz weiter auszubauen. Außerdem denken wir auch darüber nach, Tankstellen bei größeren Seat-Händlern aufzubauen, um die Versorgung zu optimieren“, blickt Bauer in die Zukunft. Für die Erdgas-Modelle verlangt Seat je nach Modell einen Aufpreis von 1000 bis 2500 Euro. Der Arona 1.0 TGI beginnt bei 19 820 Euro. Die Topversion FR kostet 21 820 Euro. Bis zum 30. Juni allerdings bietet das Unternehmen die Erdgas-Modelle zum gleichen Preis wie die Benziner-Versionen an. „Wir haben allerdings kein Problem die Gleichpreisstrategie bei Bedarf zu verlängern“, so Bauer.

ampnet/www

Image Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 1.8.2019
Anzeigenschluss: Freitag, 19.7.2019



Vater Sven gibt letzte Tipps an die kleine Hannah



Walhelfer Martin von den Stadtwerken



Der kleine Mats zeigt Geschick beim Melken

Witten meets family Attraktives Programm lockt viele Besucher

Zwei Tage lang hatte „Witten meets family“ wieder wie ein Magnet unzählige Besucher zum Ostermann-Parkplatz angezogen. Das große Möbelhaus hatte gemeinsam mit Zeitgewinn Event, Stadtwerke Witten sowie der Wohnungsgenossenschaft ein überaus attraktives Programm mit vielen kostenlosen Attraktionen geschaffen. Zudem spielte Petrus mit und ließ die Sonne warm vom Himmel über den Platz an der Fredi-Ostermann-Straße 1 in Rüdinghausen scheinen.

Der Weg lohnte sich: vor allem die Kinder fanden viele Möglichkeiten zu spielen und basteln. Das Angebot wartete in kleinen Zelten, in Form eines Karussells, einer Actionbahn und beispielsweise auch der großen Memory-Wand MegaMemo auf die kleinen Gäste. Selber mal ein Eisen schmieden? Auch das war möglich – ein Kinderschmied zeigte, wie es geht. Die Stadtwerke Witten schickten ihren Wal und mehrere Walhelfer aus dem WiWa-Club des Unternehmens ins Rennen. Der Mensch, die bei den hochsommerlichen Temperaturen in dem Kostüm steckte, hatte das Mitgefühl der Besucher auf seiner Seite. Ein Fingerzeig auf die Zukunft sollten die elektrobetriebenen Autos geben, mit denen Kinder ihre Runden auf dem von den Stadtwerken angelegten Parcours fahren konnten. Zu den Höhepunkten zählte am Sonntag der BOBBY-CAR-CUP 2019 für Kinder von 3 bis 6 Jahre.

Natürlich zog auch das große Handwerkerdorf wieder großes Interesse auf sich. Viele lokale Handwerksbetriebe boten eine Entdeckertour durch ihre Angebotspalette und boten kleine Spiele an. Wer von den vielen Aktionen und dem bunten Zeitvertreib eine Pause brauchte, konnte es sich gern in den bequemen Liegestühlen auf der Sandfläche im Handwerkerdorf gemütlich machen. Verpflegungsstände, an denen die kleinen und großen Besucher ihren Hunger und Durst stillen konnten, rundeten das Angebot ab. dx

Stadtmarketing-Gästeführer Bernd Wittke informiert Familie Kuchnia besonders über die Angebote für Kinder



Schaefer sieht auf Zürich

Kraichgau: Platz fünf

Vier Athleten vom PV-Triathlon aus Witten kamen beim „Ironman 70.3“ in Kraichgau und Rapperswill, Schweiz, ins Ziel.

Drei Wochen war es her, dass Till Schaefer beim „Ironman 70.3“ (1,9 Kilometer Schwimmen, 90 Kilometer Radfahren und 21 Kilometer Laufen) auf Mallorca mit dem 4. Platz in seiner Altersklasse das Ticket zu den „Ironman 70.3 Worldchampionchips“ in Nizza im September dieses Jahres lösen konnte.

Jetzt ging der Athlet vom Triathlon-Bundesligisten aus Witten beim aus 2016 und 2018 bekannten Klassiker in Kraichgau, Baden-Württemberg, über die gleichen Streckenlängen an die Startlinie.

Das 1,9-Kilometer-Schwimmen fand bei äußerst angenehmen Wassertemperaturen im Hardtsee statt. Till Schaefer kletterte nach 26:59 Minuten aus dem Wasser und lief als Dritter seiner Altersklasse in die Wechselzone. Für die 90 Kilometer lange Radstrecke bei hochsommerlichen Temperaturen hielt die Uhr eine Zeit von 2:29:21 Stunden fest – für Till Schaefer nicht ganz zufriedenstellend.

Dafür entschädigte die landschaftlich reizvolle Tour durch das Land der 1000 Hügel. Bereits beim Wechsel schraubte der PVler seine „Pacestrategie“ an-



„Insgesamt ein solides Rennen mit ein paar Schönheitsfehlern. Weiter ist der Fokus auf den Ironman Zürich im Juli gerichtet“, so lautete das Fazit von Till Schaefer nach dem Klassiker in Kraichgau, Baden-Württemberg. Er kam auf Platz 5 seiner Altersklasse. Foto: PV-Triathlon

gesichts der sommerlichen Temperaturen von weit über 30 Grad herunter und ging den abschließenden Halbmarathon mit einem Tempo von knapp unter vier Minuten pro Kilometer an.

„Bei den Verpflegungen hieß es nur: alles nehmen, trinken und über den Kopf schütten, was geht. Ich war sehr zufrieden, dass sich meine negative Erfahrung aus dem Vorjahr mit Krämpfen ab dem vierten Kilometer nicht wiederholte, einen einzigen Krampf inklusive anderthalbmi-

nütiger Dehnpause erst nach Kilometer 20 ausgenommen“, sagt Till Schaefer, dem diese eine Verzögerung aber einen Platz auf dem Podium kostete.

Der PVler lief den abschließenden Halbmarathon in 1:23:39 Stunden und mit einer Gesamtzeit von 4:24:57 Stunden auf den 5. Platz seiner Altersklasse und im Gesamtfeld von knapp 1800 männlichen Finishern auf Platz 25. Der Sieg ging an Jan Frodeno. An gleicher Stelle gingen auch Nora Hansel und Silke Wienforth

ins Wasser, stiegen aufs Rad und schlüpfen in die Laufschuhe. Während Silke Wienforth das Ziel als 27. der W45 in 6:22 Stunden erreichte, finishte Nora Hansel als 41. der W30 in 6:58 Stunden. Große Freude bei Frank Hunstein: Im schweizerischen Rapperswill überquerte der PVler die Ziellinie des „Ironman 70.3 Switzerland“ nach 4:42 Stunden (31:47/2:33/1:29 plus Wechselzeiten) und löste damit ebenfalls sein Ticket zu den „70.3 Worldchampionchips“ in Nizza.

Marathon in Hamburg: rund 150 Höhenmeter unter Elbe

Giersberg, passionierter Ultraläufer vom PV-Triathlon, bewegt sich an ungewöhnlichen Orten

Marathonläufe gibt es mittlerweile an den ungewöhnlichsten Orten. Andreas Giersberg, passionierter Ultraläufer vom PV-Triathlon Witten, absolvierte einen Marathon unter der Elbe und zwei Wochen später eine Strecke von 63 Kilometern in Zugspitzennähe.

Gelaufen wurde in Hamburg in den beiden Röhren vom alten Elbtunnel. Die 200 Starter mussten für die Marathondistanz von 42,195 Kilometern insgesamt 48 Runden à 868,5 Meter plus einmalig 508 Meter zurücklegen und

hatten lediglich die 1,95 Meter breite Fahrbahn für sich zur Verfügung. „Der äußere Fußweg war für die Öffentlichkeit freigegeben, was Dank guter Organisation kaum Probleme machte. Die Strecke war auf dem ersten Drittel leicht abfallend, dann ein Stück flach und wieder leicht ansteigend, sodass man auch unter der Elbe neben den 42,195 Kilometern auch rund 150 Höhenmeter sammeln konnte“, erklärt Andreas Giersberg die Marathonstrecke der besonderen Art. Schwer wurde der Lauf für den PVler auf-

grund der zunehmenden Luftfeuchtigkeit ab dem ersten Halbmarathon. „Das Wasser sammelte sich schon auf den Fliesen und der Kreislauf wurde gefordert.“ Dennoch: In der guten Marathonzeit von 3:51 Stunden erreichte Andreas Giersberg als 50. das Ziel. „Diesen Lauf würde ich noch mal machen“, schwärmte der Ultraläufer. Seinen Wunsch muss er zehn Jahre zurückstellen, denn erst ab voraussichtlich 2029 soll die zweite Röhre unter der Elbe saniert werden.



Andreas Giersberg nach dem Rennen durch den Elbtunnel in Hamburg

Umsonst & draussen

Im Steinbruch Imberg, Am Hang 2, 58453 Witten-Annen

Samstag, 6. Juli
Beginn 16 Uhr



Seit 2013 begeistert das von Wittener Jugendlichen organisierte Open-Air-Festival mit einem spannenden Genremix: Einmal jährlich treffen hier Indie-Punks auf Rapper/innen, Songwriter/innen auf Metalheads und junge Bands aus der Region auf überregional bekannte Headliner. In diesem Jahr ist die WERK*STADT als Kooperationspartner der städtischen Koordinationsstelle Jugendkultur erstmals an der Umsetzung des Projekts beteiligt. Diesmal mit dabei: AkzentOne (Hip-Hop), Redefined (Metal), Madlays, LYGO, Crossed Arms, 4SPURIG, Bakali und LMT. Weitere Informationen unter facebook.com/SommerrockImberg.

- Eintritt frei ! -

Mut hilft heilen!

Bereits zum 15. Mal fand im Veranstaltungszentrum der Sparkasse Witten die jährliche Informationsveranstaltung „Brustkrebs – Mut hilft heilen“ des Brustzentrums des Wittener Marien Hospitals statt und sie war sehr gut besucht.

Eingeladen waren auch diesmal Frauen mit gynäkologischen Krebserkrankungen und deren Familien. Im Laufe des Nachmittags beleuchteten Experten und Betroffene verschiedene Aspekte rund um das wichtige Thema Brustkrebs. Zudem nutzten die Besucher beim Markt der Möglichkeiten die Gelegenheit, sich zu informieren und auszutauschen. Auch diesmal zählten zu den zahlreichen Ausstellern unter anderem Sozialpartner aus den Bereichen Pflege und Ernährungsberatung, Ansprechpartner für Krankengymnastik, Selbsthilfegruppen, Sanitätshäuser, Seelsorger und Hospize. Und natürlich standen den interessierten Besucherinnen und Besuchern Ärzte und Pflegenden des Brustzentrums für individuelle Fragen zur Verfügung.

Gemeinsam mit den Experten des Brustzentrums des Wittener Marien Hospitals hatte die Sparkasse Witten zur mittlerweile 15. Auflage dieser jährlichen Informationsveranstaltung eingeladen. Denn: Mut hilft heilen! Und rechtzeitig erkannt und behandelt, sind die meisten Brustkrebs-Erkrankungen heilbar!



Dr. John Hackmann, Chefarzt des Brustzentrums, Marien Hospital Witten, Andrea Psarski, Vorstand der Sparkasse Witten, Dr. Natalie Herold, Fachärztin, Zentrum Familiärer Brust- und Eierstockkrebs, Universitätsklinikum Köln, Dr. Vera Heuer, Fachärztin, MVZ Wanne, Ärzte am Ruschenhof, Herne, Prof. Dr. Sven Schiermeier, Direktor des Zentrums für Frauenheilkunde und Geburtshilfe der St. Elisabeth Gruppe, Standort: Witten | Wanne-Eickel - und Chefarzt der Frauenklinik und Geburtshilfe, Marien Hospital Witten



Die Absolventen des Frühjahrs-Kurses bekamen innerhalb einer Feierstunde, an der auch Astrid Hinterthür, Leiterin des Fachbereiches „Soziales und Gesundheit“ des EN-Kreises, und AWO Geschäftsführer Jochen Winter teilnahmen, ihre Zertifikate.

Schulbegleiter

Schulbegleiter, deren Aufgabe es ist, Kinder und Jugendliche mit unterschiedlichsten Beeinträchtigungen, wie Lernstörungen, Autismus und Körperbehinderungen, im Schulalltag zu unterstützen, haben nach wie vor gute Einstellungschancen. Die AWO EN bietet vom 23. September bis zum 13. Dezember 2019 erneut eine Qualifizierung für Schulbegleiter an. Interessenten sind eingeladen, das Qualifizierungsangebot näher kennenzulernen.

Mit Interessenten führen AWO-Mitarbeiter ausführliche Beratungsgespräche, auch zur Finanzierung der TÜV-zertifizierten Qualifizierungsmaßnahme, die zum Beispiel über einen Bildungsgutschein erfolgen kann. Die Qualifizierung umfasst tägliche Unterrichtseinheiten von 8.30 bis 14.30 Uhr sowie ein Praktikum in einer Schule. Kommunikation, Gesprächsführung, und Deeskalationsstrategien gehören zu den Schulungsinhalten. Vermittelt werden zudem pflegerische Grundlagen und Basisinformationen zu Behinderungsformen und rechtlichen Grundlagen der Tätigkeit.

Die Stellensuche der Teilnehmer wird von der AWO EN, die intensiv mit anderen Trägern von Schulbegleiter-Diensten zusammenarbeitet, unterstützt. Nähere Informationen gibt es unter Tel. 0 23 02/9 84 08 20 oder per Mail: qualifizierung@awo-en.de.

Aufgrund großer Nachfrage PV-Triathlon: wieder Kinder-Schwimmkurse

Aufgrund der großen Nachfrage bietet der PV-Triathlon Witten wieder Kinder-Schwimmkurse in den Sommerferien an für Nichtschwimmer und Schwimmer ab 5 Jahre im Hallenbad Vormholz, Vormholzer Ring 58. Der ganze Kurs findet statt von Dienstag, 16. Juli, bis Donnerstag, 15. August, das sind zehn Unterrichtseinheiten. Der halbe Kurs: Dienstag, 16. Juli, bis Dienstag, 30. Juli, und Donnerstag, 1. August, bis Donnerstag, 15. August, das sind jeweils fünf Unterrichtseinheiten. Kurstage sind dienstags und donnerstags, jeweils von 17 bis 17.45 Uhr oder 17.45 bis 18.30 Uhr. Abzeichen werden in allen Schwimmkursen abgenommen. Anmeldung nur online unter www.triwiw.de. Informationen auch unter Ruf 0 23 02/8 36 30 oder 02302/1 76 67 88.



Individuell abgestimmt auf den Alltag Physiotherapie hilft

Wenn alles läuft und der Körper funktioniert mühelos, denken wir, das müsse selbstverständlich sein. Aus diesem Irrtum erwacht man – meist schmerzlich –, wenn irgendetwas unser Gleichgewicht stört. Dann meldet sich der Körper und alles ändert sich. Das passiert beispielsweise nach tragischen Unfällen im Straßenverkehr oder auch in den scheinbar so harmlosen eigenen vier Wänden.

Nachdem die Wunden versorgt sind, verabschieden sich die Ärzte. Bis zur endgültigen Gesundung heißt das Zauberwort „Rehabilitation“, kurz Reha. Diese ist in vielen Fällen eine physiotherapeutische Behandlung, vorausgesetzt, die maßgebliche Institution, die Ärzte, stellen eine solche Diagnose. Sie stellen Überweisungen für die Physiotherapie aus. Auch die Physiotherapeuten machen sich ein genaues Bild von der gesundheitlichen Situation der Patienten. Sie fragen etwa nach Einschränkungen im Alltag oder ganz konkret nach den Beschwerden, prüfen die Beweglichkeit und die körperliche Leistungsfähigkeit. Auf Grundlage aller Erkenntnisse erstellen die Physiotherapeuten einen Trainingsplan, der abgestimmt ist auf die Beschwerden und die Möglichkeiten des Patienten. Dann steht unter anderem ein Training der Beweglichkeit auf dem Programm, ferner die Verbesserung von Kraft, Ausdauer und Koordination. Physiotherapeutische Therapien setzen an den grundlegenden Strukturen des Körpers an, zum Beispiel an Sehnen und Muskeln. Die Maßnahmen wirken direkt auf den Stütz- und Bewegungsapparat. Das hat auch positive Auswirkungen auf die inneren Organe, vor allem auf die Nerven. Das Training ist am wirksamsten, wenn es regelmäßig wiederholt wird. Deswegen wird der Übungsplan – soweit möglich – an den Alltag der Patienten angepasst, damit die Übungen leicht zu Hause oder in den Pausen am Arbeitsplatz durchgeführt werden können.

Die eigene aktive Mitarbeit ist wichtig

Eins bleibt aber wichtig und entscheidend für den Therapieerfolg: die eigene aktive Mitarbeit. Ziel ist, dass die Bewegungen wieder automatisch und schmerzfrei ablaufen und der beschwerdefreie Alltag wieder einkehrt: Wir greifen einen Gegenstand, ziehen uns morgens an und abends wieder aus und so weiter, ohne großartig darüber nachzudenken. Nach einem Unfall oder ebenso auch alters- oder krankheitsbedingt können diese Abläufe beeinträchtigt oder schmerzhaft sein. Ziel der Physiotherapie ist es auch, Schmerzen zu lindern, Beweglichkeit zu bewahren und damit die Selbstständigkeit im Alltag zu erhalten und darüber hinaus zu fördern. Die Physiotherapie, früher hieß sie „Krankengymnastik“, spielt bei sehr vielen Diagnosen eine wichtige Rolle bei der Gesamtbehandlung der Patienten. Beispielsweise nach einem Schlaganfall oder nach einem Unfall ist sie heutzutage weitgehend unverzichtbar. Sie kann aber auch eine vorbeugende Wirkung haben und verhindern, dass körperliche Handicaps oder Schmerzen entstehen oder gar zurückkommen. Wesentliche Elemente sind aktive und passive Formen der Bewegungstherapie, zu der physikalische Therapieformen zählen wie Massagen, Kälte- oder Wärmeanwendungen sowie die sogenannte Elektrotherapie. Bei passiven Therapieformen bewegt der Therapeut zum Beispiel die Arme oder Beine oder übt gezielten Druck auf die Muskeln aus. Bei

DER HEILMITTELKATALOG

Der „Heilmittelkatalog des Gemeinsamen Bundesausschusses“ (G-BA) listet Symptome auf, die eine Physiotherapie erfordern:

- ▶ Erkrankungen der Stütz- und Bewegungsorgane wie Wirbelsäulenerkrankungen, chronische Rückenschmerzen, Knochenbrüche, anatomische Fehlstellungen, entzündliche Gelenkerkrankungen wie etwa Rheuma
- ▶ Harn- und Stuhlinkontinenz
- ▶ Arterielle und venöse Gefäßerkrankungen sowie Lymphabflussstörungen
- ▶ Neurologische Erkrankungen, vor allem die Parkinson-Krankheit, Multiple Sklerose und Schlaganfälle
- ▶ Erkrankungen der Atemwege wie Asthma, chronische Bronchitis oder Mukoviszidose



den aktiven Formen bewegen sich die Patienten selbstständig nach den genauen Anweisungen der Therapeuten. Physiotherapie hat viele wirksame Seiten und kann in (fast) allen medizinischen Fachgebieten angewendet werden. Die Ärzte verordnen sie, wenn die zu behandelnden Symptome im „Heilmittelkatalog des Gemeinsamen Bundesausschusses“ (G-BA) aufgelistet sind.

Zu den bekannten Methoden der Physiotherapie gehören unter anderem: Bobath-Methode (Schlaganfall, Lähmungen, Entwicklungsverzögerungen); Vojta-Methode (Druck auf definierte Zonen); Neuromuskuläre Fazilitation (PNF) (Störung natürlicher Bewegungsabläufe); Manuelle Therapie (Verspannungen, Gelenkblockaden).

Die Gesundheit geht vor

Ob zu Hause, auf Kurztrips am Wochenende oder längeren Urlaubsfahrten: Eine mobile Notfallapotheke sollte immer in greifbarer Nähe sein. In dieser sind idealerweise Medikamente gegen häufige Erkrankungen wie Halsschmerzen, Erkältungen, Durchfall, mögliche Allergien, Sodbrennen oder Übelkeit enthalten. Außerdem dürfen natürlich Verbandszeug, Schere, Fieberthermometer und Schmerzmittel nicht fehlen. Was viele vergessen: Auch ein Mundschutz wie der Ding-Filter ist im Erste-Hilfe-Kasten sinnvoll. Der spezielle Filter enthält Kupferwolfe, die stark antibakteriell wirkt und verhindert, dass gefährliche Keime und Pilze eingeatmet werden. So lässt sich, besonders während der Grippe- und Erkältungszeit das Ansteckungsrisiko deutlich verringern. Der innovative Mundschutz ist in der Apotheke erhältlich. Mehr Informationen finden sich unter www.dinnovative.de. txx



Im Notfall gut ausgerüstet: Ein Erste-Hilfe-Koffer sollte regelmäßig auf Vollständigkeit und Haltbarkeit überprüft werden. Empfehlenswert ist auch ein spezieller Mundschutz (Ding-Filter), der die Ansteckungsgefahr bei Grippe oder Diphtherie senken kann. Foto: smart.Art/Fotolia



Tretboot fahren, Segeln, Surfen, Minigolfen, Grillen, Schwimmen oder Strandvolleyball: Vieles ist am See möglich. Einer der Veranstaltungshöhepunkte mit bundesweiter Strahlkraft: das Zeltfestival Ruhr (ZFR) von Freitag, 16. August, bis Sonntag, 1. September. Foto: Hans Blossy

Ins offene Messer gelaufen

Stadt brachte ein Kreuz auf Parkfläche an

Unverzüglich reagierte jetzt die Stadt Witten auf eine äußerst unangenehme Erfahrung eines Autofahrers. Was war passiert? Der Image-Leser hatte seinen Pkw auf einer der regelmäßig eingezeichneten Parkflächen am Bodenborn abgestellt und in der Eile nicht bemerkt, dass ausgerechnet diese Parkfläche auch als Zufahrt zu einem Grundstück diente.

Rund vier Wochen später erhielt er ein Schreiben von „Parkcollect“. Dieses Unternehmen sei, so war dem Brief zu entnehmen, damit beauftragt, die rechtlichen Interessen eines Anwohners (Name der Redaktion bekannt) wahrzunehmen. Für das Blockieren der Ausfahrt und die verhinderte Nutzung seines Parkplatzes forderte Parkcollect einen Schadenersatz von mindestens 20 Euro. „Dumm gelaufen, 20 Euro sind zu verkraften“, dachte der Image-Leser an dieser Stelle des Schreibens noch. Beim Weiterlesen erfuhr er jedoch, dass Parkcollect 52 Euro als Inkassovergütung, 10,40 Euro als Pauschale für Post und Telekommunikation und 12 Euro für die Halterermittlung in Rechnung stellt. Summa summarum 106,26 Euro inklusive Mehrwertsteuer. Sollte nicht gezahlt werden, drohe eine kostenpflichtige Abmahnung durch eine angeschlossene Rechtsanwaltskanzlei. Der Leser zahlte zähneknirschend und informierte die Stadt, um nicht weitere Autofahrer ins offene Messer lauzenzulassen. Die Stadt Witten schaute sich die Parksituation vor Ort an und brachte kurzfristig ein dickes Kreuz auf der Parkfläche an.



Ein Kreuz auf der Parkfläche warnt ahnungslose Fahrer. dx

Eine Menge los im Ruhrtal

Zeltfestival ist der Höhepunkt im Sommer

Wenn die einen in Urlaub fahren, sitzen die anderen zu Hause und drehen Däumchen? Weil zu Hause die Bürgersteige hochgeklappt werden? In der Tat: Auch Restaurants und Gaststätten schließen und die Inhaber gehen in die verdienten Ferien. Trotzdem ist eine Menge los – vor allem im Ruhrtal mit seinen vielen Möglichkeiten.

Rund um den Kemnader See bieten sich etliche Veranstaltung zur Zerstreuung oder Erleichterung an. Und wenn mal nichts ansteht, lockt der See, einfach mal spazieren zu gehen und die Seele baumeln zu lassen, wie man so schön sagt.

Die Stichworte für anderweitige Aktiven lauten: Beachvolleyball, Beachsoccer, Frisbee oder „Slaglining“ im „Blue:beach“; das „Strand-Deck“ mit 1 500 Quadratmeter feinem Sandstrand, einer entspannten Club-Atmosphäre, zwei Beachvolleyballfeldern und bisweilen auch offenen Beachvolleyball-Turnieren für Anfänger wie für Profis; eine Golfanlage ganz nah an der Ruhr unweit des Sees mit einigen „Handicaps“ der schönen Art; zwei Kunstrasen-Tennisplätze; viel Ufer für Angler, die sich vorher Tageskarten für Gastangler auf der Webseite des Angelsportvereines ASV Bochum Ruhr besorgen können – und Segeln an Land. Der See macht's möglich.

Die Kiteschule „World of Wind“ bildet an, sich in den Sportarten „Kitebuggyfahren“, „Powerkiten“ und „Kitelandboarden“ zu üben.

Angst vor Radfahrern oder Inline-Skatern im Geschwindigkeitsrausch braucht man nicht zu haben. Für Biker, Skater und Fußgänger führt jeweils einen eigenen Weg um den See.

Ferner rundet ein direkt am See gelegenes Freizeitbad das Angebot mit seinem großzügigen Innen- und Außenbereich ab. Naturnah bietet es Wasser- und Wellnessfreuden jeder Art mit Riesen- und Minirutschen, Kinderbecken, Whirlpools, reizvollen Veranstaltungen oder auch Tauch- und Schwimmkursen. Getreu dem Anspruch „Die Terme im Ruhrtal“ schätzen viele die große Saunawelt samt Angeboten.

Haare enthalten Nesselgift

Der Eichenprozessionsspinner ist wieder da

Da ist er wieder: der Eichenprozessionsspinner. Seine Verbreitung wird gefördert von warmer Witterung. In den Kronen von Eichen wurde der Spinner an vielen Stellen im Stadtgebiet gesichtet.

Zur Erinnerung: Von den unscheinbaren Schmetterlingen geht keine Gefahr aus, aber seine Raupen haben (ab dem dritten Larvenstadium) winzige Haare, die ein Nesselgift enthalten und bei Hautkontakt stark juckende Quaddeln hervorrufen. Einatmen sollte man die „Brennhaare“ auch nicht. Weil die Gefahr für den Menschen zur Zeit des Raupenfraßes am höchsten ist, kümmert sich die Abteilung Grünflächen des städtischen Betriebsamtes nicht nur um das Absperrn und Entfernen der bisher gesichteten Nester auf kommunalen Liegenschaften, sondern informiert auch noch einmal alle Privateigentümer von Grünflächen. Unmittelbar nach Entdecken eines Nestes gilt: Bitte von den Raupen fernhalten und benachbarte Türen und Fenster schließen. Von der Idee, Gegenmaßnahmen auf eigene Faust durchzuführen, rät auch der Landesbetrieb Wald und Forst Nordrhein-Westfalen ausdrücklich ab. Städtische Empfehlung an alle Grundstückseigentümer, ihre Eiche(n) im Auge zu behalten und bei Bedarf eine Firma zu beauftragen, die sich umgehend um das Problem kümmert. Unter dem Stichwort „Eichenprozessionsspinner beseitigen“ wird man im Internet sofort fündig. Wer in öffentlichen Grünanlagen in einer Eiche ein Nest des Prozessionsspinners entdeckt, schreibt am besten eine E-Mail an gruenflaechen@stadt-witten.de. Zudem kann man die städtische Grünflächenabteilung informieren. Läuft der Anrufbeantworter, bittet das Amt, eine Nachricht mit einer möglichst genauen Ortsangabe zu hinterlassen.



Wer den „Spinner“ entdeckt, kann ihn beim Grünflächenamt melden unter der Rufnummer 023 02/581 35 48.

BloW – aufregendes Jahr 2019

Die rund 60 Mitglieder des Symphonischen Bläserorchesters Witten BloW e.V. haben es geschafft. Nach knapp 2-jährigem unermüdlichem Engagement konnten sie mit Unterstützung zahlreicher Sponsoren ihr neues Zuhause, die „BloW Schall(t)zentrale“ am Rheinischen Esel beziehen. In einem vorerst letzten Kraftakt wurde von den Musizierenden in Eigenregie nach der Akustikverkleidung auch der Bodenbelag verlegt und der Umzug von der Martin-Luther-Kirche, dem langjährigen Probenort, zur neuen Wirkungsstätte am Radweg „Rheinischer Esel“ vollzogen.



Am 7. Juli gibt BloW in diesem Jahr sein erstes Sommerkonzert. Unter dem Titel „Bube, Dame, König, Ass“ findet das Konzert im Foyer der Universität Witten-Herdecke um 18 Uhr statt. Eine interessante Bandbreite musikalischer Spielkarten wird an diesem Abend am Pult des Dirigenten Michael Eckelt aufgelegt. Als starke Damen holen sich die Wittener Orchester zwei Solistinnen zur Verstärkung: Nina Nussbaum wird als Sängerin (Mezzo-Sopran) dem Konzert des Orchesters eine ganz besondere Note verleihen und Joanna Ross Hersey aus den USA wird als Solotubistin zusammen mit dem BloW-Orchester auf der Bühne stehen. Musikalisch geht es von klassischen Werken bis zu modernen Filmmusiken genauso bunt und überraschend zu wie in einem schnellen Kartenspiel. Wie auch dort kann jetzt noch nicht alles verraten werden, sicher aber ist, dass das Orchester wieder die Trümpfe in der Hand halten wird. Karten gibt es bei den Buchhandlungen Lehmkuhl und der Mayerschen sowie unter www.blow-witten.de.

Programmorschau

Im Herbst verwandelt BloW dann den Wittener Saalbau in ein großes Zirkuszelt. In Zusammenarbeit mit professionellen Zirkusartisten und Absolventen der Zirkusschule in Kopenhagen (DK), dem „Kinderzirkus Konfetti“ im Ev. Kirchenkreis Hattingen-Witten sowie dem Zirkus „Quamboni“ im Ev. Kirchenkreis Hagen wird den Besuchern Artistik und Musik geboten. „BloW“ übernimmt dabei am 16. und 17. November jeweils ab 18 Uhr die Rolle des „Zirkusorchesters“.

Im September wird die BloW Schall(t)zentrale am Esel im Rahmen eines bunten Festes geöffnet. Dabei wird Gelegenheit sein, dieses außergewöhnliche Projekt allen interessierten Bürgerinnen und Bürgern vorzustellen und einen Eindruck davon zu vermitteln, was dort in Zukunft kulturell stattfinden soll. Hierzu wird BloW gesondert informieren und einladen.

TERMIN

**So., 7. Juli, 18 Uhr
Sommerkonzert
„Bube, Dame, König, Ass“**

des Symphonischen Bläserorchesters Witten BloW im Foyer der Universität Witten-Herdecke, Alfred-Herrhausen-Straße www.blow-witten.de



KÖNIG
Bestattungshaus

Inh. Monika König-Stein

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

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

Bombe und Schmierseife

Sommerfamilienfest am Schleusenhaus

„Kleiner Fähmann“ ist das Sommerfamilienfest am Königlichen Schleusenwärterhaus überschrieben. Es findet am Sonntag, 14. Juli, von 12 bis 18 Uhr an der Straße Insel 1 statt.

Die Veranstaltung verspricht, ein großer Familienspaß an der Ruhr zu werden beispielsweise mit Wasserbomben und Schmierseifenrutsche. Da es nichts Schöneres gibt, als an einem heißen Sommertag einen Spieltag mit Wasser, Wasser und nochmals Wasser direkt an der Ruhr zu verbringen, pustet der Veranstalter, die Arbeitsloseninitiative „Wabe“ in Witten, ausreichend Planschbecken für alle Kinder und Junggebliebenen auf.

Gerne dürfen auch eigene Wasserspiele mitgebracht werden. Die Teilnehmer können staunen, was man mit Wasser alles machen kann. Bei schlechtem Wetter findet die Veranstaltung eine Woche später am 21. Juli statt. Weitere Informationen finden Interessenten auch im Internet unter der Adresse: schleusenwaerterhaus@wabembh.de oder telefonisch unter der Rufnummer 01 76/50 45 96 95.

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Donnerstag, 1.8.2019

Anzeigenschluss: Freitag, 19.7.2019

Image

Titelbild: Alte Feuerwache, Foto: M. Dix
Herausgeber: Monika Kathagen, Wasserbank 9 · 58456 Witten
Verlag und Redaktion: Kathagen-media press
E-Mail: uk@kamk.de, www.image-witten.de ☎ 023 02/98 38 980

Anzeigen und Redaktion: B. Bohner-Danz, M. Dix, C. Hamacher, M. 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 Preislise 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 31.07.2019. Preise inkl. MwSt.

Neu



Auch zur Vermietung:
Bagger & Kleingeräte wie
z.B. Rüttelplatte, Graben-
stamper & Schneidetisch

Maschinenvermietung

Vermietung verschiedener Maschinen:
Neu: Muck Truck Max 2 (550 kg Zuladung)
69,00 €/Tag (brutto)

Splitt & Kies

Viele Größen und Farben auf Lager
Als Sackware, 20kg je Sack



ab
4 70
pro Sack



7 99
pro Sack



Hornspäne 2,5kg

- Basisdünger für den Gemüse- & Ziergarten mit Langzeitwirkung
- keine Verbrennungsgefahr
- anwendbar im kontrolliert biologischen Landbau

19 90
pro m²



Kiesmatten

Größe: 119 x 78,6 x 3 cm
Matte mit Wabenform und Vliesunterseite
bedingt befahrbar/45kg pro Matte
(Splittstabilisierungsmatten)

Dauertiefpreis



2 29
pro Sack

Blumenerde 45L

12 60
pro 1l Flasche



Grünbelag-Entferner

Hotrega Grünbelagentferner
Konzentrat 1l

Unsere Baustoffe können wir
auch gerne liefern.



Hammertaler Baustoffe GmbH
Im Hammertal 99a
58456 Witten

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

Öffnungszeiten
Mo.-Fr. 6.00-17.00 Uhr
Sa. 6.00-12.00 Uhr

Internet:
www.hammertaler-baustoffe.com

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