137. Ausgabe

Kostenlos zum Mitnehmen

Februar / März 2022

StadtMagazin Witten

Was hopft denn da?

Der Wiedehopf ist Vogel des Jahres 2022

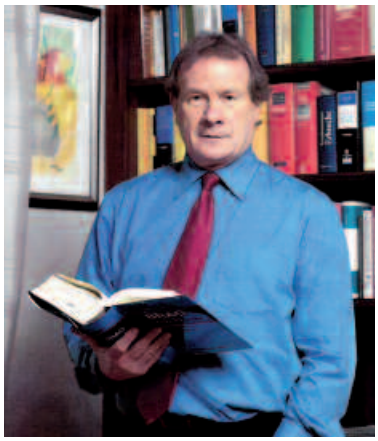
Vorgestellt: Polizeichefin Pia Ziegler

Hilfe direkt vor der Haustür!
Hochwasserhilfe des DRK Witten

Reise in die Vergangenheit
Ruhr-Gymnasium lässt Bronzezeit lebendig werden

REINHARD SCHAUWIENOLD
RECHTSANWALT UND NOTAR A.D.

Ihr Partner für Erb-, Familien- und Immobilienrecht



Reinhard Schauwienold
Rechtsanwalt und Notar a. D.
Der professionelle Partner für
Erb-, Familien- und Immobilienrecht

Beethovenstraße 15 ■ 58452 Witten ■ Tel.: 0 23 02 / 5 80 82-0 ■ Fax: 0 23 02 / 5 80 82 22
Mail: info@schauwienold.de ■ Internet: www.schauwienold.de

Ihr altes Dachfenster ist nicht ganz dicht?
Zeit für Ihre Roto Renovierungsfenster!

Raus damit ...

... rein damit!

Ihre Vorteile im Überblick:

- Keine Brech-, Putz- und Folgearbeiten – Unabhängig von Baujahr, Hersteller und Größe
- PVC-Kunststoffprofil – UV-beständig, langlebig und dauerhaft schön
- Hochwertige Isolierverglasung – Schont die Umwelt und den Geldbeutel, KfW-förderfähig
- Premiumqualität „made in Germany“*

RotoProfipartner

AMLING BEDACHUNGEN

Amling Bedachungen
Konrad-Adenauer-Straße 17a
58452 Witten
Telefon: 02302 / 593 47
E-Mail: th.amling@t-online.de
www.a-m-bedachungen.de

Roto

* Über 90% unserer Produkte

Das Stadtmagazin
bei Facebook

Ein Magazin nur für Sie

Er wird die Spreu vom Weizen trennen und seinen Weizen in die Scheune bringen. Die Spreu wird er in einem Feuer verbrennen, das nie mehr verlöscht.
Matthäus 3,12

Erika Killing-Overhoff
Verlagsleitung

Antje Dittrich
Redaktionsleitung

Ein glückliches neues Jahr, das haben wir uns gegenseitig gewünscht. Immerwährendes Glück? Gibt es das, ist das überhaupt wünschenswert? In den Märchen heißt es meist zum Schluss ›und sie lebten glücklich und zufrieden bis an ihr Lebensende‹. Zuvor musste aber immer viel Verdrießliches bewältigt werden. Das ist auch richtig so, denn gäbe es kein Unglück, könnten wir Glück gar nicht wahrnehmen. Doch sollten wir vielleicht den Fokus auf die Zufriedenheit lenken, weil Glück doch eigentlich nur eine Momentaufnahme ist, dann, wenn unser Körper den richtigen Hormoncocktail mischt und unsere Synapsen sie an das Gehirn weiterleiten. Doch ständig auf Hochtouren zu fahren, würde uns sicher überfordern. Und wie alles im Leben, was uns fortwährend präsentiert wird – und sei es noch so toll – nehmen wir gar nicht mehr als so außergewöhnlich wahr. Bleiben wir also lieber bei der Zufriedenheit mit ein paar wunderbaren Glücksmomenten. Und das wünschen wir Ihnen, liebe Stadtmagazinleserin, lieber Stadtmagazinleser, von Herzen.

2021 ist passé, das können wir abhaken. Traurig darum sind wir nicht. Es war nicht leicht, das vergangene Jahr ins Herz zu schließen. Es gab ein paar zu viele schlechte Ereignisse. Doch auch etwas Versöhnliches ist geblieben: die großartige Hilfsbereitschaft nach den Überflutungen im Juli. Die Mitmenschlichkeit, von der wir so oft meinen, dass sie verloren gegangen ist, hat uns gerührt, begeistert und sehr beeindruckt. Hoffen wir, dass auch die versprochenen Staatshilfen nicht in Bürokratie versinken und endlich diejenigen erreichen, die es so hart getroffen hat.

Nun, wir sind in ein neues Jahr gestartet und schleppen den Corona-Ballast noch weiter mit uns herum. Auch in der Pandemie hat sich gezeigt, wie sich die Spreu vom Weizen trennt. Positiv ist, dass viel mehr Weizen vorhanden ist als Spreu. Negativ ist, dass diese Spreu die Aufmerksamkeit auf sich zieht, sich pöbelnd mit verschwurbelten Ideen und den absurdesten Verschwörungstheorien Gehör verschafft. Tragisch ist, dass auch diejenigen, die sich vorbildlich verhalten, diejenigen, die bis zur Erschöpfung im Einsatz sind, unter diesen sogenannten Querdenkern leiden müssen. Auch mal querzudenken ist ja an sich nicht falsch, aber Tatsachen zu ignorieren ebenso wie die anerkannte Wissenschaft, ist schlicht gefährlich dumm. Im Netz kursieren die wildesten Behauptungen, wer sein ›Wissen‹ lediglich daraus rekrutiert, dem fehlt es an Differenzierungsvermögen.

Wir sind uns sicher alle einig in der Erkenntnis, dass vieles nicht gut gelaufen ist. Das wird noch aufzuarbeiten sein. Jetzt über Vergangenes zu diskutieren, bringt uns nicht weiter. Hoffen wir gemeinsam auf einen Lerneffekt.

Auch wenn Omikron in diesem noch jungen Jahr eine Bedrohung darstellt, stehen wir heute in Bezug auf die Pandemie besser da als in den letzten beiden Jahren. Und was ist mit den großen welt- und klimapolitischen und wirtschaftlichen Fragen? Da wird unsere neue Regierung viel zu tun haben. Wünschen wird ihr in unser aller Interesse trotz des holprigen Starts ein gutes Gelingen: Es ist noch viel Luft nach oben!!!

Trotz all der nicht störungsfreien Aussichten: Bleiben Sie zuversichtlich, hoffnungsvoll und fröhlich. Sich in Sorgen zu vergraben hat noch niemandem geholfen.

Herzlichst Ihr
Correctum-Verlag
E. Killing-Overhoff

Das nächste Stadtmagazin erscheint Anfang April 2022. Redaktionsschluss ist am 23. März 2022.

Impressum

Correctum Verlag
Erika Killing-Overhoff
Postfach 4008, 58426 Witten,
Nolsenstraße 27, 58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 58 98 99-0
Fax 0 23 02 / 58 98 99-9
E-Mail info@stadtmag.de · www.stadtmag.de

Herausgeber: Correctum Verlag

Redaktion: Erika Killing-Overhoff (verantw.), Antje Dittrich, Pia Lüddecke, Christian Hirdes, Christoph Palmert

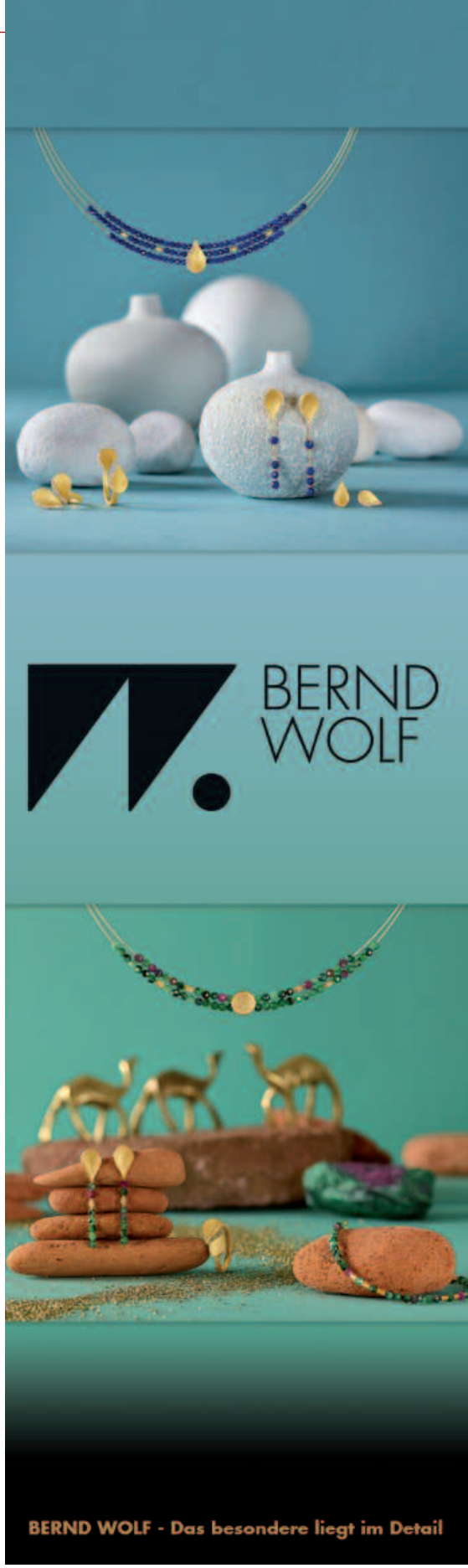
Anzeigen:
Mediaberatung/Vertriebsleitung
Axel Sieling (verantw.)
Tel. 0 23 02 / 80 09 43
Mobil 01 63 / 5 83 37 32
E-Mail axelsieling@stadtmag.de

Satz und Layout:
Selisky Design UG (haftungsbeschränkt)
Stahlbaustr. 8
44577 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 / 35 80 30
www.selisky-design.de

Druck:
Bonifatius GmbH Druck-Buch-Verlag
www.bonifatius.de

Titelbild: Wiedehopf; Pixabay / Jacek Ben

Alle in dieser Zeitschrift erschienenen Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte, auch Übersetzungen vorbehalten. Reproduktionen jeder Art, auch der vom Verlag gestalteten Anzeigen, bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial wird keine Haftung übernommen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Eine Gewähr für die Richtigkeit der Veröffentlichung kann trotz sorgfältiger Prüfung nicht übernommen werden.



Gerling by EILOFF
Juwelier seit 1899
Bahnhofstraße 15 in Witten
Telefon 02302 52182
www.juwelier-gerling.de

Inhalt

Ein Preis für große und kleine Helden – Stadtwerke Witten vergeben den 1. Wittener Nachhaltigkeitspreis 6
Vorgestellt: Polizeichefin Pia Ziegler 7
Viel los im Lukaszentrum 8
Einkaufen wie früher 9
fresh at work 10

Kinderrätsel 12
›Positiv Leiten‹
Ratgeberbeitrag von Heilpädagogin (BHP) Petra Süss 13
Buchtipp für Kids 13
Reise in die Vergangenheit
Ruhr-Gymnasium lässt Bronzezeit lebendig werden 14
Wittener Ferienspiele: Unterstützer*innen gesucht! 15
Die Schule der magischen Tiere 15
Ran an die Nudel! 15

Ein Beruf fürs Leben 16
Verhandlungsgeschick, Durchsetzungskraft und Schlagfertigkeit 16
Ausbildung beim Mobilen Pflegeteam 18
Berufskraftfahrer*innen wirken nachhaltig und krisensicher an vorderster Front 20

Intelligente Gebäudesteuerung 21
Immobilien-Teilverkauf: Haken und Fallstricke 22
Sylter Feeling im heimischen Garten 25
Würden Sie heute den Führerschein bestehen? Teil II 26

KÄLTE SCHRADER KLIMA
Beratung - Planung - Verkauf - Service
- **Klimaanlagen** für Wintergärten, Dachgeschosse, Schlafzimmer, Kinderzimmer, Büros, Praxen …
- **Über 50 Jahre Erfahrung**
- **Montage** Lassen Sie die Montage durch unser qualifiziertes Fachpersonal durchführen!

Der richtige Fachbetrieb, wenn es um Klimaanlagen geht!
Kälte - Klima Schrader · Ardeystraße 70 A · 58452 Witten · Telefon: 0 23 02 / 1 80 08 · **www.kaelte-schrader.de**

Heinrich Mühlenbroich Immobilien
www.muehlenbroich.com, Tel. 02302 1719218
immobilien@muehlenbroich.com
Mit Kompetenz und Expertise zum Erfolg …

Mitten aussem Leben 29
Tschüss alter ›Lappen‹ 30

Der Weiße Tag – Süße Grüße aus Japan 32
Rechtstipp aus der Kanzlei Schauwienold 34

Hochwasserhilfe des DRK Witten 36
Die Welt wird besser 38
Patientenaufnahme im EvK Witten optimiert 41
Blisterverpackungen erhöhen Medikamentensicherheit 42
Masketragen mit Hörgerät 43
Time-out!
So kriegen Sie bei der Arbeit den Kopf frei 44
Sicher ist sicher! 46
Bewusstheit durch Bewegung 46
Gut durch die Quarantäne kommen 47
Ist das normal oder Demenz? 49

Was Sie schon immer über das Weltall wissen wollten ...
Unser Frühlingssternenhimmel 50

Sebo's Café: Endlich wieder da! 52
Geschichtetes Glück: Food Bowls 53

Was hopft denn da? 56
Buchtipps aus der Redaktion 58
Dies & Das 60
Rätselspaß 62

Ein Preis für große und kleine Helden

Stadtwerke Witten vergeben den 1. Wittener Nachhaltigkeitspreis

»Engagement für unsere Heimatstadt soll belohnt werden.« Mit diesem Leitsatz startet der 1. Wittener Nachhaltigkeitspreis der Stadtwerke Witten. Der lokale Energieversorger will damit nachhaltige und soziale Projekte fördern, die von gesellschaftlichem Nutzen sind. Ein sattes Preisgeld sowie ein Pokal erwarten den Erstplatzierten. Noch bis zum 28. Februar können sich Bürgerinnen und Bürger online bewerben.

Preisgeld von insgesamt 10.000 Euro

»Überall in Witten treiben große und kleine Helden die lokale Energiewende voran oder setzen sich für ihre Mitmenschen ein«, sagt Mathias Kukla, Pressesprecher bei den Stadtwerken. »Damit leisten sie einen unverzichtbaren Beitrag für die Gesellschaft und für unsere Stadt. Dieses besondere Engagement wollen wir mit dem Nachhaltigkeitspreis auszeichnen.« Die Gewinner*innen dürfen sich über ein großzügiges Preisgeld von insgesamt 10.000 Euro freuen: 4.000 Euro gibt es für den ersten Platz, 3.000 Euro für den zweiten, 1.500 Euro für den dritten sowie 1.000 Euro für den vierten und 500 Euro für den fünften Platz. Der erste Preisträger erhält zudem einen extra für diese Auszeichnung gestalteten Siegerpokal, der den Nachhaltigkeitsgedanken des Preises verkörpert.

Auch Kinder können mitmachen

Die Teilnahmebedingungen sind bewusst sehr offengehalten: Voraussetzung ist, dass das Projekt gesellschaftlichen Nutzen hat und in Witten stattfindet. Mitmachen können alle, die volljährig sind oder als Minderjährige das Einverständnis ihrer Eltern einreichen – das gilt selbstverständlich auch für Vereine oder Schulklassen. Das Projekt kann bereits vor Kurzem umgesetzt worden sein oder gerade in den Startlöchern stehen. Hauptsache es trägt zu einem nachhaltigeren Witten bei!

Jury entscheidet über die Gewinner

Die Auswahl der Gewinner-Projekte trifft ein dreiköpfiges Gremium bestehend aus Mathias Kukla von den Stadtwerken Witten, Kaja Fehren, Klimaschutzbeauftragte der Stadt Witten, und Barbara Dieckheuer, Geschäftsführerin von VIADUKT e. V., dem Verein zur Förderung der psychosozialen Versorgung in Witten. »Für die Jury haben wir Wittener Expertinnen gewinnen können«, so Mathias Kukla. »Barbara Dieckheuer hilft durch den Verein VIADUKT seit vielen Jahren Menschen mit psychischen Erkrankungen oder Behinderungen. Und den Einsatz für die Umwelt kann Kaja Fehren als Klimaschutzbeauftragte der Stadt bestens einordnen.«

Bewerbungen, Teilnahmebedingungen + Datenschutzhinweise:
www.stadtwerke-witten.de/nachhaltigkeitspreis
Bewerbungsschluss: 28. Februar 2022

Vorgestellt: Polizeichefin Pia Ziegler

Sie ist 35 Jahre jung – und die neue Leiterin der Polizeiinspektion an der Casinostraße. Im Oktober 2021 hat Pia Ziegler den Staffelstab von Polizeioberrat André Berger übernommen. Die Volljuristin freut sich auf neue Herausforderungen. »Hier in Witten besteht meiner Erfahrung nach ein sehr guter Kontakt zu den städtischen Ämtern. Und auch von den Bürgerinnen und Bürgern werden wir als Ansprechpartner vor Ort positiv wahrgenommen. Dies ist meinen Vorgängern zu verdanken, deren Arbeit ich gerne fortsetzen möchte.«

»Ein reiner Schreibtischjob wäre nicht mein Fall«

Die gebürtige Dortmunderin kam über Umwege zur Polizei. Nach dem Abitur studierte sie zunächst Jura in Bielefeld, Heidelberg und Bochum. »Doch schon an der Uni habe ich mich für den Bereich Strafrecht interessiert«, erzählt sie. »Während des Referendariats wurde mir dann schnell klar, dass ein reiner Schreibtischjob nicht mein Fall wäre. Durch eine Kollegin wusste ich, dass man sich nach dem zweiten Staatsexamen auch für den höheren Polizeidienst bewerben kann. Das habe ich getan und wurde 2016 direkt eingestellt.« Zuletzt leitete sie die Führungsstelle ›Gefahrenabwehr/Einsatz‹ des Bochumer Polizeipräsidiums. Seit dem Herbst steht sie nun an der Spitze der rund hundert Beamtinnen und Beamten des Wittener Reviers.

Pia Ziegler ist die neue Leiterin der Polizeiinspektion an der Casinostraße.

Im Einsatz gegen Jugendkriminalität und Fahrradunfälle

Aber ist die Welt hier in Witten nicht noch halbwegs in Ordnung? Geiselnahmen und Banküberfälle seien ihr bisher erspart geblieben, antwortet Pia Ziegler auf unsere Frage. Überhaupt sei Polizeiarbeit – zum Glück – selten so aufregend wie im Film. Langweilig wird es trotzdem nicht. Eine wichtige Baustelle, der sich schon ihr Vorgänger André Berger widmete, ist die Jugendkriminalität rund um Kornmarkt und Johanniskirche. »Seit Jahren klagen Anwohner in diesem Bereich über Vermüllung, Vandalismus und Lärmbelästigung – hier suchen wir im Zusammenspiel mit dem Jugendamt und dem Ordnungsamt nach Lösungen.« Des Weiteren will sie sich für eine verstärkte Bekämpfung von Fahrrad- oder E-Bike-Unfällen einsetzen. »Zum Frühling hin werden unsere Beamtinnen und Beamten wieder mit ihren Rädern auf den Straßen und dem Rheinischen Esel unterwegs sein und entsprechende Verkehrskontrollen durchführen.«

»Autorität entsteht ja nicht nur durch körperliche Größe«

Ein anderes Polizeithema, das seit Ausbruch der Pandemie immer mehr in den Fokus rückt, ist die zunehmende Mobilisierung durch Coronaskeptiker und Impfgegner. Versammlungen und Demonstrationen wie die sogenannten ›Spaziergänge‹ gibt es auch in Witten. »Allerdings laufen die Proteste hier größtenteils friedlich ab«, berichtet Pia Ziegler. Auf die Frage, ob sie sich als zierliche junge Frau angesichts einer aufgebrachten Menschenmenge nicht auch schon mal unsicher fühle, lächelt sie. »Autorität entsteht ja nicht nur durch körperliche Größe, sondern vor allem durch professionelles Auftreten und gute Kommunikation. Dank des Know-hows meiner Kolleginnen und Kollegen habe ich mich selbst in meiner Anfangszeit nie allein gelassen gefühlt. Inzwischen weiß ich, dass es auch auf die Mischung im Team ankommt. Klein und zierlich zu sein, kann je nach Art der Auseinandersetzung sogar Vorteile mit sich bringen und deeskalierend wirken!«

Nach Dienstschluss entspannt die junge Polizeichefin, die mit ihrem Mann und ihrem zweijährigen Sohn in einer ländlichen Ecke von Mülheim lebt, beim Joggen durch Feld und Flur. »Außerdem mache ich gerne Yoga. Pandemiebedingt ist dieser sportliche Ausgleich in letzter Zeit leider etwas zu kurz gekommen. Das wird hoffentlich wieder anders!«

Anzeige

Viel los im Lukaszentrum

Übernachten und losradeln, entspannen beim christlichen Yoga oder weiterbilden in zahlreichen Seminaren

Historisches Ambiente, familiäre Gemütlichkeit und viele kreative Ideen: Das Lukaszentrum war schon immer mehr als ein gewöhnliches Gäste- und Tagungshaus. Auch im Jahr 2022 ist das von der Creativen Kirche betriebene Haus mit Leben gefüllt. Hinter den traditionsreichen Mauern finden nicht nur mannigfaltige Workshops und Seminare statt, es bietet vor allem auch Übernachtungsmöglichkeiten für Einzelreisende und Gruppen.

Katharina Trelenberg

Mit 33 Betten in Einzel- und Doppelzimmern schätzen vor allem die Wittener Nachbar*innen diese gastliche Möglichkeit, den privaten Besuch komfortabel und nah unterzubringen. »Direkt am Ruhrtalradweg und dem Rheinischen Esel gelegen, bieten wir im Sommer auch gerne eine Unterkunft für Fahrrad-Touristen an. Selbstverständlich haben wir auch Unterstellmöglichkeiten für Fahrräder!«, berichtet Katharina Trelenberg.

»Bezüglich der Workshops und Seminare haben einige sich bereits gewundert, dass wir als Lukaszentrum keinen eigenen Programmkalender haben«, erzählt sie. »Das liegt daran, dass unsere Räumlichkeiten von zahlreichen unterschiedlichen Bildungs-Anbietern genutzt werden.« Die Creative Kirche selbst bietet in Kooperation mit der Ev. Pop-Akademie ein breites musikalisches Programm für verschiedenste Zielgruppen und Altersklassen an. »Vom Anfänger bis zur Profisängerin«, so Katharina Trelenberg. Informationen hierzu finden sich unter www.ev-pop.de.

© Foto: SELA-Institut

Ein besonderes Seminarangebot: christliches Yoga

Auch das mit Unterstützung der Creativen Kirche neu gegründete SELA-Institut für christliches Yoga bereichert das Seminarangebot des Lukaszentrums. Zum einen findet an diesem Standort die Fortbildung zum zertifizierten Yoga-Lehrer für christliches Yoga statt. Zum anderen lädt das Haus einmal monatlich zum Yogagottesdienst ein (Termine und Anmeldung unter www.christliches-yoga.de). »Glaube findet nicht nur im Kopf statt. Ziel ist es, das Körperliche mit dem Spirituellen in Einklang zu bringen. Für die Verbindung von Tradition und Innovation sind wir hier genau am richtigen Ort.«

© Foto: Creative Kirche Medien GmbH

Workshops, Seminare oder musikalische Meetings ... Die vielfältigen Räume eignen sich für unterschiedlichste Events.

Gäste- und Tagungshaus Lukaszentrum
Creative Kirche Medien GmbH
Pferdebachstraße 39a · 58455 Witten
Tel. 0 23 02 / 2 82 22 70
www.lukaszentrum-witten.de

Tagungsräume
Veranstaltungssaal
Gästezimmer

LUKAS ZENTRUM
GÄSTE- UND TAGUNGSHAUS

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Pferdebachstraße 39 a, 58455 Witten
lukaszentrum@creative-kirche.de
+49 2302 28222-70
www. lukaszentrum-witten.de

Andreas Vincke (Einrichtungsleiter), Manuela Söhnchen (Leitung Sozialdienst) und Eberhard Fritz (Bewohner) besichtigten die kleine 50er-Jahre-Verkaufsfläche im boni Center. Verkäuferin Julia Tolstoi (li.) freute sich über die gelungene Kooperation.

© Foto: Andreas Vincke

Einkaufen wie früher

Der Tisch ist einladend mit Brot und Wein gedeckt. Weitere Lebensmittel locken hinter der Vitrine eines alten Küchenschranks. Und auch die Gemüsetheke ist gut gefüllt … Falls Sie im Januar im boni Center shoppen waren, haben Sie vielleicht die gemütliche, im 50er-Jahre-Stil gestaltete Verkaufsfläche bemerkt. Möbel und Einrichtungsgegenstände stammen aus dem Altenzentrum am Schwesternpark der Diakonie Ruhr. Die nächste Stufe einer ungewöhnlichen Zusammenarbeit.

»Das boni Center ist im Stadtteil eng verwurzelt, viele unserer Bewohner*innen gehen hier einkaufen«, berichtet Einrichtungsleiter Andreas Vincke. Bereits im Jahr 2019 bemühte er sich daher um eine Kooperation mit dem Supermarkt: Fachkräfte aus dem Seniorenzentrum schulten die Verkäufer*innen kostenfrei im Umgang mit Alterseinschränkungen und beginnender Demenz. »Im obersten Regal nach der Ware suchen oder die Schrift auf den Produkten entziffern – das ist alles gar nicht so leicht, wenn die Motorik nachlässt und man nur noch zwanzig Prozent seines Sehvermögens hat«, weiß Andreas Vincke. So lud das Team der Feierabendhäuser zu einem spannenden Experiment: Mithilfe von Alterssimulationsanzügen schlüpften die Kursteilnehmer*innen in die Rolle der Ü-80-Jährigen. Durch Gewichtsmanschetten, Handschuhe, spezielle Brillengläser und Ohrenschützer wurden die Gebrechen im Alter simuliert. »Informationen sind wichtig, aber wenn Sie damit mal eine Treppe steigen oder einkaufen gehen, brauche ich Ihnen nicht mehr viel zu erzählen. Diese Erfahrung wirkt nach!«

Inzwischen wurde die Schulung schon dreimal durchgeführt. Im Sommer soll es nach der Coronapause endlich weitergehen. Auch ein Lieferservice zum Seniorenzentrum wurde eingerichtet. »Trotzdem war ich überrascht, als man mich zwischen den Jahren anrief und um die Leihgaben für die Präsentationsfläche bat«, so Andreas Vincke. »Da haben wir gerne ausgeholfen – und es sah richtig schnuckelig aus!« Einigen Kunden soll es so gut gefallen haben, dass sie fragten, ob man den Küchenschrank ebenfalls kaufen könne. Da haben die Bewohner*innen der Feierabendhäuser aber auch noch ein Wörtchen mitzureden. Mittlerweile stehen die Möbel nämlich wieder da, wo sie hingehören: auf den Wohnbereichen.

Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser
Pferdebachstraße 43 · 58455 Witten · Tel. 0 23 02 / 5 89 51 00

fresh at work

Wittener Unternehmen mit neuem Markenauftritt

It's fresh, it's new, it's fresh at work – Mit der neuen Marke fresh at work® erneuert die Wittener Coffee at Work GmbH & Co. KG ihre Angebote innerhalb der Melitta Gruppe. Der Anbieter von hochwertigen Kaffeespezialitäten und Tafelwasserlösungen für die Arbeitswelt legt mit der neuen Marke fresh at work® den Grundstein für die internationale Expansion. Die neue, frische Markenphilosophie manifestiert sich zudem in einer neuen Arbeitswelt am Standort Witten.

fresh at work®-Geschäftsführer Martin Sesjak in der frisch bezogenen Firmenzentrale im Wullener Feld 81. Mit der neuen Marke legen der gebürtige Wittener und sein Team den Grundstein für die internationale Expansion des Unternehmens.

Einfach, ehrlich und frisch

Über die Entscheidung zur neuen Marke sagt Gründer und Geschäftsführer Martin Sesjak: „Perspektivisch möchten wir unsere Dienstleistungen auch auf internationalen Märkten anbieten. Die Marke fresh at work® nimmt auf, wofür auch water at work® und coffee at work® gestanden haben. Sie ist aber gleichzeitig größer, agiler, umfassender und bietet Raum für weitere Angebote unter einem Dach. fresh at work® verknüpft Produktivität mit Konzentration und einer Wohlfühl-Leichtigkeit. Kaffee und Wasser am Arbeitsplatz sorgen genau dafür." Seit mehr als zehn Jahren überzeugt das Wittener Unternehmen mit vielfältigen Kaffeevariationen in Gastronomiequalität und wohlschmeckendem Tafelwasser. Stilles, gesprudeltes oder gekühltes Tafelwasser ist eine nachhaltige und kostengünstige Alternative zu Wasser aus Flaschen. Auch fresh at work® setzt auf die bekannten hohen Qualitätsstandards und verzichtet auf Mindestlaufzeiten und versteckte Zusatz- und Folgekosten im Kleingedruckten.

Nachhaltigkeit und Transparenz als Markenversprechen

Nachhaltigkeit spielt bei fresh at work® eine entscheidende Rolle. Das ist auch in den neuen Räumlichkeiten von Coffee at Work berücksichtigt. Das Unternehmen hat dazu im Wullener Feld 81 eine neue Immobilie erworben, in der in einer modernen Atmosphäre ergonomisch gearbeitet wird. Offene, freundlich gestaltete Räume mit viel Platz für Kommunikation und Teamwork.

Weiterer Schritt Richtung Nachhaltigkeit: Die gesamte Dienstwagenflotte wird bis 2030 ausschließlich elektrisch fahren. Die Fahrzeuge des technischen Außendienstes fahren zukünftig mit regenerativer Energie. Dazu wird am neuen Standort eine Solaranlage installiert.

Callcenteragent/in (m/w/d) gesucht!

Sie sind auf der Suche nach einer beruflichen Herausforderung? Sie möchten Teil eines tollen Teams werden und mit Ihren Erfahrungen zur Weiterentwicklung des Unternehmens beitragen? Dann freuen wir uns darauf, Sie kennenzulernen.

Zur Unterstützung unseres wachsenden Unternehmens wird das Callcenter am Hauptsitz in Witten weiter ausgebaut. Dadurch bietet sich eine Chance zur aktiven Mitgestaltung der dynamischen Unternehmensentwicklung für eine/n engagierte/n, unternehmerisch denkende/n und flexible/n Mitarbeiter (m/w/d)

Bewerben Sie sich unter: freshatwork.de/wir-stellen-ein

fresh at work

WE DO
COFFEE AND WATER
AT WORK

Melitta

Ein Blick in die neuen Räumlichkeiten von fresh at work®

Zudem möchte fresh at work® als Teil der Melitta Gruppe bis 2030 seinen Kundinnen und Kunden den Kaffee der Zukunft anbieten: sozial und ökonomisch durch faire Preise sowie gemeinschaftlichem Engagement vor Ort; transparent mit einer nachhaltigen Zulieferkette; klima- und umweltschonend durch nachhaltigen Anbau, sorgsamen Umgang mit Wasser, und Nutzung von regenerativen Energiequellen. Ein erster Schritt ist bereits seit einigen Jahren getan: Aktuell bietet das Unternehmen seinen Kundinnen und Kunden einen Bio-Kaffee in Gastronomiequalität an, der nach den ökologischen Standards angebaut wird.

Mit neuem Auftritt in die Zukunft

Die neue Marke spiegelt sich auch in der Außendarstellung wider: eine neue, frische Website sowie ein grundlegend überarbeitetes Marketing unterstreichen in Zukunft den neuen Claim „Einfach, ehrlich, frisch“.

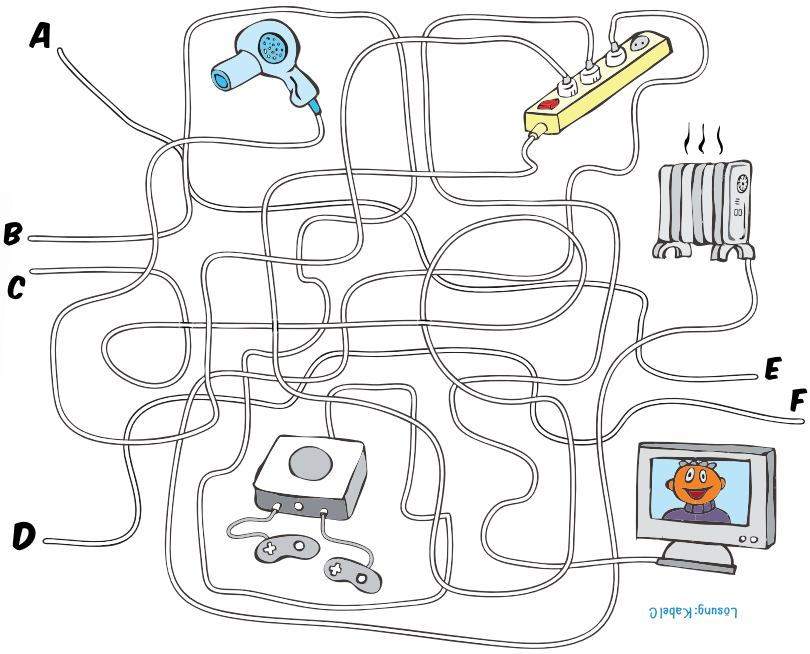
Über fresh at work

Das seit 1. Januar 2018 zur Melitta Gruppe gehörende Unternehmen Coffee at Work GmbH & Co KG bietet einen Rundum-sorglos-Service ohne Vertragslaufzeiten für die Kaffee- und Wasserversorgung an jedem Arbeitsplatz in Deutschland. Die Marken water at work und coffee at work sind zur Marke fresh at work zusammengefasst. Neben einer hochwertigen Produktauswahl an Kaffeesorten und professionellen Vollautomaten und Tafelwassergeräten sorgen regelmäßige Wartungseinsätze für garantierten Kaffeegenuss in Gastronomiequalität und hygienische, umweltfreundliche Wasserversorgung. Grundlage des nachhaltigen Erfolges sind nicht nur das vertragsfreie Konzept, sondern auch zuverlässige und geschulte Servicetechniker. Sämtliche Reparatur- und Wartungsarbeiten sind kostenfrei. Das von Martin Sesjak im Jahr 2005 gegründete Unternehmen beschäftigt deutschlandweit rund 100 Mitarbeiter. Neben transparenten Konditionen kommt fresh at work ohne Kleingedrucktes und versteckte Kosten aus und räumt dem Kundenservice oberste Priorität ein. Auch mit der Marke fresh at work engagiert sich das Unternehmen im Amateursport und unterstützt die Nachhaltigkeits-Initiativen der Melitta Gruppe.

Coffee at Work GmbH & Co. KG
A Melitta Group Company
Wullener Feld 81, 58454 Witten
Tel: +49 (0) 800 400 442-2
info@freshatwork.de
www.freshatwork.de

Stromspar-Wirrwarr

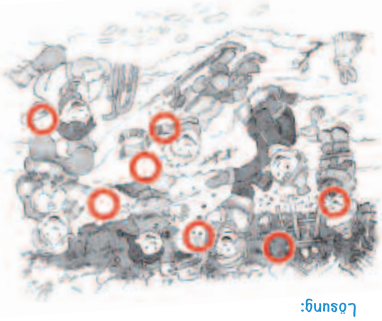
Jonas möchte gerne die Steckdosenleiste ausschalten. Klar! Das spart ja Energie und ist sicherer, weil kein Brand ausbrechen kann. Aber erstmal muss er dem richtigen Kabel folgen. Hilfst du ihm?



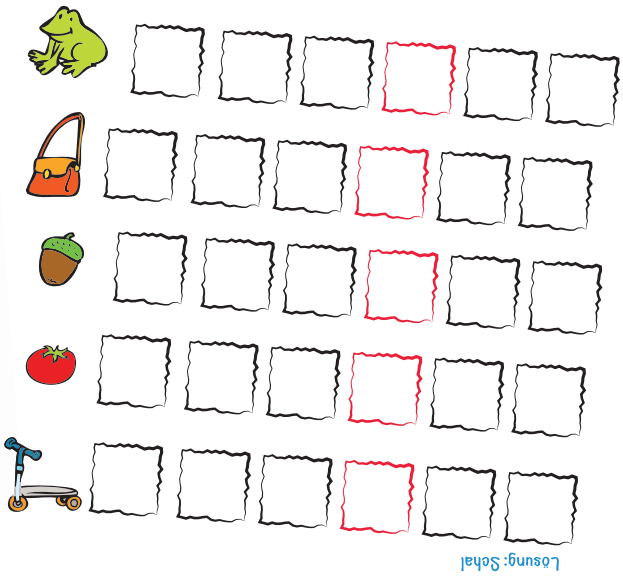
Lösung: Kabel C

Fehlersuche

Ein tolles Winterspaß-Bild! Leider haben sich unten 7 Fehler eingeschlichen. Findest du sie alle?



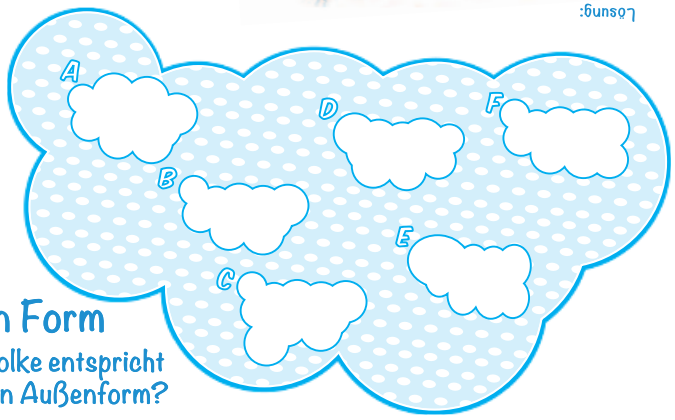
Lösung:



Lösung: Schal

Wortsuche

Wie lautet das Lösungswort?



Form in Form

Welche Wolke entspricht der großen Außenform?

Lösung: Wolke B

Rätselgestaltung: www.ohnekopf.de

›Positiv Leiten‹

Ratgeberbeitrag von Heilpädagogin (BHP) Petra Süss

© Foto: Seventyfour – stock.adobe.com

›Positiv Leiten‹ ist ein Begriff aus der Marte Meo Methode und in der Erziehung für die Orientierung des Kindes wichtig.

Mit dem Begriff ›Leiten‹ ist gemeint, dass in der Beziehung zwischen Erwachsenem und Kind, in sozialen Bezügen wie Familie, Kindergarten, Schule die Erwachsenen die Richtung beeinflussen, in die eine Entwicklung oder ein Gespräch verläuft. Alle Handlungen, mit denen Eltern verbindliche Regeln für das Zusammenleben in der Familie und das konkrete Verhalten von Kindern entwickeln, wird unter Leiten verstanden. Ein Kind zu leiten heißt, ihm Sicherheit zu bieten, es zu loben, zu ermutigen, zu bestätigen und zu schützen.

In folgenden Momenten benötigt ein Kind (positive) Leitung: z. B. beim Zähne putzen, Aufräumen, Tisch decken, Anziehen, Hausaufgaben machen, Regelspiel, gemeinsam kochen oder backen. Eltern und Bezugspersonen erreichen positives Leiten, indem sie ihre Absichten deutlich machen und dem Kind sagen, was es tun kann: »So jetzt kannst du Zähne putzen« statt »Möchtest du Zähne putzen?« oder »Gehen wir Zähne putzen?«

Petra Süss · Praxis für Heilpädagogik · Centrovital
Annenstraße 151 · 58453 Witten · Tel. 0 23 02 / 9 78 54 30
www.heilpaedagogik-witten.de

›Positives Leiten‹ besteht in der Marte Meo Arbeit im Wesentlichen aus drei Aspekten:

• Klare Anfangs- und Endsignale setzen
Bevor Eltern/Bezugspersonen dem Kind sagen, was es tun kann, nehmen sie freundlich Kontakt auf. Sie machen den Beginn und das Ende einer Tätigkeit klar deutlich.

• Anleitung
Sage ich dem Kind frühzeitig, was es genau tun kann, vermeide ich, dass das Kind oder sein Handeln korrigiert werden muss. Durch das kleinschrittige Erklären und Aufteilen einer Tätigkeit kann das Kind mit größtmöglicher Autonomie die Aufgabe erledigen.

• Regeln und Grenzen
Eltern geben durch klare Regeln und sinnvolle Grenzen einen Rahmen, der Orientierung, Kontinuität und Vorhersehbarkeit ermöglicht. Auf der Basis der komplementären Beziehung sind Regeln und Grenzen zum Schutz des Kindes erzieherisch notwendig, um eine positive Entwicklung zu gewährleisten.

Beachten Eltern diese Aspekte im Umgang mit ihrem Kind, kann ein Kind gut folgen und sich orientieren.

BUCHtipp

Wenn eine Sorgenfee ans Fenster klopft …

Till Ohnesorg ist ein glücklicher Junge, bis eines Tages die Sorgenfee an sein Zimmerfenster klopft. Sie fliegt herein und bringt Till lauter zweifelhafte Geschenke. Von nun an hat Till plötzlich andauernd Probleme, die er bisher gar nicht kannte.
Läuse auf dem Kopf und fehlende Hausaufgaben sind dabei noch die kleinsten. Und dann spricht die Sorgenfee auch noch so komisch. Irgendwas stimmt doch nicht mit ihr, oder? Zum Glück erhält Till von der bis dahin schrecklichsten Mathelehrerin der Welt unerwartet Unterstützung …

Eine zauberhafte Geschichte über den Umgang mit Sorgen, über Freundschaft, Gefühle, Sprachfehler und Mobbing zum Selberlesen ab acht Jahren.

Fritzi Bender
›Till Ohnesorg und die sagenhaft wundersorgende Sorgenfee‹
HENFRI Verlag · 15,50 Euro · www.fritzibender.de

Reise in die Vergangenheit

Ruhr-Gymnasium lässt Bronzezeit lebendig werden

Am 14. Januar war es nach einem Jahr Corona-bedingter Pause endlich soweit: Der Projekttag zu den frühen Hochkulturen konnte am Wittener Ruhr-Gymnasium wieder stattfinden!

Königshaus

© Foto: RGW

Historisches Rollenspiel

An diesem besonderen Tag schlüpft die Jahrgangsstufe sieben in die Rolle von Völkern der Bronzezeit und stellt die Kulturen der Ägypter, Babylonier, Assyrer, Mykener und Hethiter dar. »Während im traditionellen Geschichtsunterricht meist nur das Reich der Ägypter besprochen wird, lernen die Schülerinnen und Schüler in den Stunden vor dem Projekttag auch die anderen frühen Hochkulturen kennen, von denen man normalerweise deutlich weniger hört«, erzählt Geschichtslehrer Andreas Lackner. »Dahinter steht das pädagogische Konzept, dass die vergangene Epoche durch Theater- und Rollenspielelemente erlebbar und erfahrbar wird.« Für Motivation sorgte eine ausgearbeitete Story, bei der die Kinder als Vertreter und Abgesandte ihrer Völker nach Zypern kommen und gemeinsam an einem Strang ziehen müssen, um die vielen Rätsel und Probleme auf der Insel zu lösen.

Marktplatz

© Foto: RGW

Authentische Kostüme

Im Fach Kunst nähten die Schülerinnen und Schüler authentische Kostüme, die zu den jeweiligen Völkern, aber auch zu den von den jungen Teilnehmern selbst gewählten historischen Berufen passten. So war die Aula des Ruhr-Gymnasiums am Aktionstag von vielen kleinen Priestern, Kriegern, Diplomaten, Händlern und Gelehrten gefüllt, die auf den Einzug des Königs von Zypern warteten. Und auch die Lehrerinnen und Lehrer sowie einige ältere Schüler, die als Helfer unterstützten, hatten sich in möglichst originalgetreue bronzezeitliche Verkleidungen gehüllt. »Kreative Ideen der Kinder und Jugendlichen wurden dabei spontan aufgegriffen und eingebaut«, berichtet Andreas Lackner. »Dass der Großwesir des Königs unter Spionageverdacht gerät und plötzlich im Gefängnis landet, überraschte jedenfalls auch die Planer des Projekttages.

Marktplatz

© Foto: RGW

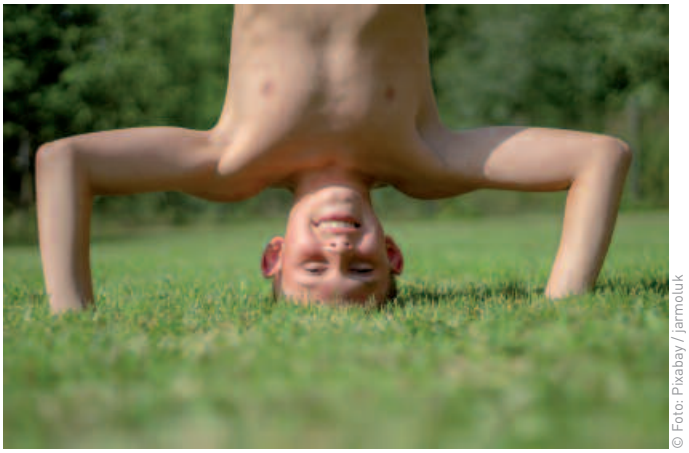
Kampf

© Foto: RGW

Insgesamt war die Zeitreise ein voller Erfolg: Die entführte Prinzessin konnte befreit werden, die erzürnte Göttin wurde besänftigt, und die Diplomaten konnten den Frieden zwischen den Völkern für ein weiteres Jahr sichern.

Hethiter

© Foto: RGW



© Foto: Pixabay / jarmoluk

Wittener Ferienspiele 2022

Unterstützer*innen gesucht!

Kreativität und Entschlossenheit waren in den vergangenen beiden Jahren bei der Organisation der Wittener Ferienspiele gefragt. Denn Corona hatte in die Planungen immer auch eine kräftige Prise Unsicherheit gestreut. Dank des großartigen Engagements von Sponsor*innen, internen und externen Veranstalter*innen sowie Beteiligten gelang es trotz der erschwerten Bedingungen, ein buntes Programm für Wittener Kinder und Jugendliche auf die Beine zu stellen. Für die Ferienspiele 2022 sucht die Stadt Witten nun erneut so engagierte Unterstützung.

»Wir freuen uns über langjährige Kooperationspartner*innen ebenso wie über weitere Unterstützer*innen, die neue Ideen mitbringen«, sagt Koordinatorin Andrea Hold vom Amt für Jugendhilfe und Schule. In diesem Jahr laufen die Ferienspiele vom 27. Juni bis zum 9. August. Sie ermöglichen Schüler*innen vom i-Dötzchen-Alter bis einschließlich 17 Jahren schöne Sommerferien vor der Haustür.

Attraktive ein- und mehrtägige Veranstaltungen, Sport, Bewegung, Tanz und Theater, verschiedene Kreativ-, Spiel- und Spaßangebote sowie vergünstigte Eintrittspreise für ausgewählte (Freizeit-) Einrichtungen sind das richtige Rezept gegen Langeweile. Neben Vereinen, Organisationen und Einrichtungen, die eigene Veranstaltungen für Kinder und Jugendliche mit Ferienpass anbieten oder ihnen einen günstigen Eintritt gewähren möchten, hält das Team der Ferienspiele Ausschau nach Sponsor*innen, die das Programm finanziell fördern. Denn viele Aktionen werden so überhaupt erst möglich.

Kontakt
Tel. 0 23 02 / 5 81 53 53
ferienspiele@stadt-witten.de

Die Schule der magischen Tiere

Acht Bände sind bereits über ›Die Schule der magischen Tiere‹ erschienen. Die Erzählungen von Margit Auer sind regelmäßig auf den vorderen Plätzen der Bestsellerlisten zu finden und wurden bisher in 13 Sprachen übersetzt. Der Mischung aus Schule, Tieren und Magie kann so leicht kein Kind widerstehen und da ist es nicht verwunderlich, dass von den ersten acht Bänden bisher insgesamt knapp eine Million Exemplare verkauft wurden. Das Tolle: Bald ist die ›Die Schule der magischen Tiere‹ live im Wittener Saalbau zu erleben, eine Vorstellung des Jungen Theaters Bonn.

Darum geht's: Ida fühlt sich an ihrer neuen Schule gar nicht wohl, obwohl sie sich doch zu Beginn so bemüht hat. Es scheint als würde sie nirgendwo dazugehören. Doch zum Glück birgt die Wintersteinschule ein Geheimnis! Denn wer Glück hat, findet hier den besten Freund, den es auf der Welt gibt. Als Miss Cornfield ihrer Klasse ankündigt, dass bald jeder Schüler ein magisches Tier bekommen wird, das auch noch sprechen kann, ist Ida mehr als skeptisch. Doch als auch sie Nachrichten von dem geheimnisvollen Mister Morrison aus der magischen Tierhandlung bekommt, scheint es gewiss. Und dann steht Mister Morrison plötzlich mit dem Fuchs Rabbat vor Ida …

Termin 10.03., 16.30 Uhr
Saalbau Witten
Für Kinder ab 7 Jahren

Ran an die Nudel!

Du magst Lasagne, Spaghetti und Tortellini? Na dann koch doch mal selbst. Unser Tipp: der vhs-Kochkurs für Teenies. Hier kannst du die Grundlagen des Kochens kennenlernen und deine Kenntnisse erweitern.

© Foto: designhuset auf Pixabay

Auf dem Plan stehen Pastagerichte, die du gut nachkochen und dann vielleicht gemeinsam mit deiner Familie oder deinen Freundinnen und Freunden essen kannst. Folgende Gerichte werden zubereitet und dann gemeinsam verspeist: Lasagne, Gnocchi, Rindaroni, Pesto mit Nudeln und zum Nachtisch ein Himbeer Tiramisu.

Kochen für Teenies (11–14 Jahre)
Die allerbesten Nudelgerichte
Fr. 25.03.2022, 16.00–19.00 Uhr
vhs Seminarzentrum, Raum 116, Küche
Gebühr: 25,00 Euro
Anmeldung über www.vhs-wwh.de

Anzeige

Ein Beruf fürs Leben

EvK Witten bildet wieder Pflegefachfrauen und -männer aus

Dir liegt die Arbeit mit Menschen am Herzen? Dein Arbeitsalltag soll interessant und abwechslungsreich sein? Du wünschst dir einen Job mit Zukunft? »Die Ausbildung zur Pflegefachfrau beziehungsweise zum Pflegefachmann öffnet Türen zu einem vielseitigen Beruf mit Perspektive«, sagt Frauke Gorontzi, Leiterin der Pflegefachschule des Evangelischen Krankenhauses Witten.

© Foto: Pflegefachschule des EvK Witten

Freie Ausbildungsplätze ab 1. April

Aktuell bietet die Schule wieder einige freie Ausbildungsplätze an. Zusätzlich zum üblichen Starttermin im Oktober beginnt im Haus alle drei Jahre ein Ausbildungskurs zum 1. April. »Für den diesjährigen April-Kurs können sich Interessenten jetzt noch bewerben«, so Frauke Gorontzi. Die Ausbildung erfolgt im dualen System. Die Theorieblöcke von etwa sechs Wochen wechseln sich mit Praxisphasen ab. Ihre Praxiseinsätze absolvieren die Auszubildenden hauptsächlich im EvK Witten, während der Unterricht in kleinen Gruppen in der Pflegefachschule an der Pferdebachstraße und damit in unmittelbarer Nähe erfolgt. »Diese kurzen Wege machen eine individuelle Betreuung der angehenden Pflegekräfte möglich, die in der Evangelischen Krankenhausgemeinschaft, zu der das EvK Witten gehört, großgeschrieben wird.«

Voraussetzungen für Bewerber*innen

Bewerber*innen sollten die Fachoberschulreife oder eine gleichwertige Schulbildung mitbringen. Bei einem Hauptschulabschluss muss zusätzlich eine mindestens zweijährige Berufsausbildung oder eine abgeschlossene einjährige Ausbildung als Gesundheits- und Krankenpflegeassistent*in oder als Altenpflegehelfer*in vorgewiesen werden. Weitere Voraussetzungen sind Empathie, Verantwortungsbewusstsein, Motivation, Freundlichkeit, Teamfähigkeit und medizinisches Interesse. »Nach ihrem Abschluss werden die examinierten Pflegekräfte in der Lage sein, Menschen in allen Altersgruppen und Lebenslagen optimal zu versorgen und zu betreuen, vom Säugling bis zum Senior«, erklärt Frauke Gorontzi. »Mögliche Einsatzgebiete sind Krankenhäuser, Senioreneinrichtungen, die ambulante Pflege sowie Beratungsstellen oder sogar Versicherungen.«

Weitere Informationen: Tel. 0 23 02 / 1 75-51 20
www.pflegefachschule-witten.de

Bewerbungen an: Frauke Gorontzi
pflegefachschule@evk-witten.de
oder per Post
Pflegefachschule des EvK Witten
Pferdebachstraße 32 · 58455 Witten

Verhandlungsgeschick, Durchsetzungskraft und Schlagfertigkeit

© Foto: user150519587 auf Pixabay

Verhandeln ist ein ständiger Prozess im Alltag und im Beruf. Wir wollen unsere Anliegen vermitteln, unsere Interessen vertreten und uns durchsetzen. Dabei lässt man sich allzu oft vom Imponiergehabe seines Gegenübers beeindrucken und bleibt stumm. Das muss nicht sein! Lernen Sie, Ihre eigenen Interessen zu vertreten und sich durchzusetzen, denn geschicktes und geübtes Verhandeln gibt Stärke und schafft befriedigende Ergebnisse. Hier empfiehlt sich das vhs-Seminar ›Verhandlungsgeschick, Durchsetzungskraft und Schlagfertigkeit‹.

Ziel ist der selbstsichere Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen – von der mündlichen Auftragsklärung bis zum fachlichen Feedback. Die Themen sind im Einzelnen: Verhandlungsstile, Überzeugungsfähigkeit, Argumente zielgerichtet einsetzen, mit unfairen Tricks umgehen, Sach- und Beziehungsebene, mehr Durchsetzungskraft, Regeln für die erfolgreiche Gesprächsführung, Umgang mit schwierigen Gesprächspartner*innen.

Termin

So., 27.02., 10.00–17.00 Uhr
vhs Seminarzentrum, Raum 106
Gebühr 48,00 Euro · www.vhs-wwh.de

www.arbeitsagentur.de/ausbildungklarmachen/

Für die passende Karriere!
#AusbildungKlarmachen

Jetzt Ausbildungsplatz sichern!

Kontakt: 02302 - 929 450
Hagen.252-Berufsberatung-vor-dem-Erwerbsleben@arbeitsagentur.de

#AUSBILDUNG KLARMACHEN

Bundesagentur für Arbeit
bringt weiter.

Ganz nah dran

Ausbildung beim Mobilen Pflegeteam

Über den Fachkräftemangel in Pflegeeinrichtungen wurde in dieser Rubrik schon viel geschrieben. Doch der Notstand trifft nicht nur Seniorenzentren und Krankenhäuser. Auch die ambulanten Pflegedienste suchen händeringend Fachpersonal. Das Mobile Pflegeteam Witten nimmt sein Glück in die eigenen Hände und bildet fleißig aus – inzwischen sogar mit zwei Startterminen pro Jahr.

© Foto: Thiemo Lamik

Die Schüler*innen Lina Fuhrmann (Unterkurs, kniend), Jonathan Wisniewski und Dorothea Wilhelm (beide Mittelkurs)

»In der Pflege wird es immer Arbeit geben«

»Los geht es bei uns immer im April und im September, und für beide Termine haben wir aktuell noch freie Ausbildungsplätze«, berichten Thiemo Lamik und Andrea Taubitz, die sich die Geschäftsführung teilen. Insgesamt sind fast 80 Mitarbeiter*innen im Unternehmen tätig. Neben den eigenen Azubis werden an den zwei Standorten in Witten und Herdecke die Pflegeschüler*innen von Kooperationsbetrieben wie einem Wittener Krankenhaus und verschiedenen Altenheimen betreut. Häufig dabei sind auch Umschüler. »Selbst mit vierzig oder fünfzig Jahren besteht noch die Chance, in die Alten- und Krankenpflege zu wechseln«, sagt Thiemo Lamik. »Denn in der Pflege wird es immer Arbeit geben – wir sind ja systemrelevant, und es gibt einen erheblichen Fachkräftemangel«

»Man kriegt das ganze Paket mit«

Seit Anfang 2020 gelten die Vorgaben der neuen, EU-weit anerkannten generalistischen Ausbildung. Diese bündelt die Inhalte der drei Fachbereiche – Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege – unter einem Dach. Erst im dritten Jahr spezialisieren sich die Teilnehmer*innen auf ein Tätigkeitsfeld. »Bei uns in der ambulanten Pflege ist man einfach am nächsten dran«, schwärmt Andrea Taubitz. »Man erlebt den Patienten oder die Patientin in der häuslichen Umgebung, kriegt das ganze Paket mit: von der ersten Beratung über pflegerische, betreuerische und hauswirtschaftliche Maßnahmen bis hin zur Überleitung in die stationäre Pflege. Das ist wirklich sehr schön!«

»Man sollte empathisch sein«

Voraussetzung für die Ausbildung zur Pflegefachkraft ist der Realschulabschluss oder auch der Hauptschulabschuss nach Klasse zehn. Bei einer neunjährigen Schulausbildung ist zusätzlich eine zweijährige Berufsausbildung oder eine einjährige Pflegeassistenzausbildung erforderlich. »Darüber hinaus sollte man empathisch sein und den Umgang mit Menschen mögen«, ergänzt Thiemo Lamik. Er erzählt, dass junge Leute oft durch ihre Großeltern zum Beruf kämen. Solche Erfahrungen seien aber kein Muss. »Bei

© Foto: Thiemo Lamik

Praxisanleiter Patrick Olbrys lässt sich von Lina Fuhrmann mit einer Stechhilfe einen Tropfen Blut für eine Blutzuckermessung entlocken. Theorie hatte sie gerade in der Schule, jetzt wird die Praxis erlernt.

echtem Interesse empfehlen wir Hospitationen oder Praktika. Dabei merke ich schnell, ob der Job etwas für mich ist.« Lernbereitschaft sei ebenfalls wichtig. »Der Umfang der Theorie wird oft unterschätzt.«

»Viel mehr als das Waschen von älteren Menschen«

Beim Mobilen Pflegeteam kümmern sich fünf Praxisanleiter*innen um fünf bis zehn Pflegeschüler*innen. »Eine absolute Luxussituation«, sagen die beiden Geschäftsführer. Nach dem ersten Theorieblock kann es so direkt in den betreuten Außeneinsatz gehen. Spätestens hier erfahren die Teilnehmer*innen, wie abwechslungsreich ihre neue Aufgabe ist. »Unsere Arbeit umfasst ja viel mehr als das Waschen von älteren Menschen«, räumt Thiemo Lamik mit einem verbreiteten Klischee auf. »Wir versorgen viele Patienten zum Beispiel mit Insulinspritzen, kümmern uns um Medikamente. Des Weiteren haben wir uns auf die Bereiche Wundversorgung und Portversorgung spezialisiert, arbeiten mit Fachärzten zusammen und bieten die von den Pflegekassen vorgeschriebenen Beratungsbesuche an. Dabei beraten wir auch oft Eltern, die aufgrund der Behinderung ihres Kindes die Beratungsbesuche bei uns abrufen. Auch hier kommen gelegentlich Schüler/Azubis mit – gehört ja zur ambulanten Pflege dazu«

Aufstieg & Extras

Für fertige Pflegekräfte ergeben sich daraus attraktive Weiterbildungsmöglichkeiten, was vom Unternehmen unterstützt wird. Denn natürlich will man nicht nur ausbilden, sondern den Nachwuchs auch halten. Neben guten Aufstiegschancen lockt eine faire Vergütung – sowie eine Reihe netter kleiner Extras. »Beispielsweise stellen wir günstige Leasing-Bikes zur Verfügung und finanzieren unseren Mitarbeitern wie auch den Schülern/Azubis die Mitgliedschaft in einem Wittener Fitnessstudio.«

Mobiles Pflegeteam
Senioren-Krankenpflege Lamik & Taubitz GbR
Annenstraße 151 · 58453 Witten · Tel. 0 23 02 / 91 22 55
www.mobilespflegeteam.de

020-EPOS
EUROPEAN POINT OF SERVICE GMBH

Herzlich Willkommen bei der 020-EPOS GmbH
Werde auch Teil unserer 020-EPOS Erfolgsgeschichte
- Dich erwartet ein dynamisches Team
- Spannende und abwechslungsreiche Aufgaben
- Sicherheit (unbefristeter Arbeitsplatz)
- Prämien für Deinen Erfolg
- Alle Bewerber*innen erhalten nach 3 Monaten eine Startprämie von bis zu 1.500,– Euro.
- Ausbildung parallel zur Arbeit
- und vieles, vieles mehr …

@ Bewerber (m/w/d): Kommt vorbei und erlebt den Spirit der 020-EPOS, alle sind willkommen!

Ein Team, ein Ziel, ein gemeinsamer Erfolg!
#wir sind anders

www.020epos.de // 0173- 6047 664

Anzeige

»Abfälle wird es immer geben«

Berufskraftfahrer*innen wirken nachhaltig und krisensicher an vorderster Front

Wo Menschen leben, entstehen Abfälle. Diese müssen fachgerecht abtransportiert und, im Idealfall, aufbereitet und in den Wertstoffkreislauf zurückgeführt werden. Daran hat sich durch die Krise nichts geändert. Für den Entsorger AHE arbeiten 78 Berufskraftfahrer*innen tagtäglich an vorderster Front.

Ausbildungsstart 1. August

»Wir mussten wegen Corona niemanden in Kurzarbeit schicken oder betriebsbedingt kündigen, im Gegenteil, wir haben sogar neue Azubis eingestellt«, berichtet Personalreferentin Laura Bamberger. »Und auch für den nächsten Ausbildungsstart am 1. August suchen wir wieder engagierte junge Leute, die unser Team verstärken möchten. Denn Abfälle wird es immer geben!« Aktuell beschäftigt die AHE an ihren zehn Standorten im Ennepe-Ruhr-Kreis 22 Auszubildende in fünf Berufszweigen. Neben der Besatzung für die Müllwagen werden Fachkräfte in den Sparten kaufmännische Verwaltung, Informatik für Systemintegration, Kreislauf- und Abfallwirtschaft sowie Tiefbau für ihre Aufgaben im Unternehmen geschult. »Durch unsere unterschiedlichen Leistungen im Bereich der Kreislaufwirtschaft tragen wir unseren Teil zu einer nachhaltigen, ressourcenschonenden Zukunft bei – das gilt ganz besonders für unsere Fahrer*innen, die an erster Stelle am Geschehen mitwirken«, so Laura Bamberger.

© Foto: AHE

Die AHE bildet u. a. Berufskraftfahrer aus.

»Wichtig ist uns, dass es menschlich passt«

Voraussetzung für die Berufskraftfahrerausbildung bei der AHE ist ein Hauptschulabschluss. Technisches Interesse und eine gewisse körperliche Grundfitness wären wünschenswert. Die Kosten für den Lkw-Führerschein sowie, falls nötig, den Pkw-Führerschein werden vom Betrieb übernommen. Ergänzend zur Berufsschule bietet das Unternehmen einen eigenen Werksunterricht an: Hier werden theoretische und praktische Themen wiederholt und Azubis bei Bedarf individuell gefördert. »Beim Auswahlverfahren legen wir den Fokus nicht nur auf Schulnoten«, ergänzt Laura Bamberger. »Wichtig ist uns, dass es menschlich passt.« Sowohl innerhalb des Kollegiums als auch beim Außeneinsatz seien Teamwork und Kommunikation gefragt. »Unser Chef Johannes Einig sagt immer, dass unsere Fahrer*innen die besten Vertriebler sind – denn sie sind die ersten Ansprechpartner für die Bürger vor Ort. Deshalb achten wir auch auf vorzeigbare Fahrzeuge und saubere Kleidung, die von einer externen Firma professionell gereinigt wird. Damit wollen wir ein positives Bild nach außen senden und zeigen, dass wir mehr als die Müllabfuhr sind.«

Neueste Technik im Lkw-Cockpit

© Foto: AHE

Ein süßes Dankeschön

Während ihrer Ausbildung lernen die jungen Nachwuchskräfte alle Fahrzeugtypen kennen. Neben dem klassischen Hecklader gehört dazu auch der moderne Seitenlader, der die Abfalltonnen am Straßenrand mit einem Roboterarm automatisch greift. »Ein normaler dreiachsiger Müllwagen hat ein Leergewicht von 15,8 Tonnen und kann zusätzlich 10,2 Tonnen Ladung aufnehmen«, weiß Laura Bamberger. »Damit sollte man verantwortungsvoll umgehen.« Ein weiteres wichtiges Unterrichtsthema ist der Bereich Konflikt- und Beschwerdemanagement. Wird eine Tonne mal nicht geleert, ein gelber Sack an der Straße vergessen, obliegt es oft den Fahrer*innen, Kritik entgegenzunehmen, Situationen zu entschärfen und Lösungen herbeizuführen. »Zum Glück gibt es aber auch die umgekehrten Fälle, zuletzt an Weihnachten«, freut sich Laura Bamberger. »Da erhielten wir viele Anrufe von Menschen, die sich einfach mal bedanken wollten. Eine Dame wies sogar darauf hin, dass sie auf ihrer Tonne ein paar Süßigkeiten hinterlegt habe. So etwas ist einfach schön und wird gerne übermittelt!«

Weitere Infos:
www.ahe.de · bewerbungen@ahe.de

Vorteile, die du als Mitarbeiter*in bei der AHE hast

- Täglich frisches Obst und alkoholfreie Getränke zur freien Verfügung
- Jahressonderzahlung
- Betriebliche Altersvorsorge
- Kostenzuschuss zu Fitness-Studio Beiträgen (auch EMS-Training)
- Physiotherapie am Arbeitsplatz
- Regelmäßige Gesundheitstage zu diversen Themen
- Betriebliche Kranken- Zusatzversicherung (inkl. Brillen- oder Kontaktlinsen, Zahnersatz, Auslands-Krankenversicherung, Vorsorgegutscheine)
- Unfallversicherung
- Dienstrad-Leasing
- Vergünstigte Mobilfunktarife
- Corporate Benefits (hochwertige Sonderkonditionen namhafter Hersteller und Marken)

Intelligente Gebäudesteuerung

»Ein wichtiger Meilenstein«

Intelligente Gebäudesteuerung bedeutet nicht nur eine Steigerung des Komforts in Arbeits- oder Wohnwelten – sie trägt auch wesentlich zur Sicherung von Immobilien bei. »Häufig verbindet man den Begriff ›smart Home‹ mit sprechenden Kühlschränken oder mit Erfindungen wie dem Mäh- oder Saugroboter«, weiß Manfred Riehl von der Firma Elektro Roesler. »Allerdings kann weit mehr dahinterstecken.«

Der Elektroexperte nennt einige Beispiele: »Heutzutage können Sie Ihre Anwesenheit simulieren, indem Sie über Bewegungsdetektoren einen Anruf auslösen oder sich mittels externer Sensorik wie Kameras und Wetterstationen Informationen über das Gebäude liefern lassen.« Er erklärt weiter, dass das intelligente Gebäude über Bewegungsmelder, Rauchmelder, Reed-Kontakte oder durch die Alarmanlage voll als Sicherheitssystem eingebunden werden könne, »und zwar ohne dass auch nur ein einziges Kabel verlegt werden muss. Jede Aktion kann bei scharfem Alarm als Auslöser dienen. Wird zum Beispiel ein Fenster oder eine Tür geöffnet, werden Lichtschalter zur falschen Zeit betätigt oder übermitteln Bewegungsmelder ein Signal, wird dann per Telefonanruf oder E-Mail eine Warnung an den Hauseigentümer gesendet.«

Weiterhin können bestimmte Lichtquellen geschaltet und Jalousien automatisch hochgefahren werden. »Alles in allem ist diese technische Entwicklung ein weiterer wichtiger Meilenstein im Bereich der Elektrotechnik», sagt Manfred Riehl, »und speziell das Aufgabengebiet für uns als Elektroniker für Energie- und Gebäudetechnik.«

© Foto: Pixabay / geralt

Elektro Roesler GmbH & Co. KG
Bebelstr. 22 · 5 84 53 Witten · Tel. 0 23 02 / 67 87 · info@elektro-roesler.com

ELEKTRO ROESLER
E|HANDWERK
Verbinden Sie hohe Wohnqualität und
Energiesparen
- Energieeffizienz-Beratung
- Intelligente Gebäudetechnik
- Elektro-Komfortlösungen
- Moderne Hauskommunikation
- E-CHECK Prüfung nach VDE mit Energiespar-Beratung
- Blitz- und Überspannungsschutz
- Beleuchtung
- Einbruchmeldeanlagen

Kompetente und freundliche Beratung erhalten Sie dort, wo die Elektrotechnik von heute und morgen zuhause ist: bei Ihrem Elektrofachbetrieb

Elektro Roesler GmbH & Co. KG
Bebelstraße 22 · 58453 Witten
Tel. 0 23 02 – 67 87
info@elektro-roesler.com
www.elektro-roesler.com

Garten- und Landschaftsbau
Ulrich Menke
GÄRTNERMEISTER
Westfalenstraße 21-25 · 58455 Witten
Tel.: 0 23 02 / 91 28 91 · Mobil: 01 71 / 6 91 71 27
www.menke-galabau.de
...damit's natürlich wird!

Nasse Wände?
Feuchter Keller?
ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.
Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Bobach
Büro Witten
0 23 02 - 2 77 84 49
www.isotec-sprockhoevel.de
ISOTEC®
Wir machen Ihr Haus trocken

Elektro Herbrechter GmbH

Elektroinstallation
Sprech- & Videoanlagen
Beleuchtungsanlagen
Rollladenantriebe

Elektroheizung
Satellitentechnik
EIB-Gebäudesystemtechnik
E-Check

Windenstraße 9
58455 Witten-Heven
Tel.: 02302 - 2 65 15
Fax: 02302 - 2 16 38
info@elektro-herbrechter.de
www.elektro-herbrechter.de

Immobilien-Teilverkauf

Haken und Fallstricke

Die Idee war einfach großartig: Über Jahre wurde in die eigene Immmobilie investiert und jetzt mit Start der Pension ist das Haus komplett abgezahlt. Problem: Die Rente ist ein wenig knapp, zu wenig Geld für Reisen, Renovieren und Restaurantbesuch. Doch Moment mal, es klingt zu schön, um wahr zu sein: Wer zum Beispiel 20 Prozent seiner Immobilie an ein Unternehmen verkauft, der bekommt schnell Geld ausgezahlt, scheinbar ohne dass sich viel verändert – schließlich gehören ihm noch 80 Prozent. Das Modell nennt sich ›Immobilien-Teilverkauf‹ – und birgt viele Fallstricke.

Miete und Instandhaltungskosten

»Allerdings verlangen die Anbieter dann auch eine Art Miete«, warnt die Verbraucherzentrale NRW. »Je größer der Anteil, den Sie verkaufen, ausfällt und je wertvoller die Immobilie ist, desto höher fällt dann auch dieses Entgelt aus.« Dagegen beteiligen sich

GATHMANN
Kommunaltechnik
Forst- und Gartentechnik
Gathmann GmbH & Co. KG
Haarstraße 21
44797 Bochum
Greenbase
Natur trifft Technik
0234 - 978 35 978

Mietgeräte
für Haus und Garten
- Wildkrautbürste
- Minibagger
- Stubbenfräse
- Grabenstampfer
- Rüttelplatte
...

Alle Geräte finden Sie unter:
www.greenbase-gathmann.de

RPS Polstertechnik
Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln
Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel
10% Neukunden-Rabatt
Inh. J. Lasberg
Annenstr. 87
58453 Witten
Tel. 0 23 02 / 9 14 22 66
Fax: 0 23 02 / 9 14 22 67
Mobil: 0170 / 1 90 11 35
www.polsterei-witten.de · info@polsterei-witten.de

& Sanitär Heizung
Meisterbetrieb
Haustechnik Rose
Ihr Profi in Sachen Bad und Wärme
... weil SERVICE für uns an erster Stelle steht!
Manuel Rose
Sanitär- und Heizungsbauermeister
Knapmannstraße 14 a
58453 Witten
Büro: 0 23 02 / 39 92 75
Fax: 0 23 02 / 39 92 79
Mobil: 01 78 / 71 34 335
E-Mail: m.rose@haustechnik-rose.de

BERATUNG
PLANUNG
MONTAGE
Heizung
Sanitär
Solar & regenerative Energien
Öl- und Gasfeuerung
Wartung & Instandsetzung

© Foto: Pixabay / Pexels

Einen Teil seines Hauses verkaufen, um schnell an Geld zu kommen? Nicht immer eine gute Idee, sagt die Verbraucherzentrale NRW.

die Vertragspartner in der Regel nicht an nötigen Instandhaltungen. Hat jemand also einen Teil der Immobilie verkauft, muss er die Kosten für die neue Heizungsanlage oder Dachreparatur dennoch komplett selbst tragen, obwohl auch das Unternehmen vom Werterhalt beziehungsweise einer Wertsteigerung der Immobilie profitiert.

Zusätzliche Gebühren bei späterem Komplettverkauf

Richtig ungemütlich kann es werden, wenn man das gesamte Haus an einen Dritten veräußern möchte. Zwar werden alle Eigentümer*innen prozentual am Erlös beteiligt: Wer also 20 Prozent zuvor verkauft hat, der erhält immerhin noch 80 Prozent des Gewinns. Jedoch kann das Unternehmen in einem solchen Falle zusätzlich sogenannte Abwicklungsvergütungen oder Serviceentgelte in Rechnung stellen, die den Verkäufer oder die Verkäuferin teuer zu stehen kommen.

Rechnen, prüfen und vergleichen

Ein einfacher Bankkredit bietet nach Ansicht der Verbraucherzentrale im Vergleich meist deutlich attraktivere Konditionen, auch für ältere Menschen. Immobilien sind dabei eine gute Sicherheit. »Falls man Ihnen einredet, dass Sie keine Chancen hätten auf ein zinsgünstiges Darlehen, dann raten wir Ihnen, sich bei verschiedenen Anbietern umzuhören«, so die Expert*innen, die in Bezug auf den Immobilien-Teilverkauf weiter empfehlen: »Lassen Sie sich nicht von der vermeintlich simplen Handhabe und schnellen Abwicklung leiten. Rechnen Sie genau, was es Sie kostet, und prüfen Sie Alternativen. Im Zweifel lassen Sie sich unabhängig beraten.«

Wann macht es Sinn?

Angesichts der im Vergleich zu Darlehenszinsen hohen Nutzungsentgelte, zusätzlicher Kosten und der in ihrer Komplexität nicht zu unterschätzenden vertraglichen Verpflichtungen, die ein Teilverkauf mit sich bringt, stellt sich die Frage, unter welchen Umständen ein Teilverkauf überhaupt vorteilhaft sein könnte. Möglicherweise dann, wenn man sehr starke Wertverluste der Immobilie unterstellt (wobei dann ein kompletter Verkauf die bessere Entscheidung wäre). Denkbar wäre auch, dass die Darlehenszinsen, die Ihnen Banken für Ihre konkrete Situation anbieten, weitaus höher sind als die hier allgemein für Immobiliendarlehen üblichen Zinsen von rund 1% pro Jahr.

Tipp: Wenn Sie unabhängige Beratung zu Kreditangeboten benötigen, können Sie sich an Ihre Verbraucherzentrale wenden. Zu einem solchen Termin können Sie auch konkrete Angebote mitbringen, durchrechnen und sich Vor- und Nachteile schildern lassen. Die Fallstricke eines notariellen Kaufvertrages dagegen lassen Sie am besten stets anwaltlich prüfen.

Verbraucherzentrale NRW · Beratungsstelle Witten
Bergerstraße 35 · 58452 Witten · Tel. 0 23 02 / 2 82 81-01
witten@verbraucherzentrale.nrw · www.verbraucherzentrale.nrw/witten

ERDE AUF DER WIR BAUEN

Altbausanierung / Reparatur-Service · Moderner Innenausbau / Hochbau

Wir haben uns spezialisiert auf:

- Gebäudeabdichtung von innen und außen mit langzeitbewährten Produkten
- Schimmelsanierung mit schadstofffreien Systemen
- schnellen Reparatur-Service

Rödiger BAUUNTERNEHMUNG
Seit über 60 Jahren stark für Sie

W. Rödiger GmbH
Cörmannstr. 18 58455 Witten
Tel. 0 23 02 / 56 238 · Fax 0 23 02 / 27 266
E-Mail: info@roediger-bau.de · www.roediger-bau.de

SANSIBAR®

LIVING

DIE INSEL FÜR ZUHAUSE

Online-Komfort-Code 425803

- Exklusives Design
- Optisch leicht und dennoch robust
- Außergewöhnlicher und einladender Komfort

Wetterfestes Lounge-Set SANSIBAR® NORDDORF,
Gestell: Holz/Aluminium, grau/anthrazit, inkl. grauen Kissen,
Set best. aus: Sofa ca. 240x240x67 cm und Tisch 75x75x27 cm.

ab **1699.–**

DIE NEUE EINRICHTUNGSMARKE NUR BEI

OSTERMANN

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

OSTERMANN.DE/SANSIBAR-LIVING

Sylter Feeling im heimischen Garten

Mit der neuen Möbelkollektion SANSIBAR hat Ostermann wirklich eine bemerkenswerte Kreation geschaffen: hochwertige Polstermöbel, Speisezimmermöbel und Boxspringbetten sowie Kissen, Bettwäsche oder Teppiche im Look der legendären Insel Sylt. Die gute Nachricht: Nicht nur Wohnräume erhalten durch die lebendigen Formen und die nordische, sanfte Farbpalette eine ganz besondere Atmosphäre. Seit neuestem gehören zu dem ausgefallenen Sortiment auch Gartenmöbel.

© Foto: SANSIBAR

Auf dem Daybett SANSIBAR® RISUM lässt sich hervorragend eine kleine Auszeit nehmen.

© Foto: SANSIBAR

Die flexible Lounge-Serie SANSIBAR® HOLLUM bietet unendliche Möglichkeiten der Sofagestaltung.

Wetterfestes exklusives Design

Modulsofa, Longchair oder Lounge-Ecke, Daybett, Gartenstuhl und -hocker, Ess- und Beistelltische in den unterschiedlichsten Formaten … Auch die Outdoor-Kollektion überzeugt durch ein ruhiges und zugleich wohnliches Ambiente und exklusives Design. »Alle Möbel garantieren einen außergewöhnlichen und einladenden Komfort«, betont Ostermann-Gartenmöbel-Einkäufer Dennis Kerkenberg. »Selbstverständlich sind sie durchweg wetterfest und von daher hervorragend für das ›grüne Wohnzimmer‹ geeignet. Schließlich ist uns eine hohe Qualität ein extremes Anliegen.«

© Foto: SANSIBAR

SANSIBAR Tischgruppe Witzum, alle Möbel sind durchweg wetterfest.

Nordisches Strandgefühl für Balkon und Terrasse

Und auch die Vielfalt spricht für sich. So bietet beispielsweise die Lounge-Serie SANSIBAR® HOLLUM – ein flexibles Modulsofa im Lounge-Stil – unendliche Möglichkeiten, das individuell passende Sofa zu kreieren. »Der Bezug ist 100% wasserdicht und antibakteriell«, erklärt Dennis Kerkenberg, »der Rücken ist echt bezogen, und alle Elemente sind frei stellbar. Das Außergewöhnliche ist aber vor allem, dass Sie sich durch die unterschiedlich großen Module Ihre perfekte Outdoor-Lounge zusammenstellen können. Ob kleiner Balkon oder großzügige Terrasse – SANSIBAR® HOLLUM schenkt Ihnen überall das so wunderbare nordische Strandgefühl, und genau das war ja die Inspiration zu unserer hauseigenen Kollektion: Ihnen das Sylter Feeling für zu Hause zu ermöglichen – eine Atmosphäre der Entschleunigung und Zuflucht, innen wie außen!«

© Foto: SANSIBAR

Auf dem gemütlichen SANSIBAR Muschelset WYK mit verstellbarer Rückenlehne lässt es sich herrlich entspannen.

© Foto: SANSIBAR

SANSIBAR Lounge BALLUM: wasserdicht und antibakteriell mit hoher Lichtechtheit

OSTERMANN Einrichtungs-Centrum
Fredi-Ostermann-Straße 1–3 · 58454 Witten · www.ostermann.de

© Foto: Steffen L. auf Pixabay

Würden Sie heute den Führerschein bestehen? Teil II

Oder: die Sache mit der abknickenden Vorfahrt …

Es gibt Irrtümer, die sind peinlich. Und dann gibt es solche, die uns in gefährliche Situationen bringen können. Zum Beispiel meine Annahme, dass man beim Befahren einer abknickenden Vorfahrtstraße nicht blinken müsse. Jahrelang war ich so fest davon überzeugt, im Recht zu sein, dass ich meine linke Niere darauf verwettet hätte – während mein Mann neben mir regelmäßig Blut und Wasser schwitzte, weil es mal wieder ohne Rücksicht auf Verluste durch die Kurve ging.

Haben Sie Probleme mit Ihrem Fahrzeug?
Bei uns ist Ihr Auto in den richtigen Händen.
Unser Meisterbetrieb bietet Ihnen:
- **Ersatzteile – Zubehör – Reifen und Batteriedienst**
- Reparaturen aller PKW-Typen, Öl-Wechsel, Inspektion
- Abgasuntersuchung Diesel + Benzin
- Vermessung ◆ Klimaanlagenservice
- Unfallreparaturen – Rahmenrichtbank
- Gebrauchtwagen

Auto-Fritz WITTEN
Hans-Böckler-Straße 1 – Ecke Herbeder Str.
Telefon + Fax (0 23 02) 5 15 65

Seit 1967 in Witten!
KFZ-TECHNIK-SITTART
MEISTERBETRIEB ...und schon geht's weiter!
Ihr kompetenter Partner bei allen Problemen rund ums Fahrzeug
- Inspektion · Ölwechsel Motordiagnose · Fahrwerk/Reifen
- HU Prüfstützpunkt TÜV Rheinland (anerkannte Prüforganisation)
- AU G-Kat, Diesel und OBD Reparatur aller Fabrikate

Andreas Sittart
Bodenborn 32
58452 Witten-Bommern
Tel. 0 23 02 / 30 313
info@kfz-technik-sittart.de
www.kfz-technik-sittart.de

KFZ FRÖMLING
AUTOPRO
DIE WERKSTATT.
Tel.: 02302 56835
Jahnstraße 13 · 58455 Witten · Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–17 Uhr, Sa. nach Vereinbarung
Tel. 0 23 02 / 2 22 48 · www.kfz-froemling.de

© Foto: Rudy and Peter Skitterians / Pixabay

Klar hätte ich seine gut gemeinten Hinweise ernst nehmen oder mich zu Hause einfach mal schlau machen können – das hielt ich als Vielfahrerin und notorische Besserwisserin aber schlicht nicht für nötig. Die Polizei hatte mich schließlich noch nie diesbezüglich verwarnt, ich hatte bisher auch keinen Crash provoziert, und außerdem erinnerte ich mich ziemlich genau an die Inhalte meiner Führerscheinprüfung, die ich damals vor über zwanzig Jahren mit voller Punktzahl bestanden hatte. Am Steuer machte mir keiner etwas vor!

© Foto: Bundesministerium für Verkehr, Bau und Wohnungswesen

Dann, kürzlich, der Schock. Im Zuge einer Stadtmagazin-Recherche stolpere ich auf der Seite www.bussgeldkatalog.org über ein mir wohlbekanntes Verkehrsschild: Schwarz auf weißem Grund, bildet es den Verlauf einer Vorfahrtsstraße an einer Kreuzung ab. »Wenn Sie eine abbiegende Vorfahrtstraße weiterfahren, ist Blinken Pflicht«, heißt es dort. Und weiter: »Wird für eine abbiegende Hauptstraße das Blinken vergessen, kann dies zu schweren Unfällen führen.« Oops!

So viel zum Thema Erinnerung. Vielleicht ist mein Gedächtnis inzwischen eingerostet wie ein alter VW-Käfer. Vielleicht ist es aber auch ganz normal, dass einst gelernte Regelungen, die wir nicht tagtäglich anwenden, nach und nach in Vergessenheit geraten. In dem Fall sollte ich den dicken Fragenkatalog zur Führerscheinprüfung bei Gelegenheit wohl doch noch mal aufschlagen. Nur um sicherzugehen, dass sich nicht noch andere Irrtümer eingeschlichen haben …

Und wie ist das bei Ihnen so? Wie gut haben Sie die geltenden Verkehrsvorschriften im Kopf? Würden Sie den Führerschein-Test heute noch bestehen?

1) Womit müssen Sie rechnen, wenn vor Ihnen ein Lastzug in eine enge Straße nach rechts abbiegen will? Er wird
A vor dem Abbiegen nach links ausscheren
B seine Geschwindigkeit stark vermindern
C sich besonders weit rechts einordnen

Holger Peters
staatl. gepr. Techniker
Kfz - Sachverständiger
☎ 02302 / 77312 • Jägerstraße 8 • 58453 Witten
gutachten-peters@t-online.de
www.kfzsachverstaendiger.ruhr

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
Cörmannstraße 20 · 58455 Witten
Tel.: 0 23 02/5 20 52 · www.kfz-ralf-kleppe.de

bewährte Leistung • bekanntes Team
Jahr für Jahr seit 2010 Werkstatt des Vertrauens
NEU: CARAVAN FACHBETRIEB
35 Jahre Giesselbach!
■ Dekra-geprüfter Fachbetrieb für Unfallinstandsetzung
■ Caravan Fachbetrieb
■ Fachbetrieb für Glasscheibenreparatur und -ersatz
■ Smart-Repair: Ausbeulen ohne Lackieren
■ Hagelschadenzentrum
Cörmannstr. 16 · 58455 Witten
Tel.: 0 23 02 / 2 30 32
www.autolackiererei-giesselbach.de

Fahrzeugabbildung zeigt Ausstattung inkl. Prime-Paket und deswegen ggf. aufpreispflichtige Sonderausstattungen gegenüber nachfolgendem Angebot.

Der Hyundai KONA Elektro begeistert mit hoher Reichweite und einem unverwechselbaren Design, das ihn zum Blickfang macht. Stylish und mit einer Vielzahl von Technologie-Updates bringt er Elektromobilität der nächsten Generation auf die Straße.

Muster-Angebot für Ihr HYUNDAI Kilometerleasing: Hyundai KONA Elektro , Reduktionsgetriebe, 100 kW (136 PS)

Fahrzeugpreis	30.280,00 EUR
Einmalige Leasingsonderzahlung	6.890,00 EUR
Laufzeit	48 Monate
Gesamtlaufleistung	32.000 km
48 mtl. Raten à	186,48 EUR[1]
Gesamtbetrag	15.841,04 EUR
Effektiver Jahreszins	2,49 %
Gebundener Sollzinssatz p. a.	1,98 %
Leasingrate mtl.:	**186,48 EUR[1]**

Hyundai KONA Elektro , Reduktionsgetriebe, 100 kW (136 PS): Stromverbrauch kombiniert: 14,3 kWh/ 100 km; elektrische Reichweite bei voller Batterie: 305 km; CO_2-Emission kombiniert: 0 g/km; CO_2-Effizienzklasse: A+++. Die angegebenen Verbrauchs- und CO_2-Emissionswerte wurden nach dem vorgeschriebenen WLTP-Messverfahren ermittelt. Mehr zum WLTP-Verfahren unter: hyundai.de/wltp.

Auto Smolczyk GmbH
Bruchstraße 58
45525 Hattingen
www.smolczyk.hyundai.de

HYUNDAI

[1] Ein unverbindliches Leasingbeispiel der HYUNDAI Finance, ein Geschäftsbereich der Hyundai Capital Bank Europe GmbH, Friedrich-Ebert-Anlage 35–37, 60327 Frankfurt am Main. Verbraucher haben ein gesetzliches Widerrufsrecht. Verpflichtung zum Abschluss einer Vollkaskoversicherung. Kostenpflichtige Sonderausstattung möglich. Überführungskosten in Höhe von 890,00 EUR enthalten. Alle Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Angebot gültig bis 31.03.2022. Das Angebot gilt nur für sofort verfügbare Modelle und nur so lange der Vorrat reicht. Neubestellungen können hiervon abweichende Angebote aufweisen. Die Leasingsonderzahlung beinhaltet den vom Leasingnehmer noch zu beantragenden staatlichen Umweltbonus inkl. Innovationsprämie i. H. v. 6.000,00 EUR. Die Umweltprämie setzt sich zusammen aus dem Bundesanteil am Umweltbonus inkl. Innovationsprämie i. H. v. 6.000,00 EUR und dem Herstelleranteil von Hyundai bzw. von uns in Höhe von 5.000,00 EUR (brutto). Der Herstelleranteil wird von uns im Kauf- oder Leasingvertrag in Abzug gebracht. Der Bundesanteil ist gesondert beim Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (BAFA) zu beantragen und wird bewilligt, wenn die Fördervoraussetzungen vorliegen. Diese sind zu finden auf www.bafa.de unter Energie - Energieeffizienz - Elektromobilität.

8 JAHRE Garantie* * Fahrzeuggarantie ohne Aufpreis und ohne Kilometerlimit: Die Hyundai Herstellergarantie mit 5 Jahren Fahrzeuggarantie (3 Jahre für serienmäßiges Car Audio Gerät inkl. Navigation bzw. Multimedia sowie für Typ 2 Ladekabel und 2 Jahre für die Bordnetzbatterie), 5 Jahren Lackgarantie (gemäß den jeweiligen Bedingungen im Garantie und Serviceheft), 5 kostenlosen Sicherheits Checks in den ersten 5 Jahren gemäß Hyundai Sicherheits Check Heft. Die 5 jährige Herstellergarantie für das Fahrzeug gilt nur, wenn dieses ursprünglich von einem autorisierten Hyundai Vertragshändler an einen Endkunden verkauft wurde.

Zudem 8 Jahre Mobilitätsgarantie mit kostenlosem Pannen und Abschleppdienst (gemäß den jeweiligen Bedingungen im Garantie und Serviceheft). Ohne Aufpreis und ohne Kilometerlimit greift für den KONA Elektro, IONIQ 5 und IONIQ Elektro im Anschluss an die Hyundai Herstellergarantie zusätzlich die 3 jährige Anschlussgarantie der Real Garant Versicherung AG (Marie Curie Straße 3, 73770 Denkendorf). Die Leistungen der Anschlussgarantie weichen von der Herstellergarantie ab (Details hierzu für den KONA Elektro unter www.hyundai.de/garantiebedingungen), für den IONIQ Elektro unter www.hyundai.de/garantiebedingungen-ioniq) und für den IONIQ 5 unter (www.hyundai.de/garantiebedingungen-ioniq5)).

Garantie für die Hochvolt Batterie ohne Aufpreis für KONA Elektro & IONIQ 5: 8 Jahre oder bis zu 160.000 km bzw. für IONIQ Elektro bis zu 200.000 km, je nachdem was zuerst eintritt.

Für Taxis und Mietwagen gelten generell abweichende Regelungen gemäß den Bedingungen des Garantie und Servicehefts.

© Foto: www.bussgeldkatalog.org

2) Womit müssen Sie bei diesem Verkehrszeichen rechnen?
A Mit Erweiterung der Fahrbahn auf drei Fahrstreifen
B Mit einem Stau
C Mit plötzlichem Bremsen der Vorausfahrenden

3) Welche Kraftfahrzeuge dürfen ohne Feinstaub-Plakette in eine Umweltzone einfahren?
A Alle Kraftfahrzeuge mit Katalysator
B Alle land- und forstwirtschaftlichen Zugmaschinen
C Alle zwei- und dreirädrigen Kraftfahrzeuge

4) Wann dürfen Sie ein Kraftfahrzeug auf öffentlichen Straßen nicht in Betrieb nehmen?
A Wenn Sie den Fahrzeugbrief nicht besitzen
B Wenn keine Haftpflichtversicherung besteht
C Wenn es nicht verkehrssicher ist

5) Was müssen Sie beachten, bevor Sie in einen Tunnel einfahren?
A Auch am Tage in gut beleuchteten Tunneln mit Abblendlicht fahren
B Nebelscheinwerfer einschalten
C Sonnenbrille abnehmen

6) Sie fahren einen Pkw, und während der Fahrt klingelt Ihr Mobiltelefon. Was ist hierbei zu beachten, wenn Sie keine Freisprechanlage haben?
A Zum Telefonieren muss der Motor ausgeschaltet sein
B Die Bedienung des Mobiltelefons darf während der Fahrt nicht mehr als 15 Sekunden in Anspruch nehmen
C Zum Telefonieren muss die Fahrt unterbrochen werden

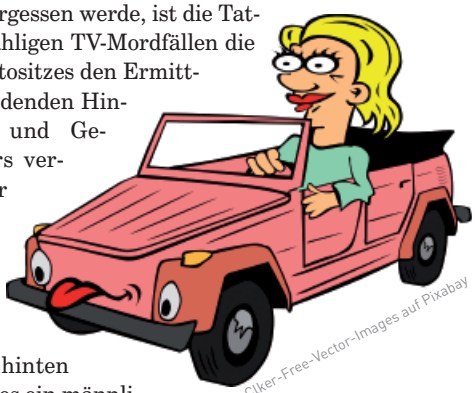
Richtige Antworten:
1) A+B
2) B+C
3) B+C
4) B+C
5) A+C
6) A+C

© Foto: www.bussgeldkatalog.org

Mitten aussem Leben ODER Mir kommt ihr nie auf die Schliche!

Zugegeben, ich bin eine absolute Krimiguckerin: neue Filme, Serien und Tatorte, aber auch – pssst, nicht weitersagen – Asbach-uralte Oldies wie Dr. Quincy, Derrick und Columbo. Apropos Columbo, mein früherer Chef hat mich übrigens irgendwann Mrs. Columbo genannt, weil ich die Marotte hatte, jedes Mal nach Verlassen des Büros sofort wieder zurückzukommen und vor mich hinzumurmeln »Ups, ich hab' da was vergessen!« 😉

Was ich aber nie vergessen werde, ist die Tatsache, dass in unzähligen TV-Mordfällen die Einstellung des Autositzes den Ermittlern einen entscheidenden Hinweis auf Größe und Geschlecht des Täters verschaffte. War der Sitz ganz nah am Lenkrad justiert, deutete dies auf eine kleine Mörderin hin, war er hingegen bis nach hinten geschoben, musste es ein männlicher Riese gewesen sein.



© Foto: Clker-Free-Vector-Images auf Pixabay

Tja, Herr Kommissar und Frau Kommissarin, da hätten Sie mit mir ein kleines (!) Problem. Zugegeben, mit meinen putzigen 1,60 Metern ziehe ich den Fahrer*insitz logischerweise ganz nach vorne, schließlich käme ich sonst nicht an Gaspedal und Bremse. Bevor ich aus dem Wagen steige, schiebe ich den Sitz automatisch extrem nach hinten. Warum? Tja, mal wieder eine ganz eigene und besondere Erziehungsmaßnahme meines Lieblingspapas. ❤

Damals, nach bestandener Führerscheinprüfung, durfte ich Muttis Polo mitbenutzen, die mit ihren 1,56 Metern wohl noch näher am Lenkrad saß als ich. Aber auch sie schob den Pilotinnensessel jedes Mal ganz brav nach ganz hinten, da ließ Vaddern keine Kompromisse zu. Denn auch, wenn er selbst meist seinen Riesen-Mercedes fuhr, nutzte er den kleinen Polo gern für Minitouren in der Mittagspause, weil dieser nicht umständlich aus der Garage geholt werden musste, sondern bequem und schnell erreichbar direkt vor der Haustür stand. Und logisch! Papa wäre mit seinen grandiosen 1,73 Metern bei Muttis und meiner Sitzposition auf keinen Fall ins Auto reingekommen. Von daher: Sessel vorne lassen? Nie und nimmer! Sessel ganz zurück? Immer, immer!

Ja Papa, noch heute gehorche ich dir vor dem Aussteigen instinktiv. Und tja, Frau Kommissarin und Herr Kommissar, dank Vaddern kämt ihr mir als Täterin aufgrund von Kfz-Indizien nie auf die Schliche. Hähähä, hihihi – Pech gehabt, ihr schnappt mich nie!

T-Roc Sport 1.5 TSI OPF 110 kW (150 PS) 7-Gang-DSG
Kraftstoffverbrauch, l/100 km: innerorts 6,9 / außerorts 4,9 / kombiniert 5,6; CO_2-Emissionen, g/km: kombiniert 128
Ausstattung: 19-Zoll-Leichtmetallräder „Suzuka", Rückfahrkamera „Rear View", Anhängevorrichtung, Fahrerassistenzpaket „Plus", Panorama-Ausstell-/Schiebedach, Navigationssystem „Discover Media", DAB+, Heckklappe mit elektrischer Öffnung und Schließung, Proaktives Insassenschutzsystem in Verbindung mit „Front Assist", Parklenkassistent „Park Assist", Klimaanlage „Air Care Climatronic", Digital Cockpit Pro, App-Connect inkl. App-Connect Wireless für Apple CarPlay™ und Android Auto™ u. v. m.
Lackierung: Deep Black Perleffekt

Leasingsonderzahlung:	1.990,00 €
Laufzeit:	48 Monate
Jährliche Fahrleistung:	10.000 km
48 mtl. Leasingraten à	**339,00 €**[1]

Fahrzeugabbildungen zeigen Sonderausstattungen gegen Mehrpreis. Gültig, solange der Vorrat reicht. Stand 01/2022. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.
[1] Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Str. 57, 38112 Braunschweig. Inkl. MwSt. und Werksauslieferungskosten, zzgl. Zulassungskosten. Bonität vorausgesetzt.

Ihr Volkswagen Partner
WH Autozentrum Witten/ Hattingen GmbH
Blankensteiner Straße 71, 45527 Hattingen, Tel. 02324 96310
Dortmunder Straße 101, 58453 Witten, Tel. 02302 960650
wh-autozentrum.de

Tschüss alter ›Lappen‹

Egal, ob Plastikkarte, rosa oder grauer ›Lappen‹: Jede Fahrerlaubnis, die vor dem 19.01.2013 ausgestellt wurde, muss gegen den neuen, fälschungssicheren EU-Führerschein ausgetauscht werden. Dieser ist dann auch nicht mehr unbegrenzt gültig, er muss nach 15 Jahren erneuert werden. Bis 2033 sollen alle EU-Bürger mit einem einheitlichen Dokument im Straßenverkehr unterwegs sein.

Zuständig für die Angelegenheit rund um das Thema Führerscheine ist die Kreisverwaltung Schwelm.
Hattinger Straße 2 a · 58332 Schwelm · Tel. 0 23 36 / 93-0

Derzeit bietet die Bürgerberatung der Stadt Witten als besonderen Service für Wittener Bürger*innen an, die Anträge entgegenzunehmen und an die Kreisverwaltung Schwelm weiterzuleiten. Um Missverständnisse zu vermeiden, werden diese Termine nur telefonisch angeboten unter der Rufnummer 5 81-12 34 oder auf Anfrage per E-Mail an buergerberatung@stadt-witten.de

Folgende Anträge können Sie ausschließlich nur direkt bei der Führerscheinstelle in Schwelm stellen:
- Ersatzausstellung nach Verlust oder Diebstahl
- Ausstellung eines internationalen Führerscheins
- Ausstellung einer Fahrerkarte

Eine vorherige Kontaktaufnahme mit der Führerscheinstelle des Kreises ist in jedem Fall vorab zur Klärung der notwendigen Unterlagen wichtig bei folgenden Anträgen:
- Neuerteilung nach Führerscheinentzug
- Umschreibung ausländischer Fahrerlaubnisse
- Verlängerung befristeter Klassen

MECKE MOTORSERVICE GMBH
KFZ-MEISTERBETRIEB
Fahrzeugtechnik · Fahrzeugelektrik
Getriebespülung · Autolackiererei
Klima-Anlagen-Service
KAROSSERIE-FACHBETRIEB
Tel.: 0 23 02 / 91 21 91 u. 91 34 40
Frankensteiner Str. 22 • 58454 Witten (nähe TÜV)

Bei Führerscheinen, die bis 1998 ausgestellt wurden, ist das Geburtsjahr des Inhabers ausschlaggebend, bei Führerscheinen ab 1999 das Ausstellungsjahr.

Geburtsjahr	Umtauschfrist
Vor 1953	19. Januar 2033
1953 bis 1958	19. Januar 2022*
1959 bis 1964	19. Januar 2023
1965 bis 1970	19. Januar 2024
1971 oder später	19. Januar 2025

Ausstellungsjahr	Umtauschfrist
1999 bis 2001	19. Januar 2026
2002 bis 2004	19. Januar 2027
2005 bis 2007	19. Januar 2028
2008	19. Januar 2029
2009	19. Januar 2030
2010	19. Januar 2031
2011	19. Januar 2032
2012 bis 18.01.2013	19. Januar 2033

Für den Umtausch benötigen Sie den aktuellen Führerschein, ein biometrisches Passfoto in der Größe 3,5 x 4,5 cm (Passverordnung) sowie Personalausweis oder Reisepass.

© Foto: Sauerlandpics – stock.adobe.com

Scheckkarten-Führerscheine, die seit dem 19.01.2013 ausgestellt werden, entsprechen bereits den EU-Vorgaben. Auf der Vorderseite ist hier die aufgedruckte Gültigkeitsdauer des Dokuments (Ablaufdatum unter Ziffer 4b) zu beachten.

* Termin-Engpass wegen Corona – keine Geldbuße bis 19. Juli 2022
Für alle, die ihren Führerschein bis zum 19. Januar hätten tauschen müssen, war es aktuell coronabedingt schwierig, rechtzeitig einen Termin zu bekommen. Die Verkehrsministerkonferenz hat daher beschlossen, dass denjenigen, die es wegen eingeschränkter Öffnungszeiten der Ämter nicht schafften, ihren Führerschein fristgerecht umzutauschen, bis zum 19. Juli in Deutschland keine Geldbuße droht. Dennoch sollten sich Betroffene unbedingt um einen Termin bei ihrer Führerscheinstelle kümmern.

1. WITTENER
NACHHALTIGKEITSPREIS
der Stadtwerke Witten

www.awidea.de

Die Stadtwerke Witten würdigen herausragendes Engagement und rufen zum Nachhaltigkeitspreis auf. Insgesamt 10.000 Euro stellen wir für große und kleine Helden bereit, die der **Umwelt** helfen oder sich für ihre **Mitmenschen** einsetzen.

Jetzt bis zum **28.02.2022** bewerben!

stadtwerkewitten

www.stadtwerke-witten.de/nachhaltigkeitspreis

STADTWERKE WITTEN
Natürlich.

Der Weiße Tag

Süße Grüße aus Japan

Süßkram, Kitsch, Romantik – jedes Jahr am 14. Februar haben Blumenhandlungen und Pralinenshops bei uns Hochsaison. Im Land der Kirschblüten ticken die Uhren dagegen etwas anders: Hier feiern die Menschen einen Monat später, am 14. März, den Weißen Tag (jap. ホワイトデー, Howaito dē). Dabei werden vor allem weiße Süßigkeiten wie Marshmallows oder weiße Schokolade verschenkt. Denn die Farbe Weiß steht in Japan für Glück. Hach!

© Foto: Pixabay / Pexels

© Foto: Pixabay / Morn_japan

Doch halt, stopp! Der White Day ist keine uralte romantische Tradition, sondern eine recht moderne Erfindung und der Legende nach auf einen simplen Übersetzungsfehler zurückzuführen: Als nämlich der Valentinstag einst nach Ostasien gelangte, wurde der westliche Brauch von den Japanern falsch interpretiert. Sie glaubten, dass es an diesem Tag allein die Aufgabe der Mädchen und Frauen sei, ihre Freunde und Ehepartner sowie männlichen Kollegen, Lehrer und Chefs zu beschenken. Ob dies bei den Japanerinnen zu Unmut führte, ist nicht überliefert. Jedoch hatte ein Konditor im Jahr 1977 einen geschäftstüchtigen Geistesblitz: Er rief als Ausgleich zum Valentinstag den White Day ins Leben. Nun sollten sich die Männer für die Geschenke, die sie am 14. Februar erhalten hatten, mit kleinen Aufmerksamkeiten bedanken.

Beide Feiertage sind also nicht exklusiv für Verliebte, sondern fest in der gesamten japanischen Gesellschaft verankert. Das geht so weit, dass in Japan zwei Arten von Schokolade unterschieden werden: Bei der Hommei-Schokolade (Schokolade für den Liebling) handelt es sich um ein klassisches Valentinspräsent. Die Giri-Schokolade (Pflichtschokolade) wird dagegen aus sozialem Pflichtbewusstsein im weiteren persönlichen und beruflichen Umfeld verschenkt.

Gut zu wissen: Für alle, die am Valentinstag und am Weißen Tag leer ausgehen, gibt es im benachbarten Südkorea am 14. April noch das Gegenstück, den Schwarzen Tag. Die Unglücklichen futtern dann zum Trost Jajangmyeon – ein preisgünstiges koreanisches Nudelgericht.

Ob Hommei-Schokolade, Giri-Schokolade oder Trost-Nudel – wir wünschen Ihnen einen Happy White Day!

© Foto: Pixabay / caja

© Foto: Pixabay / ijasazornik

Das Örtliche
PARTNER DFB-SCHIEDSRICHTER*INNEN
Ohne
die Fairness,
die Leidenschaft,
die Korrektheit und
die Leistung der
Schiris fehlt uns was.
Wir freuen uns, Partner der
DFB-Schiedsrichter*innen zu sein.
Denn ohne Schiris fehlt uns was.
Das Örtliche
Ohne Ö fehlt Dir was
KOL seit 1919
Verlag und Druckerei
Ihr Verlag Das Örtliche

Anzeige

Testamente und ihre Fallstricke

Ein Beitrag von RA Schauwienold – der professionelle Partner für Erb- und Familienrecht

Die Erstellung von Testamenten ist eine äußerst komplizierte Angelegenheit. Diese übereinstimmende Auffassung aller Fachleute wird allerdings der Realität nicht gerecht. Nur etwa 30 % aller Bundesbürger haben ein Testament errichtet. Davon sind nach empirischen Erhebungen 50 % in sich widersprüchlich oder gar nichtig. Erbstreitigkeiten sind damit vorprogrammiert, wenn Testamente, die größtenteils auch noch steuerliche Probleme beinhalten, nicht von Spezialisten erstellt werden. Teilweise führt dies sogar dazu, dass das hinterlassene Erbe durch solche Erbstreitigkeiten völlig aufgezehrt wird. Dies gilt es durch vorausschauende Testamentsgestaltung zu vermeiden.

Einige Beispiele sollen verdeutlichen, welche Gefahren lauern, wenn Testamente von Laien aufgesetzt werden:

Beispiel 1:
Sachverhalt: »Wir, die Eheleute F und EB, wohnhaft in x, setzen uns hiermit gegenseitig zu alleinigen Erben ein, sodass der längst Lebende von uns frei über unser gemeinsam erworbenes Vermögen verfügen kann. Nach einem plötzlichen gemeinsamen Tod soll folgendes in Kraft treten: Erben sollen unsere Nichten A und B werden.«

Tatsächlich verstarben die Eheleute im Abstand mehrerer Jahre. Das Nachlassgericht sah die Voraussetzung des ›plötzlichen gemeinsamen Todes‹ als nicht erfüllt an und nahm deswegen auch keine Schlusserbeneinsetzung der im Testament bedachten Nichten an.

Dementsprechend wurden nicht die Nichten A und B, so wie von den Erblassern gewollt, die letztendlichen Erben des Letztversterbenden, sondern vielmehr diverse weitere Nichten und Neffen, was so nicht gewollt war.

Beispiel 2:
Sachverhalt: Das Testament der Ehegatten enthält die folgende Formulierung »Sollten wir beide verunglücken, …«
Hier sind grundsätzlich drei Lösungen denkbar, nämlich:

1. Das Testament gilt nur, wenn beide Ehegatten gleichzeitig verunglücken.
2. Das Testament gilt, wenn beide Ehegatten unabhängig voneinander verunglücken.
3. Das Testament gilt, wenn beide Ehegatten (überhaupt) versterben.

Das Gericht hat das Testament im Sinne der dritten Variante ausgelegt. Maßgeblich sei, dass der Begriff des ›Verunglückens‹ ohne Weiteres als synonym für ›zu Tode kommen‹ verstanden werden kann. Auch der natürliche Tod kann als Unglück und damit als ein Verunglücken im weiteren Sinne verstanden werden. Für eine wie auch immer geartete Gleichzeitigkeit, die ja ohnehin immer der Ausnahmefall wäre, würden sich ebenso wenig Anhaltspunkte wie für ein gemeinsames Versterben finden, d. h. den Eintritt des Todes auf Grund desselben Ereignisses.

Beispiel 3:
Sachverhalt: Der verwitwete Erblasser ist am 09.08.2015 verstorben, seine Ehefrau am 02.01.2014 vorverstorben. Die Eheleute errichteten im Jahre 1959 einen Ehe- und Erbvertrag, in dem sie sich u. a. gegenseitig als Alleinerben eingesetzt hatten. Im Jahre 1987 errichteten sie ein Testament mit folgendem Wortlaut: »Meine Lieben, sollte uns auf unserer Reise etwas zustoßen, dann wäre unser Wille, dass unser Sohn K 20.000,00 DM erhalten soll. Unsere Tochter S die Aussteuer-Versicherung und 10.000,00 DM erhalten. Alles andere soll unser Sohn H, die gesamte Landwirtschaft mit Haus und Hof, erhalten.«

Hintergrund des Testamentes war, dass die Eheleute eine Fernreise nach Indien antreten wollten. Es erscheint plausibel, dass in diesem Zusammenhang der Gedanke an den Tod auf einer derartigen Reise aufkommt. Da eine Landwirtschaft zu versorgen war, musste jedenfalls für diesen Fall Vorsorge getroffen werden.

Indem die Eheleute davon sprachen, dass ›uns‹ etwas zustößt, kommt zum Ausdruck, dass sie nur den Fall regeln wollten, dass keiner von ihnen später mehr eine Verfügung treffen kann. Das wäre aber nach dem Tod der Ehefrau ohne Weiteres möglich gewesen. Deswegen wurde letztinstanzlich entschieden, dass das vorliegende Testament keine Schlusserbeneinsetzung für den Fall enthält, dass die Eheleute nicht gemeinsam versterben. Damit trat nach dem Tode des letztversterbenden Ehegatten die gesetzliche Erbfolge ein. Das Testament war nach der Auslegung nach allem nur für den Fall der Reise nach Indien aufgesetzt worden und hat danach keine Gültigkeit mehr.

Der Verfasser ist seit 1970 in Witten als Rechtsanwalt zugelassen. Er wurde im Jahre 1980 zum Notar ernannt.
Außerhalb der Anwalts- und Notariatstätigkeit war er seit 1998 mehrere Jahre ständiger Dozent der Deutsche AnwaltAkademie mit Sitz in Berlin. Er ist u. a. auch Dozent der Volkshochschule Witten und dort vor allen Dingen als Referent im Familien- und Erbrecht aufgetreten.

Schauwienold
Beethovenstr. 15
58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 5 80 82-0
www.schauwienold.de

Beispiel 4:
Sachverhalt: » … für den Fall eines gleichzeitigen Ablebens setzen wir … zu Erben ein …«
Lösung: Ein Versterben im zeitlichen Abstand von 16 Monaten (!) wurde nicht als ausreichend angesehen, um von einer Schlusserbeneinsetzung auszugehen. Dies bedeutet, dass bei derartigen Klauseln von der gesetzlichen Erbfolge auszugehen sein wird, falls die testierenden Eheleute nicht gleichzeitig ableben. Erben des Letztversterbenden werden demnach nicht etwa die in dem Testament eingesetzten Erben, sondern die gesetzlichen Erben.

Beispiel 5:
Sachverhalt: »Erbe wird derjenige, der sich zum Schluss um mich kümmert.«
Diese und ähnliche Formulierungen tauchen in der Rechtsprechung immer öfter auf. Die Rechtsprechung verneint regelmäßig eine wirksame Erbeinsetzung, weil aus dem Testament nicht hinreichend deutlich hervorgehe, was der Erblasser mit ›kümmern‹ tatsächlich gemeint habe (physische, psychische Zuwendung; einkaufen; Behördengänge erledigen etc.).

Beispiel 6:
Sachverhalt: »Erbe wird derjenige, der mich nicht ins Heim steckt.«
Bei einer derartigen Formulierung ist man mit einer ganz erheblichen Schwierigkeit konfrontiert: Viele Menschen werden den Erblasser nicht ins Heim gesteckt haben und dennoch aus seiner Sicht nicht zu Erben berufen sein. In solchen Fällen wird das Testament mangels einer hinreichend bestimmten Erbeinsetzung für insgesamt unwirksam erachtet.

Beispiel 7:
Sachverhalt: »Zu meinen Erben setze ich meine Enkel unter der Bedingung ein, dass mich diese mindestens sechs Mal im Jahr besuchen kommen.«

Das Oberlandesgericht Frankfurt a. M. hat entschieden, dass dieses Testament sittenwidrig ist, weil die Besuchspflicht der Enkel diese in ihren Freiheitsrechten zu sehr eingrenze. Die Entscheidung wird in der Literatur teilweise mit der Begründung abgelehnt, es erscheine schwer erträglich, eine Besuchspflicht der Enkelkinder als sittenwidrig anzusehen.

Schlussfolgerung:
In der rechtsgestaltenden Praxis ist darauf zu achten und darauf hinzuwirken, dass der Erblasser den in Betracht kommenden Personenkreis so exakt wie möglich beschreibt. Zur Vermeidung späterer Streitigkeiten sollten Testamente eindeutig formuliert werden. Da dem Laien die Begrifflichkeiten des Erbrechts selten geläufig sind, ist professionelle Unterstützung angesagt, zumal dann, wenn es sich um nicht ganz einfach gelagerte Sachverhalte handelt. In diesen Fällen ist unbedingt anzuraten, einen Erbrechtsspezialisten aufzusuchen.

§

SOVD
Sozialberatungszentrum

Wir lassen Sie nicht allein!

SoVD NRW e. V.
SBZ Witten

Pferdebachstr. 11
58455 Witten

Telefon: 02302 12858
Fax: 02302 82516
sovdwitten@t-online.de
www.sovd-witten.de

Sie erreichen uns telefonisch

Mo.–Do. 9–13 Uhr
und 14–16 Uhr
Fr. 9–13 Uhr
Beratungen finden nur nach vorheriger telefonischer Terminabsprache statt.

- ☑ Wir beraten und vertreten Sie in sozialrechtlichen Angelegenheiten wie Rente, Hartz IV, Behinderung, Kranken- und Pflegeversicherung.
- ☑ Wir kämpfen auf allen politischen Ebenen für die Rechte von Rentnern, gesetzlich Krankenversicherten, pflegebedürftigen und behinderten Menschen
- ☑ Wir informieren über alle gesetzlichen Neuregelungen im Sozialbereich durch Vorträge, Broschüren, Sozial-Infos, Web-TV, Homepage und Mitgliederzeitung
- ☑ Wir bieten Vergünstigungen bei unseren Kooperationspartnern bei Vorlage Ihres Mitgliedsausweises
- ☑ Wir veranstalten Vorträge, Feste und Ausflüge für unsere Mitglieder vor Ort und betreiben eine Begegnungsstätte für Senioren

Werden Sie Mitglied in der größten Sozialorganisation Wittens!

Bestattermeister
Qualifizierter Fachbetrieb im Bestattungsgewerbe

Grüne Linie
Ökologische Bestattung

Rumberg
BESTATTUNGEN
Haus des Abschieds

Kattenjagd 37 - 58456 Witten
02302 - 97040
www.bestattungen-rumberg.de

Individuelle
Hochzeitsfloristik
Trauerfloristik
Raumdekoration

ZEIT für den
Blüten TRAUM

Vormholzer Str. 9a - 58456 Witten
02302 - 97042
www.zeitraum.nrw

Die DRK Hochwasserhilfe steht Flutopfern engagiert zur Seite.

© Foto: DRK

Hochwasserhilfe des DRK Witten

Hilfe direkt vor der Haustür!

Wenn es einmal brenzlig wird, ist guter Rat nicht teuer. Zumindest gilt dies, seit das DRK Hochwasserhilfe anbietet und die DRK ›Herzensmenschen‹ zuhören, stärken und vermitteln.

Nothilfe Hochwasser

Das Ahrtal rückt unweigerlich in den Vordergrund der Gedanken, wenn es um das Hochwasser 2021 geht. Zerstörte Straßen, überflutete Häuser, ganze Stadtteile, die im Schlamm versinken … Diese Bilder haben sich tief in das kollektive Gedächtnis eingebrannt. Weniger präsent ist diese Katastrophe in Verbindung mit Gebieten wie Witten, Bochum, dem Ennepe-Ruhr-Kreis oder Dortmund. »Wenngleich die Schäden in diesen Regionen wesentlich punktueller eingetreten sind, als das im Ahrtal der Fall ist, gibt es dennoch viele Betroffene, deren Hab und Gut zunächst einmal zerstört ist«, erklärt Leonie Stapelfeldt, Quartierskoordinatorin der Hochwasserhilfe des DRK Witten. »Daher ist auch Hilfe direkt vor der Haustür nach wie vor notwendig, und genau die bieten wir den Betroffenen an.«

Vielseitige Unterstützung

Diese Hilfe besteht nicht ausschließlich aus Rat im Sinne der Unterstützung bei Hilfs-Anträgen beim Land NRW, bei der Suche nach Handwerkern, bei der Kommunikation mit Versicherungen oder auch in der ganz persönlichen Unterstützung Betroffener. Vielmehr hilft das DRK auch mit der sprichwörtlichen ›Tat‹, wo es notwendig ist: So packen ehrenamtliche Helfer*innen auch vor Ort mit an, entrümpeln Keller oder streichen Wände. »Wir schauen, was konkret gebraucht wird, und werden aktiv«, erklärt Leonie Stapelfeldt. »Das kann auch einmal schlicht die Überbrückung einer Sprachbarriere in der Kommunikation mit Institutionen

STOM/IN Service
STOM-IN-SERVICE BERNER GMBH
SANITÄTSFACHHANDEL
Wir beraten, versorgen und begleiten Sie nach einer Stomaanlage oder Katheterableitung diskret und kompetent bei:
· Kolostomie
· Urostomie
· Ileostomie
· Blasendauerkatheter
· suprapubische Katheter
· Nierenfistelkatheter
· Einmalkatheterismus
Unsere kostenlose Servicenummer:
08 00 / 1 02 30 95
Ladenöffnungszeiten:
Montag bis Freitag 9–16 Uhr
Unsere Kooperationspartner
PRODO Prostatakarzinomzentrum Dortmund
Städtische Kliniken Dortmund
PROSTATA ZENTRUM DORTMUND OST
Knappschaftskrankenhaus Dortmund-Brackel
Seit 1993 in Witten
Stom-In-Service Berner GmbH
Sanitätsfachhandel
Beratung bei Stoma- und Katheterversorgung
Annenstraße 104 · 58453 Witten
Tel. 0 23 02 / 96 39 40 · Fax 0 23 02 / 96 39 42
Mit unserer langjährigen Erfahrung
stehen wir Ihnen kompetent zur Seite!

© Foto: DRK

»Wir schauen, was konkret gebraucht wird, und werden aktiv«, erklärt Leonie Stapelfeldt, Quartierskoordinatorin der Hochwasserhilfe des DRK Witten.

© Foto: DRK

Carolin Lindinger, Geschäftsführerin des DRK soziale Dienste Kreisverband Witten gGmbH: »Wir bringen Menschen mit Gesprächsbedarf ein offenes Ohr, Wertschätzung und Verständnis entgegen«.

sein oder eben deutlich mehr. Wir möchten maßgeschneiderte Wiederaufbauhilfe bieten und rufen Betroffene weiterhin dazu auf, sich ruhig an uns zu wenden. Unsere Hilfe ist selbstverständlich kostenlos, und bei Bedarf besuchen wir Menschen auch gerne vor Ort.«

Noch da, wenn die Medien es nicht mehr sind

Wie notwendig diese Hilfe ist, zeigt sich im Büro von Leonie Stapelfeldt auch ein halbes Jahr später, wo nach wie vor täglich mehrere Anrufe Betroffener eingehen: »Das müssen nicht einmal mehr Schäden aus der Katastrophe im letzten Jahr sein. Bei uns melden sich auch Menschen, die durch einen anderen Starkregen oder sonstige Wassereinbrüche in eine Notsituation geraten. Wir möchten für die Menschen auch dann noch da sein, wenn die Berichterstattung es nicht mehr ist!«

DRK Herzensmensch

Ergänzend zur Wiederaufbauhilfe können sich Betroffene an die DRK Herzensmenschen wenden, einem neuen Angebot des DRK Witten. »Im Sinne der Werte des DRK bringen wir Menschen mit Gesprächsbedarf ein offenes Ohr, Wertschätzung und Verständnis entgegen«, erklärt Carolin Lindinger, Geschäftsführerin des DRK soziale Dienste Kreisverband Witten gGmbH. »Geschulte Ehrenamtliche bieten Gesprächsmöglichkeiten für Notsituationen aller Art. Zum einen möchten wir mit diesem Angebot strukturell auf etwaige, künftige Katastrophensituationen vorbereitet sein, auf der anderen Seite bieten wir hier ein stetiges und breit gefächertes Hilfsangebot für die Menschen vor Ort. Man muss sich also nicht fragen, ob man bei uns in einer Notsituation richtig ist. Nein, man meldet sich einfach, wenn man nicht mehr weiterweiß!«

Ausbau des Hilfsangebots: Helferinnen und Helfer gesucht!

Parallel arbeitet das DRK Witten daran, die Hilfsangebote auszubauen, wie Carolin Lindinger konkretisiert: »Daher laden wir weitere Helferinnen und Helfer ein, sich gemeinsam mit uns zu engagieren, denn auch wir benötigen Unterstützung von hilfsbereiten Menschen, um Hilfe da ankommen zu lassen, wo sie benötigt wird!« Wer also bereit ist, sich ebenfalls mit Rat und Tat einzubringen oder das DRK mit Spenden unterstützen möchte, wendet sich an Leonie Stapelfeldt, damit Menschen Menschen helfen. Hilfe, direkt vor der Haustür!

Hochwasserhilfe und Herzensmenschen des DRK Witten
Quartiersbüro DRK Witten
Ardeystr. 27 · 58425 Witten · Tel. 0 23 02 / 91 01 63 42
E-Mail: leonie.stapelfeldt@drk-witten.de · www.drk-witten.de

Hausärztliche Versorgung
neu denken.

Eine allgemeinmedizinische Praxis, die den Menschen in den Fokus rückt. Ihn ganzheitlich in seiner individuellen Lebenssituation betrachtet. Ursachen findet, statt Symptome zu behandeln. Nachhaltig zu einer guten Gesundheit verhilft.

Universitätsambulanz für Integrative Gesundheitsversorgung und Naturheilkunde. Langer Name. Starkes Konzept. Neue Ideen für die Medizin von morgen.

Die Welt wird besser

Wir sind irgendwo zwischen Winter und Frühling 2022. Draußen ist immer noch Pandemie. Fast seit zwei Jahren. Irgendwie zieht sich das Ganze. Die Spannung der ersten Wochen und Monate ist verflogen. Verliebt waren wir in den Virus nie, aber irgendwie ist es wie beim Verliebtsein: Am Anfang ist alles Neue faszinierend und aufregend.

Auch das ist nun weg. Zurück bleibt nur der Alltag mit einem potenziell schwer gesundheitsgefährdenden Virus, der uns nicht allzu bald wieder in Ruhe lassen wird.

Alles nicht so leicht. Vor allem für diejenigen von uns, die beengt wohnen, wirtschaftliche Sorgen haben, gesundheitliche Angst haben, betroffen sind oder jemanden durch Covid verloren haben. Für diejenigen, die sich besonders einschränken müssen und diejenigen, die Sorge davor haben sich einschränken zu müssen.
Das Leben hat sich verändert in der Zeit seit Anfang 2020.
Es gibt ein neues ›Normal‹, mit dem wir alle umgehen lernen. Nach und nach, Stück für Stück. An vielen Stellen knirscht und knarzt es. Leicht ist es nicht.

Alles doof? Nein.
Jedoch ist es eine Herausforderung, den eigenen Fokus von der alltäglichen Suche nach dem neuen Normal auf das zu richten, was schon da und gut ist.

© Foto: Christoph Palmert

Von jetzt auf gleich gab es eine neue, unbekannte Krankheit. Nur wenige Monate danach wurden die ersten Menschen dagegen geimpft. Viele Menschheitsgenerationen mussten mit solchen Herausforderungen umgehen. Wir sind die erste Generation, in der es rasch vielversprechende Hilfe gab.

Ich finde das besser.

Gleichzeitig haben wir einen schier unbegrenzten Zugang zu Informationen, auf den wir fast kostenlos zugreifen können. Diese Zugänge sind weder an Bildung, Alter, Geschlecht oder sonst was gebunden. Internet an, und schon geht es los.

Ich finde das besser.

Wir leben in einer Zeit der globalen Zusammenarbeit und der globalen Kommunikation, haben Zugang zu anderen Ländern, Kulturen und Religionen. Wir können glauben und machen was wir wollen. Solange wir damit keinen anderen Menschen verletzen.

Ich finde das besser.

In der Medizin und Pädagogik schauen wir immer mehr auf die Seele, die Psyche und achten das ›Menschsein‹ in seinen vielen Facetten, anstatt nur mechanistisch auf eine Lösung zu beharren. Wir können es uns leisten, auf Tierschutz, Naturschutz und gleichzeitig auf Lebensqualität zu achten. Wir können sogar regionale Lebensqualitätsentwürfe übernehmen und hygge werden.

Ich finde das besser.

Wir haben Kaffeevollautomaten, Teemaschinen, Kühlschränke, elektrische Garagentore, elektrische Autos, automatische Futtermittelspender für Vögel, Hunde und Katzen, Luftfilter und Lufterfrischer.

Ich finde das besser.

Wir können unseren Kot klären und dabei sogar klären, ob eine Corona-Welle rollt.

Brotkorb GmbH
Steinmetz und Bildhauermeister
Grabdenkmale und Einfassungen
Naturstein für Küche und Bad
Bebbelsdorf 3
58454 Witten
Telefon: 02302 - 88 84 81
Telefax: 02302 - 420 491

Bestattungshaus Brotkorb
Beratung und Überführungen
Erd-, Feuer- und Seebestattung
Erledigung aller Formalitäten
365 Tage im Jahr und 24 Stunden am Tag
Pferdebachstr. 84 b
58455 Witten
Telefon: 02302 - 15 38
Telefax: 02302 - 420 489

Wir heizen mit der Sonne und reinigen unsere Häuser chemiefrei. Wir denken über die Lebensqualität unserer Nutztiere nach und überlegen, ob wir überhaupt noch tierische Produkte zur gesunden Ernährung brauchen.

Ich finde das besser.

Wir rauchen immer weniger und leben immer länger. Wir füllen dieses immer längere Leben mit Sinn, auch in den späteren Lebensjahren. Im Supermarkt haben wir die Auswahl zwischen einer sehr großen Menge an Marmeladen.

Ich finde das besser.

Wir haben Netflix, Prime, Disney+ und Co., sind unser eigener Programmdirektor. Thomas Gottschalk haben wir trotzdem noch. Wir haben Südfrüchte und Recycling und planen unsere Städte für Menschen, nicht für Autos.

Ich finde das besser.

Wir haben die NATO, die EU und die UNO. Dort wird gesprochen und nicht geschlagen. Wir sind Kosmopoliten und pflegen trotzdem unsere regionalen Brauchtümer. Wir haben Backmischungen, Internetradio und mehr Balkone an Mietshäusern.

Ich finde das besser.

Wir trinken alkoholfreies Bier und feiern alkoholfreie Abendmahle. Wir züchten immer schmackhaftere Tomatensorten und sind religiös liberal.

Ich finde das besser.

Wir haben weniger Tabus und mehr Zahnersatz, Antibeschlag-Brillengläser und Brillen, die weniger drücken. Wir haben Barfußschuhe und Niedrigtemperaturkocher. Unsere Fritteusen sind voller heißer Luft. Wir denken über Saatgut nach und über Verhütung, über Kinderrechte und Familienmodelle.

Ich finde das besser.

Ich bin nicht naiv. Die meisten der oben genannten Punkte sind nicht nur einseitig zu betrachten. Sie haben zwei Seiten, von denen jeweils eine nicht nur positiv ist. Die meisten der Aussagen oben lassen sich drehen und wenden und weltbildlich auslegen. Auch so eine Sache:

Wir können unser Weltbild heute selbst gestalten. Völlig frei.

Ich finde das gut. Besser für unseren gesellschaftlichen Zusammenhalt ist das aber nur bedingt.

Die Welt wird besser. Wahrscheinlich noch nie haben Menschen so sicher gelebt wie wir heute in Deutschland. Noch nie gab es so viel freie Entfaltungsmöglichkeiten wie heute. Noch nie gab es so wenig Kindersterblichkeit und so viele Studienabschlüsse. Noch nie waren wir sozial so gut abgesichert, wie in unserer Zeit. Selten hat Demokratie so geräuschlos funktioniert wie in unseren Tagen.

Im Alltag bemerken wir das kaum. Es ist ja normal. Wir leben so. Und das ist großartig. Für viele von uns ist Corona die erste ernste Einschränkung im Leben. Krankheit, Tod, Trauer und Angst lassen sich nicht mehr ganz so einfach zur Seite schieben wie vorher.

Eine Chance

Das ist eine Chance für uns alle. Jetzt ist der optimale Zeitpunkt dafür, sich auf das zu fokussieren, was gut ist, was uns dankbar macht. Im großen und im ganz kleinen unmittelbaren Umfeld. Es geht nicht darum, blauäugig zu werden oder ein notorischer Optimist.

Es geht darum, den eigenen Fokus gezielt auf das zu richten, was gut ist, neben allem, was gerade nicht passt oder anders sein sollte. Es geht darum, aus Solidarität gesellschaftliche Kohäsion entstehen zu lassen. Dazu muss ich nicht jeden um mich herum arglos oder freundschaftlich begegnen. Aber ich kann versuchen zu verstehen, dass wir gerade alle an unserem ganz persönlichen neuen ›Normal‹ arbeiten. Dabei können wir uns unterstützen, indem wir mit Wohlwollen auf unsere Umgebung schauen. Nicht naiv, aber mit dem erklärten Ansatz erstmal das Gute zu sehen.

Die Welt wird besser, und wir dürfen uns damit manchmal einfach wohlfühlen.

Christoph Palmert

Centrovital

MEDIZIN · THERAPIE · ANNEN

Medizin und Therapie unter einem Dach
www.centrovital-annen.de

Centrovital 1
Annenstraße 151

Centrovital 2
Westfalenstraße 118

Centrovital 1

Hausarztpraxis H. J. Röhrens & A. Martens
Sportmedizin, Notfallmedizin, hausärztliche Geriatrie (Altersmedizin), Ernährungsmedizin, Verhaltenstherapie

Tel. 0 23 02 / 67 21

Praxisgemeinschaft Gynäkologie und Allgemeinmedizin
Katrin Fellmer und Elisabeth Srocka
Fachärztinnen für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Tel. 0 23 02 / 69 09 72

Dr. med. Katharina Liederwald
Ärztin für Allgemeinmedizin und Homöopathie

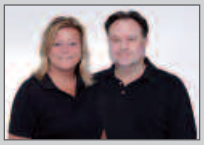
Tel. 0 23 02 / 6 02 63

Gemeinschaftspraxis für Orthopädie und Unfallchirurgie
Dr. med. Bernhard Schul · Facharzt für Orthopädie, Unfallchirurgie, Manualtherapie, Sportmedizin, Akupunktur
Dr. med. Dirk Fennes · Facharzt für Orthopädie, Manualtherapie, Sportmedizin, Akupunktur
Priv.-Doz. Dr. Matthias Wiese · Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Orthopädische Chirurgie, Rheumaorthopädie, Sportmedizin, Manualtherapie, Physikalische Therapie
Dr. med. Peter Koch · Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Manualtherapie, Akupunktur

Tel. 0 23 02 / 97 89 60 · www.orthopaeden-witten.de

Hautarztpraxis
Dr. med. Matthias Hoffmann
Facharzt für Dermatologie, Allergologie, Venerologie, ambulante Operationen, Lasermedizin, Kinderdermatologie, Medikamentöse Tumortherapie, Ernährungsmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur, Berufsdermatologie, Neurodermitistrainer

Tel. 0 23 02 / 5 60 60 · www.hautarzt-dr-hoffmann.de



ZFF® – Zentrum für Fußgesundheit
Ortho Sanivital Teske
optimale Einlagen für Alltag und Sport, orthopädische Maßschuhe, Kompressionstherapie, Orthesen und Bandagen

Tel. 0 23 02 / 6 29 26 · www.z-f-f.de

Praxis für Heilpädagogik
Petra Süss · staatl. anerk. Heilpädagogin, BHP

Tel. 0 23 02 / 9 78 54 30

Praxis für Ergotherapie
Sabine Czaja · Ergotherapeutin

Tel. 0 23 02 / 1 71 11 25

Heike Möller-Gerke · Praxis für Krankengymnastik
Bobath-Therapie für Säuglinge/Kinder/Erwachsene, PNF, Manuelle Therapie, CMD, Krankengymnastik, Gerätegestützte Krankengymnastik, SRT-Zeptor, Massage, Fango, Heißluft, Lymphdrainage, Kinesio-Taping, Beckenbodengymnastik, Schlingentisch

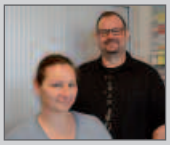
Tel. 0 23 02 / 96 37 08 · www.moeller-gerke.de

Praxis für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde
Dr. med. Stefan Bruski · Facharzt für HNO-Heilkunde
Dr. Yuvraj Gunesh · Facharzt für HNO-Heilkunde

Tel. 0 23 02 / 6 85 25

Milan-Apotheke
Filiale der Adler-Apotheke · Witten-Annen
Dr. rer. nat. Philipp Werner · Apotheker, e.Kfm.
Mustafa Erol · Apotheker, Filialleitung

Tel. 0 23 02 / 2 77 61 77
www.milan-apotheke-annen.de



Mobiles Pflegeteam
Ambulante Senioren- & Krankenpflege
Lamik & Taubitz GbR

Tel. 0 23 02 / 91 22 55 · www.mobilespflegeteam.de

Wortlaut · Praxis für Sprachtherapie
Andrea Bresser
Dipl.-Pädagogin/Sprachheiltherapeutin
Sophia Weber
Dipl.-Pädagogin/Sprachheiltherapeutin

Tel. 0 23 02 / 9 73 53 66 · www.wortlaut.net

Centrovital 2

MVZ Ruhrradiologie GmbH
Diagnostik in Witten, Dortmund und Ennepetal

Dr. med. Henning Sommerfeld · Facharzt für Radiologie
Stefan Ohnesorge · Facharzt für diagnostische Radiologie
Dr. med. Ralph-Alexander Meyer · Facharzt für Radiologie
Norbert Thor · Facharzt für Radiologie

Tel. 0 23 02 / 93 60 40
www.ruhrradiologie.de · www.vorsorgeuntersuchung.de

Dr. med. Richard Luchs
Facharzt für Augenheilkunde

Tel. 0 23 02 / 6 01 18 · www.augenarzt-witten.de

dentovital
Dr. med. dent. Claudina Wöntz · Zahnärztin
Halitosis-Sprechstunde, Parodontitisbehandlung mit Laser

Tel. 0 23 02 / 1 79 85 00 · www.dentovital.de

Patientenaufnahme im EvK Witten optimiert

Feste Ansprechpartnerinnen nehmen sich viel Zeit

Das Evangelische Krankenhaus Witten hat seine Patientenaufnahme optimiert: Wer im EvK stationär behandelt wird, für den führt kein Weg vorbei an Jasmine Bäcker, Myriam Panknin und Sabine Herbrich. Die drei examinierten Pflegekräfte bilden das Zentrale Aufnahmeteam, das stationäre Patient*innen der Urologie, der Inneren Medizin, der Onkologie sowie der Unfall- und Allgemeinchirurgie begleitet – von der Vorstellung in der Ambulanz bis zu ihrem Zimmer auf der Station.

»Wir füllen die Leerlaufzeiten«

In der Vergangenheit haben sich die Stationen in Eigenregie um die Aufnahme ihrer Patientinnen und Patienten gekümmert. Eine Aufgabe, die viel Zeit erfordert. Um die Abläufe zu optimieren, entstand vor circa einem Jahr die Idee, ein eigenes Team dafür einzusetzen. In der Zeit, in der Kranke bisher darauf warteten, von Mitarbeitenden der jeweiligen Station in Empfang genommen zu werden, kommen nun Jasmine Bäcker, Myriam Panknin und Sabine Herbrich ins Spiel. »Wir füllen sozusagen die Leerlaufzeiten«, sagen die drei Frauen. Schon in der Ambulanz, wo die Patient*innen eintreffen, notieren sie sämtliche Daten, fragen Hilfsmittel ab und vermerken für den Sozialdienst, wo häusliche Hilfebedarfe noch nicht abgedeckt sind. Sie führen Corona-Schnelltests durch, messen Vitalwerte und schreiben EKGs. Wenn nötig, nimmt das Team auch Kontakt zu Angehörigen auf, teilt ihnen bei Notfalleinlieferungen zum Beispiel die Telefonnummer der Station mit, damit sie einen Ansprechpartner haben. Mitunter müssen sie Kontaktdaten auch erst recherchieren, etwa wenn demenziell veränderte Patient*innen diese Angaben selbst nicht machen können. »Wir bleiben so lange dran, bis wir alle Informationen haben«, sagt Jasmine Bäcker. Rufen Angehörige zurück, müssen sie sich nicht lange durchfragen, sondern landen gleich bei den richtigen Ansprechpartnerinnen, die an ihren mobilen Arbeitsplätzen alle erforderlichen Angaben aufnehmen.

© Foto: EvK

Dennis Klaebe, Pflegedienstleiter des EvK

© Foto: EvK

V. li.: Sabine Herbrich, Jasmine Bäcker und Myriam Panknin

Begleitung durch ein vertrautes Gesicht

Die Patient*innen profitieren von den neuen Abläufen gleich mehrfach: Die Wartezeit in der Ambulanz verringert sich – wenngleich sich Verzögerungen durch Notfälle nicht vermeiden lassen. Zudem haben sie die ganze Zeit über einen festen Ansprechpartner, ein vertrautes Gesicht, das sie bis auf die Station begleitet. »Für die Patienten ist es deutlich angenehmer, wenn sich nur eine Person eine Viertelstunde lang Zeit für sie nimmt. So werden sie nicht jedes Mal mit einem neuen Gesicht konfrontiert, wenn die Tür aufgeht. Dafür sind viele sehr dankbar«, weiß Myriam Panknin. Vor allem demenziell veränderte Menschen profitieren davon enorm. Doch nicht nur sie. »Wir bekommen viel Zuspruch von Patienten und Angehörigen.« Wiederkehrende können zudem persönlicher angesprochen, ihr Gesundheitszustand besser eingeschätzt werden – was sich schließlich in einer Notiz in der elektronischen Patientenakte wiederfindet. »Wir bemerken eine deutliche Verbesserung in der Patientenakte, die Angaben sind nun viel ausführlicher und sämtliche Kontaktdaten von Angehörigen bis zu Betreuern vollständig hinterlegt«, so Dennis Klaebe. Der Pflegedienstleiter des EvK freut sich über die gelungene Optimierung: »Das Aufnahmeteam nimmt sich so viel Zeit für die Patient*innen, wie es die Stationen in dieser Ausführlichkeit nicht leisten könnten.«

www.evk-witten.de

Blisterverpackungen erhöhen die Medikamentensicherheit

Burkhard Waimann, Inhaber der Rathaus-Apotheke, empfiehlt Blisterverpackungen für chronisch kranke Menschen.

Chronisch kranke Menschen, die regelmäßig auf Medikamente angewiesen sind, müssen besonders darauf achten, dass alle Präparate zur richtigen Zeit und in der vorgeschriebenen Dosierung eingenommen werden. »Je mehr Tabletten im Spiel sind, desto schwerer ist es, den Überblick zu wahren«, so Burkhard Waimann, Inhaber der Wittener Rathaus-Apotheke. »Das gilt in speziellem Maße, aber längst nicht nur für Patientinnen und Patienten mit einer beginnenden Demenz. Unser Blisterservice sorgt hier für mehr Sicherheit und schließt Verwechslungen sowie unbeabsichtigte Wechselwirkungen aus.«

In Abstimmung mit den behandelnden Ärzten werden die Pillen für die ganze Woche von den Fachkräften der Apotheke individuell nach Einnahmezeitpunkt verpackt. Pro Tag gibt es fünf luftdicht versiegelte Plastikkammern, welche mit allen relevanten Informationen beschriftet sind: Hier finden sich die Bezeichnung, Form und Farbe der Tablette sowie Angaben zur Einnahme, welche nüchtern, morgens, mittags, abends oder nachts erfolgt. Die fertigen Blister stehen dann zur Abholung bereit – oder sie werden direkt nach Hause geliefert.

»Bei älteren alleinstehenden Patienten wird die Arzneimittelvergabe oft von den Kindern übernommen«, weiß Burkhart Waimann. »Das Sortieren kostet viel Zeit, die man doch eigentlich besser für schöne gemeinsame Dinge verwenden könnte. Wer sich dagegen für unseren Blisterservice entscheidet, kann sich darauf verlassen, dass die Medikamente hier in der Apotheke vernünftig und übersichtlich vorbereitet werden. Sie müssen sich auch keine Gedanken mehr darüber machen, ob die nötigen Rezepte oder ausreichend Tabletten vorhanden sind. Das ist eine große Entlastung für alle.«

Rathaus-Apotheke
Marktstraße 1 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 5 35 00
www.apowi.de

Arztrufzentrale des Notfalldienstes
01 80 / 50 44 100

Apotheken-Notdienst
08 00 / 00 22 8 33

Persönlich und kompetent
Beethoven-Apotheke
Tobias Nowak
Filialleitung: Sara Oostenryck
Beethovenstr. 23-25 · 58452 Witten
Tel. (0 23 02) 5 37 57
info@beethoven-apotheke.com

SALVATOR APOTHEKE
KAROLINE SCHLÖSSER
Kreisstraße 117 · 58454 Witten
Telefon 0 23 02 / 80 95-0
Telefax 0 23 02 / 80 17 95

WESTFALEN APOTHEKE
Apotheker Heiko Gottsch
Hörder Straße 352 · 58454 Witten
Telefon (0 23 02) 4 74 87
www.westfalen-apo-witten.de
Wir nehmen uns Zeit für Ihre Gesundheit!

Brunnen APOTHEKE
Apotheker Heiko Gottsch
Im Hammertal 68 · 58456 Witten
Telefon (0 23 24) 3 24 28
www.brunnen-apotheke-witten.de

ADLER APOTHEKE
Dr. Werner - Apotheken in Annen
seit 1871 in Annen
Stockumer Straße 21, 58453 Witten-Annen
www.adler-apotheke-annen.de
Telefon:
0 23 02 / 6 04 69

MILAN APOTHEKE
Dr. Werner - Apotheken in Annen
seit 2007 im Centrovital
Annenstr. 151, 58453 Witten
www.milan-apotheke-annen.de
Telefon:
0 23 02 / 2 77 61 77

ENGEL APOTHEKE
Dr. Werner - Apotheke an der Ardeystraße
Ardeystr. 105, 58452 Witten
www.engel-apotheke-witten.de
Telefon:
0 23 02 / 15 04

Apothekerin Christina Herrmann-Trubitz
Ihre Vor-Ort-Apotheken
Apotheke am Bodenborn
Bodenborn 29 58452 Witten
Tel. 02302 / 3415 Fax 02302 / 31613
E-Mail info@apotheke-am-bodenborn.de
www.apotheke-am-bodenborn.de
Apotheke am Ring
Bommerfelder Ring 110
58452 Witten
Tel. 02302 / 9642828
Fax 02302 / 9642829

Rathaus-Apotheke
Diplom-Gesundheitswissenschaftler
Apotheker
Burkhard Waimann e.K.
Fachapotheker für Allgemeinpharmazie
– Ernährungsberatung –
Marktstraße 1 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 - 5 35 00 · Fax 0 23 02 – 5 35 05
www.apowi.de · E-Mail: info@apowi.de

Central Apotheke
Dr. Erol Yilmaz
Hörder Str. 8 · 58455 Witten
Tel: 02302 57611 · Fax: 02302 24951
dr.erolyilmaz@central-apotheke-witten.de
www.central-apotheke-witten.de

Masketragen mit Hörgerät

So beugen Sie dem Verlust Ihres Hörsystems vor

Ob in Geschäften oder in der Bahn, beim Arzt oder am Arbeitsplatz: Masken sind inzwischen an vielen Orten Pflicht. Für die Millionen Hörgeräteträger*innen in Deutschland birgt dies eine besondere Herausforderung – nicht nur, weil die Gesichtsbedeckung den Schall schluckt und es den Betroffenen noch schwerer macht, ihre Gesprächspartner*innen zu verstehen. Oft verheddern sich die Bänder beim Abnehmen des Mund-Nasen-Schutzes im Hörsystem, welches herunterfällt und beschädigt wird oder gar verloren geht.

»Seit Beginn der Coronapandemie verzeichnen wir leider eine deutlich höhere Verlustquote von Hörsystemen«, berichtet Hörakustikmeisterin Nina Steneberg, Geschäftsführerin von Hörgeräte Steneberg mit Filialen in Witten und Herbede. Das Familienunternehmen existiert seit bereits vierzig Jahren und ist für Menschen mit Hörminderung ein wichtiger Ansprechpartner – in letzter Zeit vermehrt auch beim Verlust des eigenen Hörgerätes. »Viele Systeme werden ja hinter dem Ohr getragen, und die Betreffenden denken beim Entfernen der Maske nicht daran«, erklärt Nina Steneberg. »Den Verlust bemerken sie dann erst viel später.«

Da moderne Systeme immer kleiner werden, ist es gar nicht so einfach, sie mit bloßem Auge wiederzufinden. Zum Glück sind die meisten Modelle relativ robust und gehen nicht so leicht kaputt. Viele lassen sich mittels einer App orten. Trotzdem sollten sie natürlich gar nicht erst verloren gehen. »Masken mit Bändern, die hinter dem Kopf zusammengebunden werden, kommen dem Hörgerät nicht so sehr in die Quere wie Ohrenschlaufen«, rät Nina Steneberg. Darüber hinaus wurden spezielle Plastikhalterungen extra für Hörgeräteträger entwickelt, die es auch bei Steneberg für wenig Geld zu kaufen gibt. »Mit diesen Halterungen werden die Masken am Hals fixiert, nicht am Ohr«, erläutert die Expertin. »Für alle, die auf Nummer sicher gehen wollen, bieten wir Versicherungen gegen Verlust zu günstigen Konditionen. Gerne erklären wir Ihnen im Fall der Fälle auch die Ortung per Handy-App.«

© Foto: hi brands // hybridagentur

Hörgeräte Steneberg GmbH
Bahnhofstraße 55 · 58452 Witten · Tel. 0 23 02 / 5 47 91
Vormholzer Str. 2 · 58456 Witten · Tel. 0 23 02 / 9 73 08 55
www.hoergeraete-steneberg.de

Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.

AWO Seniorenzentren

SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

100 Echt AWO. Seit 1919.
Erfahrung für die Zukunft.

Seniorenzentrum Witten
Egge 73-77 • 58453 Witten
Fon: 02302 - 91045-0 • sz-witten@awo-ww.de

Seniorenzentrum Witten-Annen
Kreisstraße 20 a • 58453 Witten
Fon: 02302 - 58409-0 • sz-witten-annen@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: awo-seniorenzentren.awo-ww.de

Time-out!

So kriegen Sie bei der Arbeit den Kopf frei

Wann sind Sie das letzte Mal bei der Arbeit eingeschlafen? Die Frage ist ernst gemeint. Ein Nickerchen am Schreibtisch – der sogenannte ›Power Nap‹ – kann sehr entspannend sein und dazu dienen, leere Batterien wieder aufzuladen. Das zeigen diverse Untersuchungen. Alternativ tut es natürlich auch eine gewöhnliche Kaffeepause. Oder etwa nicht? Wann und in welcher Form sind Ruhephasen eigentlich am effektivsten?

© Foto: Pixabay / Mylene2401

Ermüdung keine Chance geben

Befragt man die Wissenschaft, erscheint die Sache relativ klar. Viele kurze Pausen sind besser als eine lange. Denn spätestens nach 70 bis 80 Minuten konzentrierter Tätigkeit schaltet der Körper ohnehin auf Sparflamme um. Wer darüber hinwegarbeitet, wird spätestens am Nachmittag von Ermüdungserscheinungen eingeholt, die sich dann oft nicht mehr so leicht ausgleichen lassen. Anders verhält es sich bei Beschäftigten, die sich von vornherein regelmäßige Unterbrechungen gönnen. Sie kommen insgesamt fitter durch den Tag.

Passiv oder aktiv relaxen?

Eine Kleinigkeit essen, Kaffee trinken, mit den Kolleginnen und Kollegen quatschen – solche Dinge sind gute Pausenfüller. Wich-

Praxis für Logopädie Broer & Dickhoefer

HALDENWEG 10
58455 WITTEN
TEL. 0 23 02 1 79 33 40
PRAXIS@LOGO-WITTEN.DE
WWW.BROER-DICKHOEFER.DE

KONTAKTIEREN SIE UNS,
WIR KOMMEN AUCH ZU IHNEN.

WIR BEHANDELN STÖRUNGSBILDER ALLER ALTERSGRUPPEN UND UNTERSTÜTZEN SIE IN DEN BEREICHEN:

- SPRACHE
- SCHLUCKEN
- STIMME
- LEGASTHENIE
- SPRECHEN
- ETC.

TERMINE NACH VEREINBARUNG,
WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Individuelle Beratung rund ums Hören im Fachgeschäft

HÖRGERÄTE STENEBERG GMBH
Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik in Witten und Herbede

Ihre persönlichen Hörberater in Witten

Marcel Jakobs
Witten

Songül Yanik-Yarimbas
Witten

Daniela Börger
Herbede

Andreas Kosch
Herbede

Seit 40 Jahren für Sie da!

Bahnhofstraße 55
58452 Witten
Telefon 0 23 02 / 5 47 91

Vormholzer Straße 2
58456 Witten-Herbede
Telefon 0 23 02 / 9 73 08 55

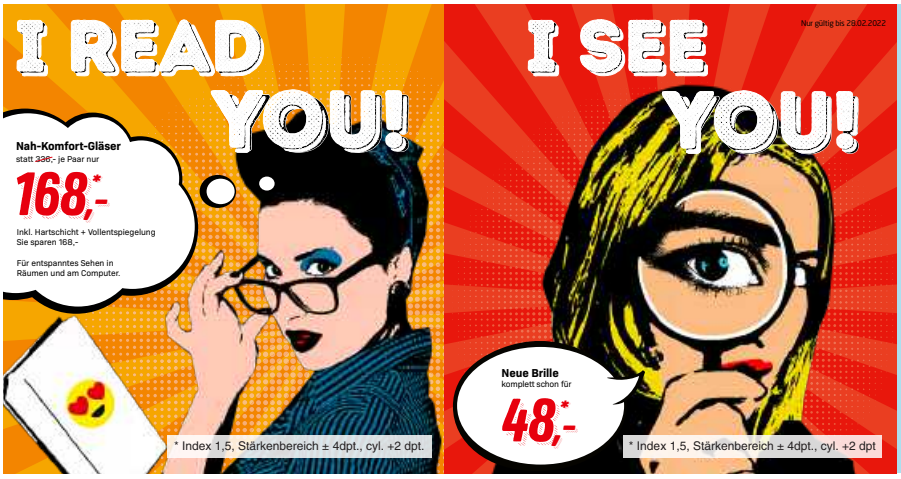
www.hoergeraete-steneberg.de

© Foto: Pixabay / Dorofeevajana

tig ist, dass man etwas tut, das nichts mit dem Job zu tun hat – und dass man es gerne tut! Wer ununterbrochen auf den Bildschirm starrt, sollte seinen Augen Erholung gönnen, wer viel telefoniert, den Hörer zur Seite legen. Eine aktive Pause auf der Yogamatte oder ein Spaziergang um den Block eignen sich besonders, um den Kopf freizukriegen und relaxed an den Schreibtisch zurückzukehren. Falls Sie jedoch so erschöpft sind, dass Ihnen schon im Sitzen die Augen zufallen, kann der eingangs erwähnte Power-Nap Wunder wirken.

Ein Feiertag fürs Nickerchen

Um auf die heilsame Wirkung des Nickerchens am Arbeitsplatz aufmerksam zu machen, wurde in den USA sogar ein eigener Feiertag ins Leben gerufen: der National Workplace Napping Day. Er fällt immer auf den Montag nach der Zeitumstellung und soll es Beschäftigten erleichtern, sich auf die Sommerzeit einzustellen. In diesem Jahr ist es am 14. März soweit. Was auf den ersten Blick wie ein scherzhaft gemeinter Aufruf zum kollektiven Faulenzen klingt, erweist sich bei näherer Betrachtung als durchaus sinnvoll. Denn eines wurde in zahlreichen Studien zweifelsohne nachgewiesen: Diejenigen, die sich Verschnaufpausen gönnen, sind auf lange Sicht konzentrierter, motivierter und somit auch leistungsfähiger als ihre durcharbeitenden Kolleginnen und Kollegen. Damit können Sie argumentieren, wenn die Chefin Sie beim nächsten Mal schwatzend in der Kaffeeküche oder schnarchend am Schreibtisch erwischt.



optic bongers
kontaktlinsen u. brillenmoden
www.optic-bongers.de

Optic Bongers
Inh. Doris Drevermann
Annenstraße 131
58453 Witten
Telefon 0 23 02 / 6 05 34

Gerne sind wir für Sie da:
Mo.–Fr. 9.00–13.00 Uhr
14.30–18.00 Uhr
Sa. 9.00–13.00 Uhr

Sicher ist sicher!

Cashback, Bonusprogramme und Zugang zur Spitzenmedizin

Immer mehr Menschen machen sich Gedanken: Bin ich wirklich richtig versichert? Zahle ich vielleicht zu viel und sollte zu einem anscheinend günstigeren Anbieter wechseln? Habe ich dort aber auch zuverlässige Ansprechpartner*innen, die mir im Fall des Falles hilfreich zu Seite stehen?

Fragen über Fragen, auf die Lisa-Sophie Kacher, Regionalgeschäftsführerin der BARMER in Hattingen sichtlich überzeugt antwortet. »Rund neun Millionen Versicherte vertrauen uns bereits. Mit uns treffen Sie die richtige Wahl, denn unsere Leistungen sind für Menschen vielfach ausgezeichnet. Verlassen Sie sich auf die BARMER als starken Partner an Ihrer Seite – in jeder Lebenslage. Mit vielen attraktiven Mehrwerten und individuellen Angeboten halten wir Ihnen in allen Gesundheitsfragen den Rücken frei. Daher lohnt es sich, erneut zu vergleichen!«

So bietet die BARMER zahlreiche Vorteile für die Versicherten, erfahren wir. Lisa-Sophie Kacher: »Ein Beispiel ist der attraktive Cashback. Wenn Sie unsere Leistungen nicht

© Foto: Lisa-Sophie Kacher

oder kaum in Anspruch nehmen, gibt es am Jahresende bis zu 200 Euro zurück. Des Weiteren können Sie sich mit unserem Bonusprogramm über 100 Euro Prämien im Jahr sichern. Und Tatsache ist, dass wir Ihnen deutschlandweit die bestmögliche Versorgung und Zugang zur Spitzenmedizin bieten. Gerade, wenn es für Sie darauf ankommt, sind Sie bei uns in den besten Händen.«

Ihr Tipp: »Mit der BARMER-App lässt sich vieles schnell und einfach online erledigen. Aber selbstverständlich sind wir auch in persönlichen Gesprächen für Sie da!«

Kontaktdaten
Tel. 01 51 / 18 23 41 28
Lisa-sophie.kacher@barmer.de
www.barmer.de

Unterstützung für pflegende Angehörige

Der BARMER Pflegecoach
- greift Ihre Sorgen auf
- bietet Antworten auf viele Fragen und nützliche Informationen rund um die Pflege
- gibt praktische Tipps und Hinweise
- hilft Missverständnisse in der Kommunikation auszuräumen
- gibt Sicherheit für den Alltag

Die Themenvielfalt dieses Portals wird in den nächsten Monaten und Jahren weiter wachsen. Schauen Sie gerne wieder bei unserem Pflegecoach vorbei.
Wir freuen uns!

www.barmer.de/pflegecoach

Gut durch die Quarantäne kommen

So wappnet man sich für den Fall einer Infektion mit Omikron

Quarantäne kommt von ›Quaranta‹, italienisch für 40. So viele Tage mussten sich beispielsweise im 14. Jahrhundert Pest-Infizierte isolieren. Seit 07. Januar 2021 sind es nur noch zehn Tage. Aber auch für knapp eineinhalb Wochen zu Hause braucht man Vorräte. Und auch Kontaktpersonen sind durch Quarantäne betroffen. Die Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW im Ennepe-Ruhr-Kreis mit Sitz in Witten gibt deshalb Tipps von AU-Bescheinigung bis Lohnfortzahlung und Lieferdienst.

Was bedeutet Quarantäne oder Isolation?
Wer Covid-19-Symptome hat oder einen positiven PCR- oder Schnelltest, muss sich isolieren. Haushaltsangehörige oder Kontaktpersonen müssen unter bestimmten Voraussetzungen in Quarantäne. Verlassen darf man die Wohnung nur für einen Test oder einen Arztbesuch. Das bedeutet: Weder der Gang zum Supermarkt ist gestattet noch der Spaziergang mit dem Hund. Betroffene sollten deshalb telefonisch oder online klären, wie man Hundesitter findet, oder wer in Mehrfamilienhäusern die Post vor die Wohnungstür legen kann. Hilfe bieten zum Beispiel Nachbarschaftsinitiativen, kirchliche Organisationen, Wohlfahrtsverbände oder die Stadtverwaltungen.

© Foto: Markus Distelrath auf Pixabay

ZFF® Praxis für Podologie
Zentrum für Haut- & Fussgesundheit
■ Medizinische Fußpflege
Spezialbehandlung bei:
■ Diabetes
■ Nagelpilz
■ eingewachsenen Nägeln
LEISTUNGEN
Unsere Kernkompetenz liegt in der Fußgesundheit. Neben der klassischen medizinischen Fußpflege behandeln wir auch Nagelpilz, schmerzende Hühneraugen, drückende Schwielen und eingewachsene Nägel mittels einer Zehennagelspange.
Lisa Adamski
TOP PODOLOGE 2019 FOCUS DEUTSCHLANDS EINRICHTUNGEN IM VERGLEICH FOCUS-DIABETES 02 | 2019
Annenstraße 156
58453 Witten
Telefon 02302 . 984 86 98
www.zff-witten.de

Creme Caramel Coffee Espresso Amaretto Cookie Milk
FINDEN SIE HIER IHREN NATÜRLICHEN LOOK
Mit **VenoTrain micro & soft** in sieben verschiedenen Hauttönen finden Sie garantiert den für sich passenden Kompressionsstrumpf –
Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich bei uns beraten!
SANITÄTSHAUS Richter GmbH & Co. KG
Beethovenstraße 5
58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 5 80 95-0
Helfen ist unser Handwerk

Was braucht man zu Hause?
Da sich Infektionen bei den aktuell sehr hohen Inzidenzzahlen rasch verbreiten, ist es ratsam, bestimmte Vorräte parat zu haben: H-Milch, Vollkornprodukte, Hülsenfrüchte und länger haltbares frisches Obst und Gemüse wie Äpfel, Zitrusfrüchte, Karotten, Brokkoli, Blumenkohl, Knoblauch oder Zwiebeln. Ersatzweise helfen Tiefkühlobst und -gemüse. Um unnötige Einkäufe und damit Lebensmittelverschwendung zu vermeiden, empfiehlt es sich, vorab die Haltbarkeit der vorhandenen Lebensmittel zu prüfen. Der Körper braucht ausreichend Ballaststoffe und Flüssigkeit, aber wenig Salz, Fett oder Zucker. Nicht nötig sind Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, ›für das Immunsystem‹ oder ›gegen Viren‹. Zu Hause sollte man regelmäßig lüften, auf die Hygiene achten und Wäsche regelmäßig und gründlich waschen. Die Hausapotheke sollte mit Mitteln gegen Husten, Kopfschmerzen und Fieber sowie mit Schnelltests bestückt sein.

Worauf ist bei Lieferdiensten zu achten?
Die Wittener Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW rät, vor einer Bestellung die jeweiligen Lieferbedingungen zu prüfen. Derzeit sollten vorzugsweise kontaktlose Angebote mit strengen Hygieneregeln genutzt werden. Außerdem zu beachten ist eine mögliche Wartezeit bei Registrierung, ob ein Mindestbestellwert gilt, welche Versandkosten anfallen und welche Zahlungsmöglichkeiten angeboten werden. Gerade in ländlichen Gegenden kann es begrenzte Liefergebiete oder eine eingeschränkte Warenauswahl geben. Aber auch viele lokale Händler liefern Getränke, Bioware oder Lebensmittel. Auch Apotheken bieten Lieferungen an.

© Foto: Alexandru Manole auf Pixabay

Auch der Gassigang ist für Menschen in Quarantäne nicht erlaubt.

Ohne Krankheitssymptome keine Krankschreibung
Eine Krankschreibung gibt es nur bei einer bestätigten Covid-19-Infektion mit Symptomen. Die Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung (AU) gibt es derzeit auch telefonisch. Ohne Krankheitssymptome keine AU-Bescheinigung. Typische Covid-19-Symptome der Omikron-Variante sind Atemnot, Husten, Schnupfen, Fieber und Abgeschlagenheit, Geruchs- oder Geschmacksverlust. Bei medizinischen Fragen hilft der Hausarzt telefonisch oder der ärztliche Bereitschaftsdienst mit der bundesweiten Telefonnummer 116 117. Wer in Quarantäne muss, aber arbeitsfähig ist, muss das möglichst von zu Hause aus tun. Geimpfte in Quarantäne, die nicht im Home-Office arbeiten können, erhalten wie Erkrankte für sechs Wochen eine Lohnfortzahlung durch den Arbeitgeber. Wenn Beschäftigte sich nicht impfen lassen und in Quarantäne müssen, haben sie seit 1. November 2021 keinen Anspruch mehr auf diese Entschädigung nach dem Infektionsschutzgesetz.

Weiterführende Infos und Links:
Mehr zu häuslicher Quarantäne unter
www.verbraucherzentrale.nrw/node/46318

Mehr zur Ernährung in Quarantäne unter
www.verbraucherzentrale.nrw/node/69336

Mehr zu Nahrungsergänzungsmitteln
und Corona unter
www.verbraucherzentrale.nrw/node/45640

Verbraucherzentrale NRW
Beratungsstelle Witten
Bergerstraße 35 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 2 82 81-01
witten@verbraucherzentrale.nrw
www.verbraucherzentrale.nrw/witten

Öffnungszeiten:
Mo. 9.00–13.00 Uhr und 14.00–17.00 Uhr
Di. 9.00–13.00 Uhr
Do. 9.00–13.00 Uhr und 14.00–18.00 Uhr
Fr. 9.00–13.00 Uhr

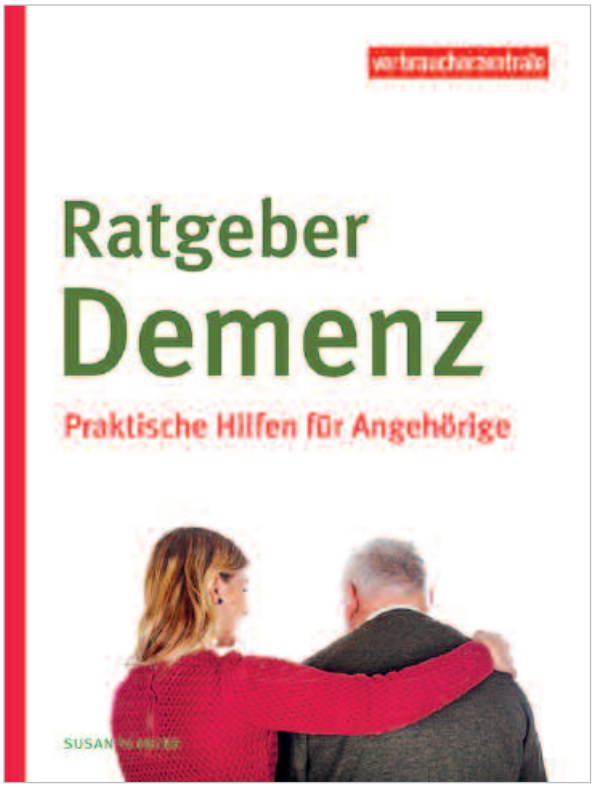
Wir bieten Ihnen Kurzzeitpflege und Vollstationäre Pflege.

Seniorenhaus Witten-Stockum GmbH | Helfkamp 8 b | D-58454 Witten
Telefon: 02302 9886100 | Fax: 02302 9886155 | E-Mail: info@seniorenhaus-witten-stockum.de

Ist das normal oder Demenz?

Tipp aus der Verbraucherzentrale

Den Schlüssel verlegt? Einen Termin vergessen? Immer öfter das passende Wort nicht parat? Keine Lust mehr auf Treffen mit Freunden oder Kontakten im Verein? Ist das noch normal oder schon Demenz? Aus Angst vor der Diagnose sollte die ärztliche Abklärung möglicher Warnzeichen keinesfalls auf die lange Bank geschoben werden. Denn je früher erkannt, desto besser lässt sich die Krankheit behandeln, ihr Fortschreiten verlangsamen und vor allem die Selbstständigkeit der Menschen mit Demenz noch lange erhalten. Der neue ›Ratgeber Demenz‹ der Verbraucherzentrale begleitet Betroffene und deren Angehörige hierbei ganz praktisch Schritt für Schritt: von den ersten Anzeichen über die Diagnose bis hin zur Organisation des Alltags und möglicher Entlastungsangebote.



Anhand vieler Beispiele macht das Buch die Welt der Demenz nachvollziehbar und verständlich, sodass alle besser mit den krankheitsbedingten Veränderungen umgehen können. Erklärt wird zunächst, wie Gehirn und Gedächtnis funktionieren, welche Formen der Erkrankung und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt – und wo deren Grenzen sind. Der Ratgeber zeigt, wie das Lebensumfeld von Betroffenen organisiert werden kann, um weiterhin allein und selbstständig wohnen zu können. Über Leistungen aus der Kranken- und Pflegeversicherung für Menschen mit Demenz wird ebenso informiert wie über rechtliche Möglichkeiten zur selbstbestimmten Vorsorge. Checklisten und Erfahrungsberichte sowie ein umfangreiches Verzeichnis von Beratungs- und Informationsangeboten komplettieren die praktische Hilfe für Angehörige.

›Ratgeber Demenz. Praktische Hilfen für Angehörige‹
200 Seiten · 19,90 Euro, als E-Book 15,99 Euro
Bestellmöglichkeiten:
Im Online-Shop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de oder unter
Tel. 0 23 02 / 28 28 1-01
witten@verbraucherzentrale.nrw
Der Ratgeber ist auch in der Beratungsstelle Witten (Berger Straße 35) erhältlich.

ELEKTROMOBILE
ROLLATOREN
AKKUS
ROLLSTÜHLE
KFZ-ANKAUF
24H WERKSTATT
VERLEIH SERVICE
– ALLE KRANKENKASSEN –

Elektromobilcenter Witten
Mobilität im Alter

Crengeldanzstraße 24 | 58455 Witten
02302 / 400 42 09
www.elektromobilcenter-witten.de
info@elektromobilcenter-witten.de

Beweglich bleiben – ein Leben lang!

bewegbar
Ergotherapie – Prävention

ERGOTHERAPIE
- Ergotherapie bei Kindern und Erwachsenen
- Neurofeedback
- Haus- und Heimbesuche

WEITERE SCHWERPUNKTE:
- Handtherapie
- Schmerztherapie
- Schwindeltherapie
- Stochastische Resonanztherapie
- Motodiagnostik-/therapie bei sensorischen Integrationsstörungen

GANZ NEU:
Roboter- und apparativgestütze Therapie
bei neurologischen und orthopädischen Erkrankungen

Bewegbar Praxis für Ergotherapie-Prävention
Julia Brinkmann
Pferdebachstraße 16
Med. Zentrum am Rheinischen Esel, 3. Etage
58455 Witten · Tel. 0 23 02 / 7 60 16 25
www.praxis-bewegbar.de

seit 1913
Bestattungen Bohnet
Universitätsstraße 2 · 58455 Witten
Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847
Erledigung aller Formalitäten • Überführung In- und Ausland
Tag und Nacht dienstbereit • Erd-, Feuer- und Seebestattungen

Grabmale
Individuelles aus Naturstein
WIEGOLD
Jutta & Jochen Wiegold GbR
Steinmetz- Steinbildhauermeister
Wullener Feld 42
58454 Witten
Tel. (0 23 02) 8 09 34
Fax (0 23 02) 80 05 23
WWW.GRABMALE-WIEGOLD.DE
Grabmale · Findlinge · Arbeitsplatten · Fensterbänke
Natursteinarbeiten für Innen und Außen · Skulpturen ...

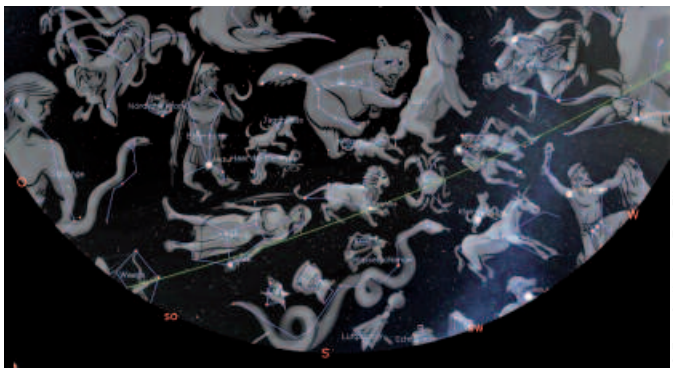
KÖNIG
Bestattungshaus
Seit über 40 Jahren
• Erledigung aller Formalitäten
• Bestattung auf allen Friedhöfen
• Bestattungsvorsorge
• Auf Wunsch Hausbesuch
Wir begleiten Sie.
Tag und Nacht erreichbar:
02302 56615
Crengeldanzstraße 34
58455 Witten
koenig-bestattungshaus.de

Was Sie schon immer über das Weltall wissen wollten ...

Unser Frühlings-sternenhimmel

ein Beitrag von Dr. Tom Fliege

Auf der Hälfte der Erdoberfläche ist dort Tag, wo die Sonne am Himmel steht. Nacht ist es auf der gegenüberliegenden Erdhälfte, von dort aus kann man den Sternenhimmel sehen. Da sich die Erde um ihre Polachse dreht, scheint sich der Sternenhimmel in der Nacht weiter um uns zu drehen. Gleichzeitig dreht sich die Erde auch noch um die Sonne. So wandert der Sternenhimmel pro Tag um etwa ein Grad weiter. Deshalb entstehen unterschiedliche Ansichten für Herbst, Winter, Frühling und Sommer.



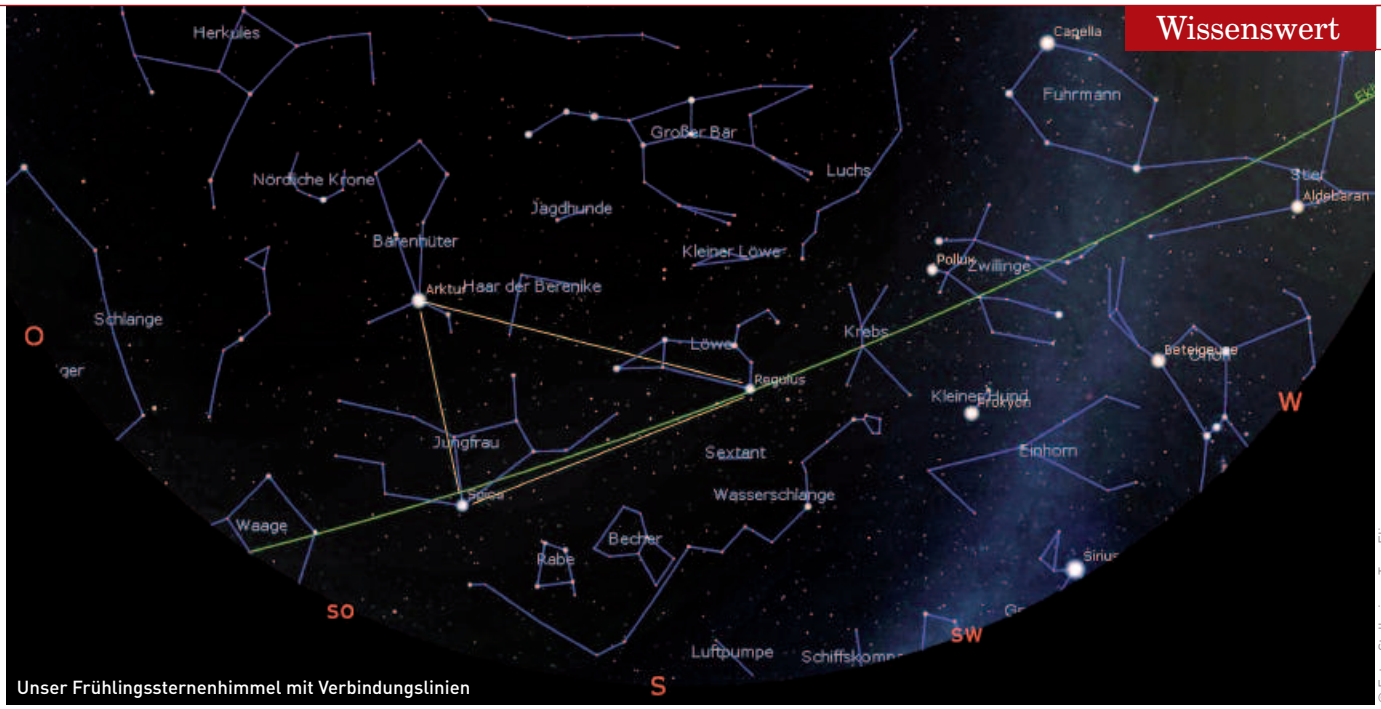
© Foto: Stellarium, Tom Fliege

Unser Frühlingssternenhimmel mit Figuren

Unsere antiken Vorfahren sahen in zusammengruppierten Sternen Tiere, mythologische Gestalten und Gegenstände, die sie entsprechend benannten. Sie gaben auch schon den für sie wichtigsten Sternen Eigennamen. Diese wurden meist über das Arabische bis zu uns überliefert, nur leider ist die Umsetzung in lateinische Buchstaben nicht immer einheitlich.

Damit wir uns heute im Gewusel der Sterne zurechtfinden, drucken wir helle Sterne als dicke Punkte und schwächere Sterne als entsprechend kleinere Punkte auf Sternkarten. Zusätzlich verbinden wir mehrere Sterne mit Linien untereinander, die insgesamt 88 Sternbilder darstellen, welche über den gesamten Himmel verteilt sind. Dabei machen wir uns zunutze, dass sich das menschliche Gehirn nach zwei, drei Versuchen Muster gut merken kann. Schwierig ist dabei jedoch, dass es für diese Linien keinen Standard gibt und sie sich somit von Sternkarte zu Sternkarte unterscheiden können. Noch schwieriger ist, dass die Linien am echten Himmel nicht existieren, aber dann wäre Astronomie ja einfach …

Wir wollen unseren Frühlingshimmel betrachten, also zum 1. Februar um 3 Uhr, zum 1. März um 1 Uhr, zum 1. April um 0 Uhr (Sommerzeit) oder am 1. Mai um 22 Uhr. Zunächst wenden wir uns Richtung Westen und sehen dort die Wintersternbilder Fuhrmann, Stier, Orion, Einhorn, Kleiner Hund und Zwillinge, die schon bald untergehen werden. Einzig der helle Stern Capella wird für uns nicht un-



Unser Frühlingssternenhimmel mit Verbindungslinien

© Foto: Stellarium, Tom Fliege

tergehen, er wird später nur knapp oberhalb des Nordhorizonts entlanglaufen und danach wieder im Nordosten aufsteigen.

Als nächstes finden wir direkt senkrecht über unseren Köpfen (im Zenit) den allseits bekannten und gut sichtbaren Großen Wagen (er ist nur ein Teil des Sternbilds Große Bärin, lateinisch Ursa Major, Dreibuchstabenabkürzung UMA auf manchen Sternkarten), der wie ein Bollerwagen aussieht. Folgen wir der Biegung der Deichsel des Großen Wagens nach links unten, gelangen wir zum hell leuchtenden Arkturus im Sternbild Bärenhüter (Bootes, BOO). Der Bärenhüter verfolgt zusammen mit seinen Jagdhunden (Canes Venatici, CVN) die Große Bärin und die Kleine Bärin auf ihrem ewigen Weg um den Himmelsnordpol herum.

Folgen wir der Deichselbiegung noch weiter in Richtung Südosthorizont, gelangen wir zum hellen leuchtenden Stern Spica im Sternbild Jungfrau (Virgo, VIR). Die Jungfrau betrachteten die Babylonier als ihre Göttin Ischtar oder Astarte, aus der wurde später Eostre, die sächsische Göttin der Fruchtbarkeit und des Frühlings, in deren Verehrung das Osterfest seine Wurzeln hat. Es wird gefeiert, wenn die Jungfrau am Abendhimmel erscheint. Links von der Jungfrau geht im Südosten gerade das kleine und unscheinbare Sternbild Waage auf (Libra, LIB). Sie war bei den Römern das Symbol für die Tag- und Nachtgleiche, da vor 2.000 Jahren der Herbstpunkt im Sternbild Waage lag. Sie betrachteten sie auch als Symbol der Gerechtigkeit.

Zur Komplettierung des sogenannten Frühlingsdreiecks brauchen wir noch einen dritten hellen Stern weiter rechts: Regulus im Sternbild Löwe (Leo, LEO). Den Löwen verbanden schon die Mesopotamier und Ägypter mit der Sonne, weil sie im heißen Sommer genau in diesem Sternbild stand. Die drei hellen Sterne des Frühlingsdreiecks lassen sich auch aus lichtverschmutzten Städten finden.

Rechts vom Bärenhüter liegt eine nur schwach sichtbare Anhäufung von Sternen, die zum Sternbild Haar der Berenike (Coma Berenices, COM) gehören. Sie stehen für die Königin Berenike von Ägypten, die ihr Haar der Göttin Venus opferte, nachdem ihr Gemahl Ptolemaios III. gesund aus einer Schlacht heimgekehrt war. Die unscheinbaren Sternbilder Kleiner Löwe (Leo Minor, LMI) über dem Sternbild Löwe und rechts davon der Luchs (Lynx, LYN) wurden erst im 17. Jahrhundert eingeführt, um leere Stellen am Himmelszelt zu füllen.

Rechts vom Löwen liegt das unscheinbare Sternbild Krebs (Cancer, CNC). Er markierte einst die Sommersonnenwende, wenn die Sonne dort stand. Für die Babylonier war es das Tor zur Wiedergeburt. In Ägypten war der Krebs der Sonnengott Cephre, die göttliche Personifikation des Skarabäus oder Mistkäfers, der als Symbol für Fruchtbarkeit, Leben und Wiedergeburt galt. Für die Griechen war er der Krebs, der versuchte, Herakles (römisch Herkules) in die Zehe zu zwicken, als dieser mit der Hydra kämpfte. Im Krebs gibt es aber einen mit den bloßen Augen sichtbaren, offenen Sternhaufen (M44), der mit dem Fernglas hübsch anzusehen ist.

Unterhalb des Frühlingsdreiecks ganz im Süden befindet sich das längste, aber unscheinbare Sternbild am Himmel, die Wasserschlange (Hydra, HYA). Auf ihr liegt der kaum erkennbare Becher (Crater, CRT) und das etwas hellere, schiefe Trapez des Sternbildes Rabe (Corvus, CRV). Der Rabe wurde von Apollo ausgesandt, um mit einem Becher das Wasser des Lebens zu holen. Er behauptete, eine Schlange habe ihn davon abgehalten. Apollo strafte ihn mit ewigem Durst und setzte ihn mit der Hydra an den Himmel.

Vor ein paar Stunden erst im Osten aufgegangen, befindet sich links vom Bärenhüter das kleine, aber im Fernglas schön anzusehende Sternbild Nördliche Krone (Corona Borealis, CRB). Sie stellt die Krone von Ariadne, der Tochter von König Minos von Kreta dar. Noch weiter im Osten gehen schon die Sommersternbilder Herkules und Schlangenträger auf.

Im Laufe des Jahres läuft die Sonne auf der im Frühling quer absteigend über den Himmel verlaufenden Linie (Ekliptik) entlang durch die Sternbilder Stier, Zwillinge, Krebs, Löwe, Jungfrau und Waage, weshalb diese zu den 12 sogenannten Tierkreiszeichen gehören. Man kann sein ›eigenes‹ Tierkreiszeichen, als zum Geburtszeitpunkt die Sonne in diesem Sternbild stand, am besten in der genau gegenüberliegenden Zeit des Jahres sehen, also ein halbes Jahr früher oder später.

In der Nähe der Ekliptik befinden sich auch immer der schnell wandernde Mond und die langsam wandernden Planeten. Jeden Abend geht zwar aufgrund der Erddrehung alles im Osten auf, steht im Süden am höchsten und geht im Westen unter, aber bedingt durch den gleichsinnigen Sonnenumlauf bewegen sich Sonne, Mond und Planeten im Laufe längerer Zeiten von West nach Ost!

Weiterführende Literatur:

Planetariumssoftware für PC und Smartphone: Stellarium, Mobile Observatory
Drehbare Sternkarte: 30 cm Durchmesser, Kosmos Verlag
Alternative Verbindungslinien: H.A. Rey, Zwilling, Stier und Großer Bär
Detaillierte Karten: Erich Karkoschka, Atlas für Himmelsbeobachter
Mythologie: Geoffrey Cornelius, Was Sternbilder erzählen
Jahrbuch mit Planetenpositionen etc.: Kosmos Himmelsjahr

Dr. Tom Fliege erklärt in loser Folge astronomische Zusammenhänge. Live können Sie ihn in seinen Vorträgen, Workshops und Exkursionen erleben, Termine und Orte unter www.Planet-Fliege.de

Sebo's Café

Endlich wieder da!

Köstliche Kaffeekreationen, selbst gemachte Kuchen und Torten, ausgefallene Frühstücksangebote, täglich wechselnder Mittagstisch aus frischen und regionalen Produkten zu gerade mal 8,90 Euro – und all dies in einer herrlich heimeligen und zugleich lässigen Atmosphäre … Aus gutem Grund hat sich Sebo's Café in der Wittener Innenstadt einen außergewöhnlichen Namen gemacht. Leider musste das Lokal das letzte halbe Jahr u. a. coronabedingt geschlossen werden. »Jetzt sind wir aber endlich wieder da, wir freuen uns riesig!«, berichtet Inhaber Sebastian ›Sebo‹ Schreiber mit strahlendem Lächeln.

香 港 樓
China-Restaurant
Hong Kong
Seit 1995 in Witten!
Hörder Straße 355
58454 Witten
Tel.: (0 23 02) 56 14 - 0
www.hongkong-witten.de
Öffnungszeiten in der Corona-Zeit
Dienstag–Samstag 12–14.30 Uhr und 17–20 Uhr
Sonntag und Feiertage 12–15 Uhr und 17–20 Uhr
Abholung möglich

Auch seine langjährige Partnerin und frischgebackene Frau Yvonne Andree ist superglücklich, die Gäste in der City mit ihren süßen und herzhaften Inspirationen verwöhnen zu können. »Wobei es ja nicht der Fall ist, dass wir völlig lahmgelegt waren – im Gegenteil!«, erklärt sie. »Ganz genau, Sebo's Dorfkrug in Heven durften wir im Sommer wieder öffnen, und hier haben wir unser Angebot auch ordentlich erweitert, zum Beispiel mit unserem großen, tollen Frühstücksbuffet für sagenhafte 18 Euro pro Person. Das wurde wie auch unsere vielen anderen neuen kulinarischen Ideen einfach super angenommen«, erzählt ›Sebo‹ Schreiber.

Es läuft rund, wobei ein wenig anders als zuvor. So wird der Mittagstisch mittwochs bis freitags in Sebo's Dorfkrug zukünftig nur noch saisonal in den Sommermonaten angeboten, dafür dürfen sich die Gäste zurzeit Dienstag bis Freitag in Sebo's Café darüber freuen. »Wir hoffen natürlich, bald auch wieder mit unseren Veranstaltungen und Events für euch da zu sein«, betont ›Sebo‹ Schreiber. »Aber feststeht, dass wir euch in Witten und in Heven eine wundervoll entspannte Atmosphäre zum Schmausen und Genießen bieten, selbstverständlich unter Einhaltung aller Corona-Regeln und höchster Beachtung von Hygienemaßnahmen. Wir sind für euch da, versprochen!«

Sebo's Café
Oberstraße 6 · 58452 Witten · Tel. 0 23 02 / 1 76 59 06 · www.sebos-witten.de
Di.–Fr. 8.30–14.30 Uhr · Von 11.30–14.30 täglich wechselnder Mittagstisch
Sonntags durchgehende Küche

Sebo's Dorfkrug
Dorfstraße 11 · 58455 Witten · www.sebos-dorfkrug.de
Mi. + Do. 17–22 Uhr / Fr. 17–24 Uhr / Sa. 10–24 Uhr / So. 12–22 Uhr
Sa. ab 10 Uhr Frühstück, anschließend Mittagsgeschäft (bis 15 Uhr Küche)

Werkstatt & Service:
Wir sind für Sie da!

LEIF HOFFMANN
Dein Fachhändler für Elektrohausgeräte mit Kundendienst in Witten-Bommern

Egal ob Lieferung und Montage, Kundendienst und Reparatur, Altgeräte-Entsorgung, Energieberatung, Garantie oder Finanzierung – electroplus Hoffmann bietet Ihnen neben umfangreichen Serviceleistungen auch ein kompetentes Team, das sich um den fachgerechten Auf- und Einbau Ihrer Hausgeräte kümmert und Ihnen die fachgerechte Handhabung Ihrer neuen Elektrogeräte erklärt.

electroplus
Für Mich. Vor Ort. Vom Fach.
10 JAHRE
HOFFMANN
ELEKTROHAUSGERÄTE | KUNDENDIENST
www.electroplus-hoffmann.de
Bommerfelder Ring 110
58452 Witten-Bommern
Tel. 02302 / 3757
E-Mail: service@electroplus-hoffmann.de

© Foto: Pixabay / Wow_Pho

Lecker und bunt: Asia-Bowls

Geschichtetes Glück

Food Bowls

Man nehme eine Handvoll frischer Zutaten, gebe sie schichtweise in eine Schale und träufle ein leckeres Dressing obendrauf – fertig ist die Bowl? Nun, ganz so einfach ist es nicht, denn erst durch die gekonnte Zusammenstellung der verschiedenen Komponenten, erst durch das kunstvolle Arrangieren wird aus dem normalen Schüsselgericht ein echter Trendsetter.

Das Konzept stammt wahrscheinlich aus Groß-Britannien, wo die Food Bowls im Zuge der Clean-Eating-Bewegung entstanden sein sollen. Dahinter steht die Idee, dass sich eine ausgewogene, vollwertige Ernährungsweise positiv auf die Gesundheit auswirkt. Doch nicht nur in England, auch in der asiatischen Street-Food-Szene werden gesunde Leckereien schon länger in Schüsseln serviert. Foodblogger machten den Essenstrend in der ganzen Welt bekannt: Eine hübsch angerichtete Bowl ist auch optisch ein Hingucker, und das Auge isst bekanntlich mit.

Tatsächlich hält sich der Aufwand bei vielen Bowl-Rezepten in Grenzen. Sie funktionieren oft ohne Kochen, lassen sich gut vorbereiten und sind praktisch zum Mitnehmen – das ideale Essen für Vielbeschäftigte, die auf bewussten Genuss bei der Arbeit im Büro oder unterwegs nicht verzichten wollen. Auch beim Treffen mit Freunden machen die farbenfrohen Schalenmenüs etwas her. Die klassische Formel für die perfekte Bowl lautet, dass von allem etwas dabei sein muss: etwas Kohlenhydrathaltiges, etwas Proteinreiches und etwas Vitaminreiches! Vermutlich ist es genau diese Kombination, die uns beim Schlemmen so glücklich macht.

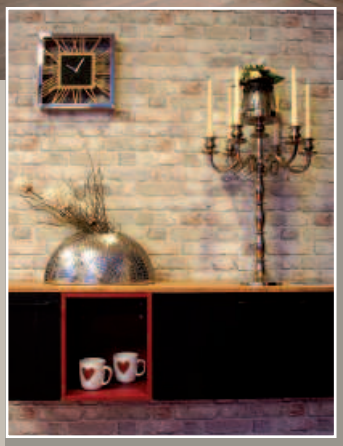
Als Sattmacher-Grundlage eignet sich ein Bett aus Reis, Quinoa, Couscous, Kartoffeln oder Süßkartoffeln. Dazu passen gebratene Putenstreifen, Rinderfiletstreifen, Meeresfrüchte oder Räucherlachs, aber auch vegetarische bzw. vegane Alternativen wie Schafskäse, Avocado, gebratener Kürbis, Falafel und Räuchertofu. Obst und Gemüse bringen Farbe und Frische in die Bowl: Möhrenspalten, bunte Paprika, Cocktailtomaten, Zuckerschoten, Rote Bete, Blattspinat, Radieschen, Weintrauben, Himbeeren, Orangenfilets … Alles ist möglich! Den Abschluss bildet gerne ein knuspriges Topping aus gehackten Nüssen, Samen oder Sprossen. Parmesanraspeln, Granatapfelkerne oder Goji-Beeren sind hier ebenfalls sehr beliebt.

Was jetzt noch fehlt, ist ein Dressing oder Dip. Mit einer gut gemachten Honig-Senf-Soße oder einem klassischen Joghurt-Dip kann man dabei eigentlich nichts falsch machen. Je nach Inhalt der Bowl bieten sich aber vielleicht auch exotischere Varianten an: Wie wäre es zum Beispiel mit einem Klecks Hummus oder Guacamole, etwas knallgrünem Pesto, einem Schuss rosaroter Kokos-Currysoße oder würziger Erdnussmarinade? Was zählt, ist die Lust am Ausprobieren – der Kreativität sind keine Grenzen gesetzt!

KÜCHEN
MÖBEL
SCHREINEREI

Küchenschmiede Link
Mirko Link

IHR KÜCHENSPEZIALIST
IM RUHRGEBIET



IHRE KÜCHE ALS WOHLFÜHLOASE!

Wir realisieren
Ihre Küchenträume
von der Planung
bis zur Montage

Individuelle Beratung
durch Inhaber
Mirko Link,
staatlich geprüfter
Bautechniker
und Schreiner

Küchenschmiede Link
Frankensteiner Straße 15 · 58454 Witten
Tel. 02302/88575 · Fax 02302/18336
Kueche3000-witten.de

© Foto: Pixabay / dbreen

Frisches Zutaten gehören in jede Bowl.

Grüne Veggie-Bowl (2 Schalen)
150 g Wildreis oder schwarzer Reis
1 Bund Koriander
2 EL Olivenöl
2 TL Zitronensaft
½ Broccoli
100 g Tiefkühlerbsen
1 Gurke
½ grüne Galia Melone
2 EL Hummus
1 EL Sonnenblumenkerne
1 TL Sesam
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Den Reis nach Packungsanleitung kochen, abgießen und etwas auskühlen lassen. Den Koriander fein hacken und mit dem Olivenöl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren und unter den Reis mischen. Das Ganze hälftig in zwei große Bowls füllen. Broccoli und Erbsen in einem kleinen Topf mit kochendem Wasser fünf Minuten blanchieren und im Sieb unter kaltem Wasser abschrecken. Gurke und Melone würfeln. Das Gemüse auf dem marinierten Reis verteilen. Jeweils einen großen Esslöffel Hummus daraufgeben und zum Schluss mit Sonnenblumenkernen, Sesam und Salz aus der Mühle bestreuen. Guten Appetit!

Bunte Asia-Bowl (2 Schalen)
100 g dünne Reisnudeln
200 g mageres Rindersteak
1 Stange Zitronengras
1 Knoblauchzehe
2 ½ EL asiatische Fischsoße
2 TL Zucker
Pfeffer
½ rote Chilischote
Saft von ½ Limette
2 Frühlingszwiebeln
½ Minirömersalat
½ kleine Salatgurke
¼ Rettich
2 Stiele Minze
40 g Mungobohnensprossen
2 EL Öl
30 g geröstete Erdnüsse

Nudeln mit kochendem Wasser übergießen, nach Packungsanweisung quellen lassen. Fleisch trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Zitronengras putzen, die äußeren harten Blätter entfernen und das weiche Innere fein hacken. Knoblauch schälen und hacken. Zitronengras, Knoblauch, 1 flachen TL Zucker und ¼ TL Pfeffer mit der Hälfte der Fischsoße zu einer Marinade verrühren. Das Fleisch damit bestreichen und zugedeckt ca. 30 Minuten ziehen lassen.

Für die Soße Chili entkernen, waschen und sehr fein hacken. Mit der anderen Hälfte der Fischsoße, 1 gehäufter TL Zucker, Limettensaft und 3 EL kaltem Wasser verrühren. Frühlingszwiebeln waschen und in kleine Ringe schneiden. Salat waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Gurke und Rettich waschen, schälen und würfeln. Minze waschen, Blättchen grob hacken. Sprossen abspülen und abtropfen lassen. Alles, bis auf die Zwiebelchen, mischen und auf den Nudeln in zwei Schüsseln verteilen. Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Fleisch darin sehr kurz und kräftig anbraten. Herausnehmen und Frühlingszwiebeln im Bratfett andünsten. Fleisch und Zwiebel auf dem Salat anrichten. Nüsse grob hacken und darauf streuen. Mit Soße beträufeln. Fertig!

© Foto: Pixabay / LAWJR

Gesunder Sattmacher: ein Bett aus Couscous

Orientalische Couscous-Bowl (2 Schalen)
150 g Couscous
1 gestrichener TL Ras el-Hanout
2 rote Paprika
100 g Hirtenkäse
10 g Pistazien
1 Zwiebel
12 ml Balsamico-Creme
1 Bio-Limette
15 g süßer Senf
50 g Spinat
10 g Minze/Petersilie
100 g Sahnejoghurt
1 reife Avocado
Salz und Pfeffer
Öl zum Marinieren und Braten

Couscous mit Ras el-Hanout mischen, nach Anweisung zubereiten, danach mit einer Gabel etwas auflockern. Paprikahälften auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit 1 EL Öl beträufeln. Pistazien grob hacken. Hirtenkäse in die Paprikas bröseln. Pistazien darüber verteilen. Auf der mittleren Schiene im Ofen 15 bis 20 Minuten backen, bis die Paprikas weich sind.
Zwiebel schälen, in feine Streifen schneiden und in Öl glasig dünsten. Mit Balsamico-Creme ablöschen und auf der ausgeschalteten Herdplatte stehen lassen. Schale der Limette fein abreiben. Limette in Spalten schneiden. Den Saft der Spalten in eine große Schüssel pressen, mit 1 EL Olivenöl, dem süßen Senf, Salz und Pfeffer verrühren. Spinat unterheben.
Blätter von Petersilie und Minze abzupfen und getrennt voneinander fein hacken. In einer kleinen Schüssel Sahnejoghurt mit Minze und einigen Tropfen Limettensaft verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Avocado halbieren, Fruchtfleisch herauslösen und quer in Scheiben schneiden. Couscous mit gehackter Petersilie und Limettenabrieb mischen und in zwei tiefe Schüsseln geben. Spinatsalat, Avocado, Paprikas und karamellisierte Zwiebeln darauf verteilen und mit Minzjoghurt genießen.

© Foto: Pixabay / akvampy

Auch beliebt: Surf 'n' Turf

Schemmann`s
Genuss & Style®

Geschenkartikel
Damenmode
Schmuck · Design
Delikatessen
Accessoires
Küchenutensilien

Guter Geschmack ist ein Erlebnis aller Sinne!

Bei uns liegt schon ganz viel Frühling in der Luft.

TIPP: Entdecken Sie unsere reduzierte Winterware – es lohnt sich! Wir freuen uns auf Sie!

Schemmann's Genuss & Style
Ruhrstraße21 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 – 42 07 50
www.schemmanns.de

Öffnungszeiten:
Montag–Freitag 10.00–18.30 Uhr
Samstag 10.00–16.00 Uhr

Was hopft denn da?

Der Wiedehopf ist Vogel des Jahres 2022

Zugegeben: Mit seinen gestreiften Flügeln, der aufstellbaren orangenen Haube und dem langen dunklen Schnabel ist der Wiedehopf ein echter Hingucker. Jetzt hat der kleine Schönling die Wahl zum Vogel des Jahres 2022 gewonnen – mit deutlichem Vorsprung vor Mehlschwalbe, Bluthänfling, Feldsperling und Steinschmätzer.

© Foto: Pixabay / JacekBen

Die markante Haube richtet er auf, wenn er gerade gelandet ist – oder um ein Weibchen zu beeindrucken.

Insgesamt beteiligten sich 142.798 Menschen an der Wahl, die bereits seit 1971 einmal jährlich durch den Naturschutzbund Deutschland (NABU) veranstaltet wird. Seit dem 18. November steht das Ergebnis für 2022 fest: 31,9 Prozent schenkten ihre Stimme dem auffälligen Höhlenbrüter mit dem orangeroten Gefieder. Der Wiedehopf tritt damit die Nachfolge des Rotkehlchens an. Sein wissenschaftlicher Gattungsname ›Upupa‹ leitet sich übrigens vom Klang des dreisilbigen Balzrufes ab: ›Upupup!‹

© Foto: Pixabay / XaviB6ood

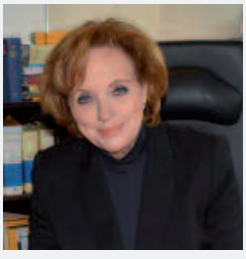
Seltener Anblick: Bei uns in Deutschland gibt es nur noch wenige Brutpaare, der Wiedehopf gilt daher als gefährdet.

Hierzulande ist der scheue Zugvogel eine ebenso exotische wie seltene Erscheinung. Er liebt die Wärme und verbringt den Winter in Afrika – auf dem Weg dorthin macht er aber auch schon mal bei uns in Deutschland, zum Beispiel am Kaiserstuhl in Baden-Württemberg Rast. Am wohlsten fühlt er sich in halboffenen bis offenen insektenreichen Landschaften wie Obstgärten, Böschun-

Rechtsanwalts- und Notarkanzlei Dr. Rath-Kröger

Veronika Atuahene
Rechtsanwältin

Tätigkeitsschwerpunkte:
Sorge- und Umgangsrecht
Strafrecht
Verkehrsrecht



Dr. Ursula Rath-Kröger
Rechtsanwältin und Notarin

Fachanwältin für Erbrecht
Fachanwältin für Familienrecht

Gerichtsstr. 3 · 58452 Witten · Tel. 0 23 02 / 5 70 71 · kanzlei@rath-kroeger.de

Im Spätsommer zieht er zum Überwintern nach Afrika. Ab März kehrt der Wiedehopf in seine Brutgebiete zurück. Dann macht er auch mal in deutschen Gärten Rast.

© Foto: Pixabay / Mr.Lebies

gen und Weinbergen. Solche Biotope werden durch die intensivierte Landwirtschaft und den Einsatz von Pestiziden aber leider immer seltener. Mit der Wahl zum Vogel des Jahres will der NABU auch auf den Insektenschwund und dessen Folgen für das ökologische Gleichgewicht aufmerksam machen.

Wiedehopfe gelten in einigen Kulturkreisen als eine unreine Vogelart. Grund ist das ungewöhnliche Abwehrverhalten der kleinen Exoten: Nestlinge spritzen, wenn sie sich bedroht fühlen, ihren Kot aus der Höhle. Effektiv gegen Feinde wirkt auch das Absondern eines übelriechenden Sekrets aus der Bürzeldrüse. Während der Brutzeit ist diese Drüse bei Weibchen und Nestlingen besonders entwickelt. Daher rührt der strenge Geruch, der üblicherweise von den Brutstätten ausgeht – und daher stammt wohl auch die im Deutschen gebräuchliche Redewendung: ›Du stinkst wie ein Wiedehopf!‹

© Foto: Pixabay / Luca_Cagnasso

Kleiner Schönling: Der Wiedehopf ist Vogel des Jahres 2022.

Steuerberater

Steuerliche Beratung für

Privatpersonen, Einzelunternehmen und Kapital- u. Personengesellschaften, im privaten, gewerblichen und freiberuflichen Bereich sowie für Vereine.

Beatrix Kraft

Bebbelsdorf 83 · 58454 Witten
Tel.: 02302 / 6788 o. 6789
Fax: 02302 / 69 89 61
E-Mail: b.kraft@kraft-stb.de
Internet: www.kraft-stb.de
Bürozeiten: Mo. - Do 08.00 - 12.00 u. 14.00 - 17.00 Uhr
Fr. 08.00 - 13.00 Uhr
und nach Vereinbarung

- Existenzgründungsberatung
- Finanz- / Lohnbuchhaltung
- Jahresabschlüsse
- Steuererklärungen
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Unternehmensnachfolge
- Erbfolge

BUCHtipps

aus der Redaktion

Eine geerbte Nähmaschine …

… und ein herzzerreißendes Familiengeheimnis: In der Wohnung seines verstorbenen Großvaters in Edinburgh findet Fred eine über hundert Jahre alte Singer-Nähmaschine, die einst seiner Urgroßmutter Kathleen gehörte. Darin versteckt: Stoffproben und Nähjournale, die offenbaren, welche großen und kleinen Projekte mithilfe der Maschine im Laufe der Zeit verwirklicht wurden. Wie kleine Zeitkapseln erzählen sie vom Alltag und den Schicksalen der Frauen in Freds Familie und lassen ihn schließlich auf ein tragisches Geheimnis stoßen. Und die alte Singer kann noch viel mehr, als nur die Vergangenheit heraufzubeschwören. Sie wird Freds Leben für immer verändern.

Die ›Textilenthusiastin‹ und gelernte Krankenschwester Natalie Fergie vertreibt handgefärbte Garne über das Internet. Und sie sammelt Nähmaschinen. Einer von ihnen, einer Singer 99K, setzt sie in ihrem Roman ›Die Nähmaschine‹ ein literarisches Denkmal. Natalie Fergie lebt in der Nähe von Edinburgh.

Natalie Fergie
›Die Nähmaschine‹
Roman · Goldmann Verlag
Taschenbuch · 10,00 Euro

Wölfe vor der Stadt

Eine halbverlassene Stadt, die nach und nach im Nebel versinkt. Helena, eine junge Künstlerin, führt darin ein zurückgezogenes Leben. Da machen Gerüchte die Runde: Die Wölfe sollen zurückgekehrt sein und um die Stadt streichen. Helena selbst wird von bösen Ahnungen geplagt und von Träumen heimgesucht, die nicht ihre eigenen sind. Sie lernt Johannes kennen, der nur wenig von sich preisgibt und ebenso verloren scheint wie sie.

Immer näher kommen sich die beiden, deren Schicksal durch eine stille Kraft verwoben scheint; doch Johannes trägt ein Geheimnis in sich, das sie beide an den Rand des Daseins bringen wird. Sein zeitweises Verschwinden, seine bisweilen übermenschlichen Instinkte und scheinbaren Amnesien entspinnen in Ulrike Serowys Roman einen derartigen Sog, dass man die Zeit vergisst, vergessen will. Ihre literarische Handschrift ist zugleich sparsam und bildgewaltig. Es bedarf nicht vieler Worte, um sich tief im Innenleben der Figuren wie auch dem Szenario wiederzufinden und immer weiter zu gehen, der Ahnung eines nahenden Unheils zu folgen …

Ulrike Serowy
›Wölfe vor der Stadt‹
Edition Outbird
15,00 Euro

Mein Mann von unter der Brücke

»Glück war eine Falle. Eine Fata Morgana. Glück ließ Krebszellen wuchern. Verbrannte das Gehirn. Glück machte süchtig, wenn man es nur in Aussicht stellte. Glück bedeutete anzunehmen, man würde fliegen, während man fiel. Glück war ein schönes Haus über einem unheimlichen Keller.« Doreen fristet ein Leben in Erwartung auf ein festgeschriebenes Glück, doch sie wird immer wieder enttäuscht und ahnt nicht, wie nahe sie vor einem Zusammenbruch steht. Das ändert sich, als sie Theodor begegnet, einem Obdachlosen, den sie von der Straße stiehlt und der fortan die Rolle ihrer großen Lieben spielen soll. Das hat für Theodor durchaus seine Vorteile, nur gibt es da ein tiefgreifendes Problem …

Ein ungewöhnlicher Roman, der die Lesenden mit Poesie und Lebensdichte in seinen Bann zieht.

Benjamin Schmidt
›Mein Mann von unter der Brücke‹
Edition Outbird · 15,00 Euro

Die Schwestern Brüggemann bleiben am Ball

Die Zwillingsschwestern Hilde und Lore Brüggemann (82) leben in ihrer Wohnung so vor sich hin – bis sie aus der Zeitung vom drohenden Abriss ihrer Kneipe erfahren. Seit sie das Lokal vor zwei Jahrzehnten schließen mussten, sitzt Hilde im Rollstuhl und Lore redet nichts mehr, doch der Artikel versetzt die beiden in Bewegung. Aufgerüttelt fahren sie ins verlassene Lindenstübchen, wo sie den Großteil ihres Lebens verbracht haben. Wer will da ein Einkaufszentrum auf ihrem Grund und Boden errichten?

Die Suche nach Informationen und Verantwortlichen gerät kafkaesk und treibt die Beiden an ihre Grenzen, aber unverhofft erhalten sie Unterstützung von Computer-Nerds, alten Verehrern und neuen Bekannten. With a little help from their friends erkennen sie, dass sie nicht nur ihre eigenen Wurzeln, sondern das kollektive Gedächtnis des Ortes retten wollen: Die Linde steht für Gemeinsamkeit.

Bei ihrem Rettungsmanöver finden die Schwestern einen Regenbogenflummi, streicheln Hochlandrinder im Amt, geraten in ein Ökodorf und verursachen eine Massendemo – immer im Kampf gegen die Zeit, gegen Machtgefüge und Diskriminierung.

Julia Hoch
›LebensWende‹
Ulrike Helmer Verlag
16 Euro

IN WITTEN LEBEN, BEI UNS *wohnen!*

Sprechen Sie uns an!

www.sgw-witten.de	Tel. 0 23 02 9 10 70-0
www.witten-sued.de	Tel. 0 23 02 9 14 80-0
www.wwo-witten.de	Tel. 0 23 02 9 33 68-0
www.saw.nrw	Tel. 0 23 02 9 12 53-0

© Foto: Fotostudio Hauptmann

(v. li.) Michael Kurz, Stefan Lex und Thomas Heyer

Ein Hoch auf die Liebe

Drei Freunde – drei Tenöre

Der Wittener Tenor und Entertainer Stefan Lex, auch bekannt als Dirigent des großen Lyra-Männerchors und des Vokalensembles ›DER CHOR‹, ist ein Garant für hohe musikalische Qualität und beste Unterhaltung. Er sorgt immer wieder für ein volles Haus und tritt mit verschiedenen Gästen regelmäßig im Saalbau auf. Stets dabei ist seine Frau, Pianistin Sigrid Althoff, die alle Solisten einfühlsam und virtuos am Flügel begleitet.

Bei seinem Konzert am 12. Februar bringt Stefan Lex seine beiden Studienkollegen und Freunde Thomas Heyer und Michael Kurz mit. Thomas Heyer ist Professor für klassischen Gesang an der Musikhochschule Frankfurt und reist als Solist vieler Oratorien und als bekannter Lehrer verschiedener Meisterkurse durch Deutschland, Italien und Asien. Michael Kurz ist ein gefragter Operettentenor, der seine Karriere als Solist an der Wiener Volksoper begann und seitdem viele Rollen an bekannten Opernhäusern gesungen hat. Seine darstellerischen Qualitäten suchen ihresgleichen und kommen im Zusammenwirken mit Thomas Heyer und Stefan Lex voll zur Geltung. Die Chemie zwischen den großartigen Künstlern stimmt einfach und überträgt sich sofort auf das Publikum.

Lassen Sie sich diesen emotionalen Abend nicht entgehen, genießen Sie die drei stimmgewaltigen Herren und fühlen sich erinnert an die drei großen Tenöre Pavarotti-Domingo-Carreras!

12.02., 19.30 Uhr
Saalbau Witten
VVK an der Saalbaukasse und Online-Ticket-Shop

© Foto: Ira Schwindt

Sweet Dreams – Rücksturz in die Achtziger

Live, ganz in echt mit seiner herrlichen Aura … O ja, das Bon-Bomm-Team der Ev. Kirchengemeinde Bommern freut sich auf den Auftritt von Frank Goosen mit seinem neuen Bühnenprogramm.

Die 80er-Jahre sind bekanntlich das Lieblingsjahrzehnt der Deutschen. Grund genug für Frank Goosen, die Dekade von Schulterpolster, Karottenjeans und Zauberwürfel noch mal speziell zu würdigen. Die Schrecken der Pubertät im Schatten der Mauer sind ebenso ein Thema wie Petting und Pershing, Föhnfrisuren und Pastellfarben, Waldsterben und der ewige Helmut. Wie haben sie geklungen, die Achtziger, wie haben sie ausgesehen, was haben wir erlebt da draußen in der sogenannten Wirklichkeit, bevor es das Internet gab?

In bewährten und zum Teil brandneuen Geschichten geht Frank Goosen auf eine sentimentale Zeitreise. Die Älteren werden sagen: »So ist es gewesen!« Und die Jüngeren: »Habt ihr wirklich so ausgesehen?«

Frank Goosen
Sweet Dreams – Rücksturz in die Achtziger
26.03., 19.30 Uhr
Ev. Kirche Bommern
Bodenborn 48 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 3 14 66
www.kirchebommern.de/bonbomm/

Diakonie Mark-Ruhr

WIR BIETEN
- Moderne Pflegeeinrichtung mit hohem Anteil an Fachkräften
- Vergütung nach Tarif BAT-KF mit Altersvorsorge
- Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- Jahressonderzahlung
- Mitarbeiterangebote & -events
- digitale Pflegdokumentation
- und mehr

WIR SUCHEN aktuell
Betreuungskräfte*, Pflegefachkräfte* und Pflegehelfer*
in den beiden Einrichtungen

Diakoniestation Witten
Ansprechpartnerin
Katharina Rother
katharina.rother@diakonie-mark-ruhr.de
Rigeikenstr. 2 | 58452 Witten
Tel. 02302 28265-0

Lutherhaus Bommern
Ansprechpartnerin
Jennifer Klinge
Jennifer.Klinge@diakonie-mark-ruhr.de
Ulmenstr. 54 | 58452 Witten
Tel. 02302 956203540

www.diakonie-mark-ruhr.de
karriere.diakonie-mark-ruhr.de

Werde eine*r von den Guten

Wir sind da.
Wo die Menschen uns brauchen.
* Uns ist das Geschlecht egal, es zählt der Mensch.

Humoristische Highlights

© Foto: Mischa Lorenz

Faisal Kawusi

Sie hatten länger nichts zu lachen? Dann wird es höchste Zeit! Im Frühjahr restartet die WERK°STADT Witten ihr Comedy-Programm. Mit Simon Stäblein, Faisal Kawusi und Hennes Bender sind gleich mehrere komödiantische Schwergewichte zu Gast.

Den Auftakt macht Stand-up-Comedian Simon Stäblein, der am 17. Februar sein neues Programm ›Pfauenquote‹ präsentiert. Am 23. Februar entzündet Faisal Kawusi unter dem Titel ›Politisch InKorrekt‹ ein wahres Feuerwerk des schwarzen Humors. Beide Shows beginnen um 20 Uhr.

Ein besonderer Termin für alle Comedy-Fans ist auch der 2. März 2022, wenn die ›Komische Nacht‹ ihre Premiere in Witten feiert. Die Veranstaltung gehört zu den erfolgreichsten Live-Comedy-Formaten in Deutschland: In jeder teilnehmenden Location treten an einem Abend fünf Comedians jeweils 20 Minuten auf. Bei dem Comedy-Marathon ziehen somit nicht die Besucher*innen von Ort zu Ort, sondern die Künstler*innen. In der WERK°STADT präsentieren ihr Best-of: NIZAR, Hennes Bender, Lennart Schilgen, Costa Meronianakis und Ill-Young Kim. Los geht's um 19.30 Uhr.

KOMISCHE NACHT Comedy-Marathon

Alle Termine und Infos:
www.werk-stadt.com
www.komische-nacht.de

© Foto: Hanno Endres

Wenn drei sich streiten

Eilmeldung vom Kulturhügel: Drei Ausnahmekabarettisten sind sich nicht einig! Ihren Zwist tragen sie kurzerhand auf der Bühne aus. Und das ist ziemlich lustig.

Treffen sich ein Katholik, ein Protestant und ein Philosoph … Klingt nach einem Witz, gibt aber vor allem Ärger, wenn diese drei Männer über Religion reden. Markus von Hagen, Christoph Tiemann und Urs A. von Wulfen wurden für ihre Einzelprogramme bereits mit verschiedenen Kleinkunstpreisen ausgezeichnet. Nun streiten sie öffentlich darüber, ob Jesus eine Kirche wollte, wie der Papst wirklich gewählt wird und ob der Protestant in ihren Reihen eigentlich Pietist oder Franz Liszt ist. Kabarett über Theologie, Religion und Kirche auf hohem Niveau!

›3Uneinigkeit‹ · Kultur auffem Hügel
19.03. · 20 Uhr · Steinhügel 38
(Karten vom 16.05.20 bzw. 13.03.21 gelten noch)

Wir wünschen uns, dass hoffentlich alle angekündigten Veranstaltungen stattfinden werden. Bitte informieren Sie sich beim Veranstalter bezüglich Vorgaben zu Anmeldung und 2G-Richtlinien.

GÄNSLER DR. MORLANG IBACH NEIDULL **KANZLEI FÜR ARBEITSRECHT**

Wir beraten und vertreten Arbeitnehmer*innen und Betriebsrät*innen - sowohl außergerichtlich als auch vor Gericht

Gänsler | Dr. Morlang | Ibach | Neidull
Rechtsanwälte PartG mbB
Rechtsanwälte | Fachanwälte

Körnerstraße 4, 58452 Witten
Telefon 0 23 02-3 98 71 90
Telefax 0 23 02-3 98 71 91
info@kfarb.de | www.kfarb.de

Ihre Kanzlei für Arbeitsrecht

Unsere Schwerpunkte:

- Arbeitsverträge
- Kündigungen
- Arbeitszeugnisse
- Abmahnungen
- Arbeitsentgelt
- Aufhebungsverträge
- Tarifrecht
- Betriebsverfassungsrecht

Sudoku

einfach

3					2			9
9			5				8	
2			3					4
6			9	2		7	1	
	4		8				2	
	8	2	7					6
4					6			1
	3				9			7
8			4					5

schwierig

	5				7			
		8		3				9
		6				3	4	
2			7		1			
	8			9			3	
			3		2			6
	9	1				8		
4				2		6		
			9				7	

4	5	7	2	9	3	1	8	6
1	9	8	5	6	4	7	3	2
6	2	3	7	8	1	5	4	9
2	4	9	6	1	5	8	7	3
3	8	1	9	2	7	6	5	4
7	6	5	4	3	8	9	2	1
9	3	6	8	7	2	4	1	5
5	7	2	1	4	6	3	9	8
8	1	4	3	5	9	2	6	7

Sudoku einfach
Auflösung aus Ausgabe 136

4	7	6	5	3	1	8	2	9
3	5	9	6	2	8	7	4	1
1	8	2	7	9	4	5	6	3
7	4	5	3	8	2	9	1	6
6	3	8	1	5	9	2	7	4
2	9	1	4	6	7	3	5	8
5	6	7	9	1	3	4	8	2
9	2	4	8	7	6	1	3	5
8	1	3	2	4	5	6	9	7

Sudoku schwierig
Auflösung aus Ausgabe 136

Einmal lächeln bitte ...

Als Nacktschläfer hat man es nicht leicht im Büro.

Mama, die anderen Kinder lästern in der Schule über mich. Sie sagen, ich sehe aus wie ein Mafioso.
Ok, ich kümmere mich darum.
Danke Mama, aber lass es wie ein Unfall aussehen.

Könnten Sie Ihrem Sohn bitte sagen, er soll aufhören, mich zu imitieren.
Lutz, hör bitte auf so dämlich zu gucken.

Nach 6 Gläsern Wein, habe ich endlich meine Steuererklärung fertig. Ich bekomme zwei Billionen Euro zurück.

Dass man Hühnchen mit Antibiotika vollpumpt, erklärt zumindest, warum Hühnersuppe bei Erkältungen hilft.

Tim zu Jonas:
Echt gut, dass wir keine Franzosen sind.
Häääh, warum?!
Wir können doch kein Französisch.

Moderne Zeiten:
Pastor: Ich erkläre Sie hiermit zu Mann und Frau. Sie dürfen jetzt Ihren Facebook-Status aktualisieren.

Frau geht zum Psychiater, um sich über ihren Mann zu beschweren: Mein Mann ist total bekloppt. Zum Frühstück trinkt er den Kaffee aus und isst dann die Kaffeetasse mit. Nur den Henkel lässt er übrig. Der Psychiater: Ja, das ist schon verrückt. Der Henkel ist doch das Beste an der Tasse.

Mein Freund erzählte mir neulich, er habe den Körper eines griechischen Gottes. Ich habe ihn dann aufgeklärt, dass Buddha kein griechischer Gott ist.

Zauberhafte Entdeckungsreise der anderen Art

© Foto: zweimalzwei-Fotografie

Auf den Fackelwanderungen haben Erwachsene und Kinder die Möglichkeit, im Schein des zarten Lichts das Muttental und seine Bergbaugeschichte kennenzulernen. Vom Startpunkt Bethaus der Bergleute tauchen Sie mit dem Gästeführer in die Zeit des 16./17. Jahrhunderts ein. Über den Bergbaulehrpfad führt Sie der Weg zu ehemaligen Kleinzechen, einer Haspelanlage und weiteren interessanten Bergbaurelikten: Erfahren Sie Wissenswertes über die Entstehung von Kohle und die Wittener Bergbaugeschichte. Zum Schluss wird – gemäß der alten Bergbautradition – das Ritual der Knappenschlagung vollzogen.

Termine
14.02. / 20.02. / 25.02. / 05.03. / 11.03.
Jeweils 18–20.30 Uhr
Weitere Infos zu den Touren und Anmeldungsoptionen unter www.stadtmarketing-witten.de

Bilden Sie aus folgenden Buchstaben ein Wort:

T	I	A
N	L	T
M	P	A

Auflösung
aus Ausgabe 136:
MARKETING

VOLVO

Unser erstes vollelektrisches Crossover.

Der neue Volvo C40 Recharge Pure Electric.

Der neue Volvo C40 Recharge Pure Electric verbindet die Vorzüge eines SUV mit der sportlichen Eleganz eines Coupés und kombiniert Lifestyle mit nachhaltiger Mobilität. Dank integrierter Google Services ist er jederzeit bestens vernetzt. Fahren Sie los und genießen Sie den Komfort des One Pedal Drive und sanfter Beschleunigung mit null Emissionen und mehr als 400 km[1] Reichweite.

Unser Full-Service Leasing-Angebot für den Volvo C40 Recharge Single Motor Core mit folgenden Bestandteilen:

Service, Wartung und Verschleiß[4]; Hochvoltbatteriegarantie[5]
und Roadside Assistance[6] - unserem kostenlosen Mobilitätsversprechen.

IM GESCHÄFTSKUNDEN-LEASING FÜR 279 €/Monat[2] (netto)

INKL. 9.000 € VOLVO ELEKTRO BONUS[3]

Jetzt bei uns Probe fahren.

Volvo C40 Recharge Single Motor Core, 170 KW (231 PS), Stromverbrauch kombiniert 19,7 kWh/100 km, elektrische Reichweite: kombiniert 414–422 km (kann unter realen Bedingungen variieren), Werte gem. WLTP-Testzyklus.

[1]Reichweite bei voller Batterie gemäß WLTP-Testzyklus, kann unter realen Bedingungen variieren. Mit Gleichstrom-Schnellladung bis zu 150 kW unter optimalen Ladebedingungen in 33 Minuten von 10% auf bis zu 80% aufgeladen. [2]Ein Gewerbe-Kilometer-Leasing-Angebot der Volvo Car Financial Services – ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach – für einen Volvo C40 Recharge Single Core (MY23), einstufiges Automatikgetriebe, Elektro, 170kW (231PS). Monatliche Leasingrate 279,00 Euro, bei einer Laufzeit von 36 Monaten, 10.000 km Laufleistung pro Jahr, einer Leasing-Sonderzahlung von 6.000,00 Euro. Angebot zzgl. Überführungskosten i. H. von 915,97 Euro, zzgl. Zulassungskosten und zzgl. gesetzlicher Umsatzsteuer. Ausgeschlossen sind spezielle Kundengruppen wie z. B. Taxis, Fahrschulen und Mietwagen. Bonität vorausgesetzt. Gültig bis 31.03.2022. [3]Der Volvo Elektro Bonus/Umweltbonus i. H. v. 9.000,00 Euro wurde in voller Höhe in das Angebot eingerechnet. Er wird von Volvo direkt in Höhe von 3.000,00 Euro und bei Vorliegen der Fördervoraussetzungen auf Antrag vom Bund in Höhe von 6.000,00 Euro gewährt. Detaillierte Informationen finden Sie unter www.bafa.de. [4]Beinhaltet die Fahrzeugwartung nach Herstellervorgaben sowie den Austausch von Verschleißteilen. Umfasst max. 100.000 km oder 3 Jahre. [5]Umfasst 3 Jahre Herstellergarantie auf das Fahrzeug und 8 Jahre Herstellergarantie auf die Fahrzeugbatterie. Gilt auch bei vorzeitigem Halterwechsel. [6]Kostenloses Mobilitätsversprechen, 3 Jahre und nahezu in ganz Europa. Umfasst z. B. mechanische oder elektrische Defekte, Reifenprobleme, Verkehrsunfall, bei dem das Fahrzeug so stark beschädigt wurde, dass es verkehrsuntauglich ist usw. Gilt auch bei vorzeitigem Halterwechsel. Fahrzeugabbildung beispielhaft. Irrtümer, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten.

LUEG.

LUEG Volvo Centrum Rhein Ruhr
Stockumer Straße 80 · 58453 Witten
Tel. 02302 277170 - 0

www.vc-rhein-ruhr.de · info@vc-rhein-ruhr.de

Anbieter: Volvo Centrum Rhein Ruhr GmbH, AG Bochum, HRB 16544

Kredit auf Nummer Sparkasse.

Bei uns finanzieren Sie Ihre Wünsche schnell, transparent und flexibel. Bequem online oder mit Top-Beratung in der Filiale. Hauptsache, immer mit sicherem Gefühl. Jetzt Kredit sichern unter **sparkasse-witten.de/privatkredit**

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse Witten