

ImageHattingen

MONATSMAGAZIN FÜR HATTINGEN

UND UMGEBUNG



Baustelle neues Verwaltungs- und Betriebsgebäude der Stadtwerke Hattingen. Bericht auf Seite 16 und 17.

ZEIT FÜR EINE NEUE WEBSEITE?



Webdesign



Grafikdesign



Webentwicklung



Marketing



eins//sechs
werbeagentur

Ihr Weg zu einer

Top-Webseite:

einssechs.de/webseite

Liebe Leser,

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



Thomas Dreil

**24h Betreuung & Pflege
Daheim statt Heim**

PROMEDICA PLUS



**Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Daniela Thiel**



PROMEDICA PLUS Ennepe-Ruhr-Nord

Postfach 3104 | 58422 Witten-Herbede

Tel. +49 2302 17 90 259

www.promedicaplus.de/ennepe-ruhr-nord

Virtueller Innenstadtrundgang

Hattingens Altstadt können Hattingen-Freunde ab sofort virtuell und in einer 360-Grad-Rundumsicht erkunden, und zwar auf hattingen-marketing.de in acht Ansichten – von Reschop-Carré bis zum Untermarkt.

Besucher sowie Hattinger selbst können die Innenstadt nun unabhängig von Wind, Wetter und Öffnungszeiten nur über einen Klick entdecken. Und so funktioniert's: Die Anwendung stellt Bilddaten der interaktiven Panoramen so dar, dass Betrachter einen realen räumlichen Eindruck erhalten. Mausbewegungen am Computer oder Gesten am Tablet verändern Blickwinkel und Perspektiven der insgesamt acht Orte. Mit „+“ und „-“-Tasten vergrößern oder verkleinern sie einzelne Details. Nutzer spazieren so virtuell vom Reschop-Carré



über das Krämersdorf, die Kreuzung Große Weilstraße, den Treidelbrunnen am Obermarkt und den Kirchplatz bis zum Untermarkt. Per Klick auf die integrierten Pfeile in den einzelnen 360-Grad-Fotos werden Besucher von einem Ort zur nächsten gelotet. Ein besonderes Schmanke: Besucher können einen 360-Grad-Blick in das Kirchenschiff der St.-Georgs-Kirche werfen – vom Boden bis zum Sternenhimmel an der Decke. „Die Internet-Anwendung, produziert von Rüdiger Bendel von ‚Fokus mediaproduktion‘, ist der Startpunkt für weitere geplante Orte zur virtuellen Erkundung, zum Beispiel Denkmäler, Museen oder auch Veranstaltungen“, berichtet Georg Hartmann, Geschäftsführer von Hattingen Marketing. „Mit dem kleinen virtuellen Stadtrundgang kommen wir der zunehmenden Digitalisierung entgegen.“



Dr. Hagen spielt Oboe beim „European Doctors Orchestra“

Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus. Dr. Olaf Hagen, Chefarzt der Geriatrie an den Augusta-Kliniken Bochum-Hattingen, wird, wie schon in den letzten Jahren, bei einigen nicht-medizinischen Groß-Veranstaltung mitmachen, auf die er sich schon sehr freut. „Ich spiele mit beim ‚European Doctors Orchestra‘“, erzählt er. Zugunsten der Krebsgesellschaft NRW spielt das 120-köpfige Orchester am 7. Juli in der Essener Philharmonie auf.

„Es macht einen Riesenspaß, bei der Musik im Kreis internationaler Kollegen dabei zu sein“, sagt der Oboespieler. „Aber noch besser ist, dass wir seit 2004 jedes Jahr Charity-Konzerte zugunsten vieler internationaler Hilfs-Projekte gespielt haben.“



Selbsthilfe-Stammtisch im Café Sprungbrett

14. März., ab 18 Uhr

Die „Kiss“ Hattingen/Sprockhövel hat zusammen mit der Selbsthilfekonzern Hattingen/Sprockhövel einen Selbsthilfestammtisch im Café Sprungbrett (suchtmittelfreies Café) gegründet. Von diesem Jahr an soll dieser einmal pro Monat als Treffpunkt für Selbsthilfemitglieder und Interessierte stattfinden und somit zur besseren Vernetzung der Selbsthilfegruppen untereinander beitragen. Hier trifft man sich außerhalb der gewohnten Gruppenstruktur in verschiedener Konstellation und ist unter Gleichgesinnten. Und ganz nebenbei bietet dieser Stammtisch die Möglichkeit, Gästen des Cafés und Bürgern das Thema Selbsthilfe näherzubringen. Weitere Informationen von Michael Klüter, Ruf 0 23 24/95 49 79.

! Jeden 2. Mittwoch im Monat ab 18 Uhr – Café Sprungbrett, Steinhagen 19, 45525 Hattingen

Ranzenparty im Gaskraftwerk

Die Sparkasse Hattingen veranstaltet Samstag, 17. März, die Ranzenparty 2018. Ort der Veranstaltung ist das Gaskraftwerk (ehemalige Gebläsehalle) des LWL-Industriemuseums, Werksstraße 13 bis 33. Einlass ist 10 Uhr, der Eintritt ist frei.

„Statt im Februar findet die Ranzenparty in diesem Jahr im März statt – aber das Warten lohnt sich“, verspricht Udo Schnieders, Marketingleiter der Sparkasse Hattingen. In gemütlicher Atmosphäre, bei heißen Waffeln, Laugenbrezeln und Getränken bietet das Fachgeschäft „Wirth – Schreiben und Schenken“ wieder eine riesige Auswahl an Tournisten für die künftigen Schulanfänger an.

Bewährte Partner, wie „OrthoMobile“, die den Ranzen-TÜV vornehmen, die Stadtbibliothek Hattingen, der Heimatverein, die DLRG Hattingen-Blankenstein und die Kreisverkehrswacht Ennepe-Ruhr sind wieder dabei. Zusätzlich konnte das „Let's Dance Jasmin's Tanzstudio“ für die Veranstaltung gewonnen werden. Weitere Informationen unter sparkasse-hattingen.de/ranzenparty.

Ausgabe 2018 liegt vor:

Märkte, Feste, Veranstaltungen

Ob der Ostermarkt in Breckerfeld, das internationale A-Junioren-Fußballturnier in Ennepetal oder eine sonntägliche Stadtrundfahrt durch Wetter, ob der Hasslinghauser Nach(t)schlag in Sprockhövel, die Kneipennacht in Witten oder der Schwelmer City-Lauf, ob Hattingen Live, die Herdecker Maiwoche oder die Gevelsberger Kirmes – auch 2018 laden zahlreiche Veranstaltungen die Menschen aus dem Kreis und aus der Region zu einem Besuch an Ennepe und Ruhr ein. Welche das sind und was im Ennepe-Ruhr-Kreis geplant ist, darüber informiert der von der Wirtschaftsförderungsagentur Ennepe-Ruhr herausgegebene Veranstaltungskalender „Märkte, Feste & Veranstaltungen“.



Er verrät, wann und wo sich ein Besuch in einer der neun kreisangehörigen Städte besonders lohnt. Berücksichtigt wurden regional bedeutsame Stadtfeste und Kulturveranstaltungen, Sportereignisse sowie Bauern-, Trödel- und Weihnachtsmärkte.

Aufgenommen wurden auch wieder Angebote, die es in 2018 wiederholt und mehrfach geben wird. Dazu zählen Fahrten mit der RuhrtalBahn und dem Cabriobus, Thementouren durch verschiedene Städte sowie Radtouren und Museumsangebote. Alles gute Gründe, um vor der Freizeitplanung einen Blick in die 56-seitige Broschüre zu werfen. „Märkte, Feste & Veranstaltungen“ bleibt 2018 seiner Linie treu: Alles wird in chronologischer Reihenfolge präsentiert. Neben Angaben zu Ort und Termin finden sich kurze und knappe Informationen über die Veranstaltung selbst. Der Veranstaltungskalender liegt ab sofort in den Rathäusern sowie den Touristinfos und Bürgerbüros im Ennepe-Ruhr-Kreis aus. Weitere Einzelheiten über die touristischen Angebote in der Region Ennepe-Ruhr finden In-

VOLKSBANK

klassisch

Rhein-Ruhr Philharmonie Das Frühjahrskonzert

**28.04.
2018** LWL-Industriemuseum/
Gebläsehalle Hattingen
Eintritt: 15 €, erm. 13 €

Kartenvorverkauf ab 12.03.
in allen Volksbankfilialen

LWL

teressierte im Internet unter www.ennepe-ruhr-tourismus.de oder erhalten diese bei der EN-Agentur, Am Walzwerk 25, 45527 Hattingen, 02324/56480, info@en-agentur.de. pen

Wir für Sie vor Ort ...

Gewinnen Sie 30 Euro

Reformhaus
B. Stöcker
Mo.-Fr. 9.00-18.30 Uhr · Sa. 9.00-13.30 Uhr
Welperstraße 2 · 45525 Hattingen
☎ 02324/24979
Wir liefern aus.
www.reformhaus-stoecker.de

1 Auf dieser Seite finden Sie Kleinanzeigen, die alle mit Zahlen versehen sind. Bei drei dieser Anzeigen haben wir außerdem ein kleines Glückskleeblatt versteckt. Merken Sie sich die drei Zahlen derjenigen Anzeigen, die mit einem Kleeblatt gekennzeichnet sind. Diese drei Zahlen und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) schicken Sie per Postkarte ausreichend frankiert an die **Image-Redaktion, Thiestraße 7, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an sb@kamk.de mit dem **Stichwort „Preisrätsel Hattingen“**. **Einsendeschluss** ist der 21.3.2018. Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des „Image“-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Der Gewinner des



30-Euro-Preises wird per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt.

Glücksklee-Gewinnspiel Februar '18
Die Gewinner von jeweils 30 € sind: Dieter Wolf, Witten; Ulrike Hiby, Sprockhövel; Maria Scharsach, Hattingen. Image sagt herzlichen Glückwunsch.

GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH
MEISTER GÄRTEN RAHM
Gartenservice rund ums Jahr
AM WALZWERK 7 · 45527 HATTINGEN
☎ 02324 - 6867956
WWW.GARTENBAU-RAHM.DE

RENAULT
Passion for life
Besuchen Sie uns im Autohaus.
Wir freuen uns auf Sie.
Heinrich Kost
Renault Vertragspartner
Hufeisenstraße 9 · 45525 Hattingen
Tel. 02324 27001 · www.renault-kost.de

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

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



Die Livebändchen gibt es im Vorverkauf für acht Euro in der Tourist Info am Haldenplatz 3, im Café Mexx am Obermarkt 1 und an der Abendkasse für zehn Euro.

Altstadt: Hattingen Live 13 Kneipen- und Kunstfestival am 17. März

Zum 13. Mal in Folge lädt Hattingen Marketing am Samstag, 17. März, wieder zum beliebten Kneipen- und Kunstfestival „Hattingen Live“ ein. Besucher dürfen sich auf handgemachte Live-Musik und originelle Kunst in 14 Altstadtkneipen und drei Galerien freuen. Mit einem Livebändchen für zehn Euro an der Abendkasse und acht Euro im Vorverkauf können sich Gäste nach Lust und Laune von einer Location in die andere treiben lassen.

Ob Albrecht's, Café Mexx, Einhorn oder Glocke – 14 Kneipen, Bars und Cafés zeigen ab 20 Uhr Musiker und Bands mit ihren Repertoires in großer Bandbreite: von Evergreens und Oldies über Irish Folk, Singer-Songwriter-Pop bis Rock.

Schon ab 17 Uhr öffnen Kunstrevier, Galerie Altes Rathaus und das Atelier Lichtburg ihre Türen. Kunstfreunde können bis 22 Uhr Malerei, Skulpturen und Handwerk von Künstlern aus Hattingen und Umgebung bestaunen und auch erwerben.

anja

Wer spielt wo?

Albrecht's: Simon Krebs' Simon-Show

ALL INN: Juicytones

Barney Kiernan's Irish Pub: D.U.O.

Café Auflauf: Sloe Gin

Café Mexx: Peter Brand & Joe Doll mit Lea Bergen & Merlin Schreiber

City Café: Los Gerlachos

Coffea: Food for Soul

Einhorn: La Kawa Banda

Emsche No21: Exback Band

Glocke: Never Before

Kleines Café: Hagelslag

Mexx Cocktail & Beer Bar: Rasmus

Tonino: Frank Niedeggen

Zur alten Krone: Duo Taktlos

Alzheimer Gesellschaft Hattingen und Sprockhövel e.V.

Für die meisten ist Vergesslichkeit das erste, was sie als Krankheitszeichen einer Demenz benennen. Mit dem Fortschreiten der Vergesslichkeit gehen aber auch andere Fähigkeiten verloren. Wenn es dann noch zu Veränderungen der Persönlichkeit kommt, ist das für die Angehörigen oder Pflegenden in der Umgebung eine große Herausforderung. Aber auch mit einer Demenz kann man zu Hause alt werden. Zur Unterstützung pflegender Angehöriger und Betroffener bietet die Alzheimer Gesellschaft wieder einen Kurs an – diesmal vormittags. Er startet am Donnerstag, den 1. März von 10.00 – 12.30 Uhr in den Räumen der Alzheimer Gesellschaft, Oststraße 1 in Hattingen. Da der Kurs von der BARMER finanziert wird, ist die Teilnahme kostenlos – auch für Mitglieder anderer Pflegekassen. Es sind noch ein paar Plätze frei! An fünf Kursterminen à 2,5 Stunden bekommen Angehörige, aber auch

am Thema Interessierte Informationen, wie die Versorgung eines an Demenz erkrankten Menschen zu Hause gelingen kann.

Dazu gehören neben Kenntnissen über das medizinische Bild einer Demenz und das Verstehen der Veränderungsprozesse auch Informationen über die rechtliche Situation, über Unterstützungsmöglichkeiten im Alltag, über Leistungen der Pflegeversicherung sowie andere finanzielle Hilfen und natürlich über Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige. Austausch und Platz für Fragen bzw. Wünsche der Teilnehmer/innen ist selbstverständlich eingeplant.

Die Folgetermine sind 8., 15., 22. und 29. März. Alle Teilnehmer/innen können zum Abschluss eine Mappe mit wichtigen Informationsmaterialien gegen Kostenbeitrag erhalten. Anmeldungen und Auskunft unter Alzheimer Gesellschaft ☎ 685 620 oder 0157/71357575.



Hubertus Mayer
Notar a.D. und
Rechtsanwalt



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



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



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



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



Sacha Léger
Rechtsanwalt
Tätigkeitsschwerpunkt:
Verkehrsrecht



Jeannine Scholz
Rechtsanwältin
Fachanwältin für
Familienrecht
Tätigkeitsschwerpunkt:
Arbeitsrecht



Sylvia Booz
Rechtsanwältin
Tätigkeitsschwerpunkt:
Erbrecht
Arbeitsrecht

Rechtsanwälte
MAYER
Fachanwälte und Notar

Das größte und schönste Kinderschuh-Angebot

weit - mittel - schmal

ganz in Ihrer Nähe!!



superfit.
MIT AKTIV-POLSTER

LEPI

VANS

bisgaard

Däumling
kinderschuhe

ecco

RICOSTA

PRIMIGI



Unsere kompetenten Mitarbeiter beraten Sie gern!

Alte Hauptstraße 23
45289 Essen-Burgaltendorf
☎ 02 01 - 54 50 69 70


Schuhmode GELLER
www.schuhmodegeller.de

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



Neben dezenten Lilanuanzen spielen in diesem Jahr auch die sogenannten „Neutrals“ eine Rolle. Zu ihnen zählen Weißtöne, Beige oder helles Grau. Diese weichen Farben werden im Frühling gerne in Komplett-Looks miteinander kombiniert. Auch kühle Pastellfarben wie Mint oder Eisblau gehören zu den Trendfarben 2018.
Foto: IngImage

Lilanuanzen und „Neutrals“

Modetrends und -farben für den Frühling

Der Modefreund ist seiner Zeit immer einen Schritt voraus. Statt sich mit der Wintermode zu beschäftigen, schaut er schon jetzt auf Frühling und Sommer mit ihren Trends. Und was ist vorherzusehen? Nach „Greenery“ (2017) kommt jetzt „Ultra-Violett“.

Der blaustichige Lilaton wurde vom „Pantone“ zur Trendfarbe des Jahres gekürt. Er soll sinnbildlich für das Mystische im Leben stehen und für Erholung in dieser so stressigen Zeit. Auch führende Designer sind von der Trendfarbe Violett ganz angetan und setzen in ihren Kollektionen auf zarte Flieder- und Beerentöne.

Neben Lilanuanzen spielen 2018 auch die sogenannten „Neutrals“ eine Rolle. Zu ihnen zählen Weißtöne, Beige oder helles Grau. Diese weichen Farben werden im Frühling gerne für eine komplette Ausstattung miteinander kombiniert. Auch kühle Pastellfarben wie Mint oder Eisblau gehören zu den Trendfarben 2018.

Wem die ruhigen Töne zu überschaubar sind, kann auf kräftige Schwarz-weiß-Kontraste oder die Trend-Kombination Rot und Blau setzen. Für willkommene Farbkleckse in der Frühlingssmode 2018 sorgen Orangerot, Himbeerrot und Türkis.

Einer der wohl größten Modetrends im Frühling/Sommer 2018 ist die Asymmetrie. Egal ob Oberteile mit einer freien Schulter, Patchwork-Kleider oder Blusen mit Mustermix – wer mit der Mode gehen möchte, sollte sich von Gewohntem verabschieden.

„Pantone LLC“, ein Unternehmen von X-Rite, ist eine weltweit anerkannte Autorität in Sachen Farbe und Anbieter professioneller Farbstandards für Designbranchen, hat Ende des vorigen Jahres den „Fashion Color Trend Report Frühjahr 2018“ für die New Yorker Fashion Week veröffentlicht.



Narzissmus: Wie verliebt sind wir in uns selbst?

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

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

Ausgeprägter Narzissmus kommt bei Männern häufiger vor als bei Frauen (Metastudie Grijalva 2015). „Jeder Mensch trägt narzisstische Züge in sich. Problematisch wird

weniger zellreiche graue Hirnsubstanz haben als andere (Röpke). Sie erkennen das Leid anderer, es lässt sie aber kalt!

Narzisstische Männer findet man auf der Weltbühne beispielsweise in der Politik. In diesem Zusammenhang möchte ich auch den Begriff ‚Histrioniker‘ einführen – ein Mensch, der gern im Mittelpunkt steht und alles dramatisch ausschmückt, eben eine gute Show liefert – er ist ein Schauspieler. Der weibliche Narzissmus kennzeichnet sich durch Hunger nach Anerkennung und Bewunderung, nach Bärbel Wardetzki oft mit Unzufriedenheit des Aussehens bis hin zu einem gestörten Essverhalten gekoppelt.“

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

Narziss - vor Liebe zu sich selbst vergehen

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

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

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

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



Frühjah

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

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

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

Die meisten dieser Vitamine können nicht über einen langen Zeitraum gespeichert werden. Die ins-



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

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

Foto: unsplash





BLICK IN DIE *rsküche*

Camembert. Um mit Vitaminen und Mineralstoffen ausreichend versorgt zu sein, sollten sie täglich aufgenommen werden.

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

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

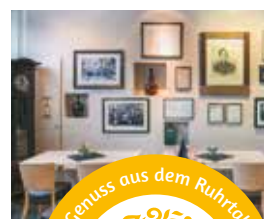


Wir lieben den Genuss

Shoppen & Genießen

jeden Donnerstag bis 21 Uhr

Spirituosen
Feinkost
Weinhandel
Craftbier
Präsente
Restaurant
Events



Küche durchgehend
geöffnet
(Montag Ruhetag)

SONNEN



SCHEIN

Sonnenschein GmbH · Alter Fährweg 8 · 58456 Witten/Ruhr

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

Die Neue Schulenburg



Restaurant - Café - Veranstaltungen - Biergarten

- ✓ Räume für Feierlichkeiten jeder Art
- ✓ Persönliche Buffet- oder Menü-Absprache
- ✓ Individuelle Planung nach Ihren Wünschen
- ✓ Freie Trauungen möglich

Bitte
reservieren Sie
rechtzeitig.

Schützenplatz 1 · 45525 Hattingen · ☎ 02324 9049499
www.dieneueschulenburg.de



Steakaktion Dienstag bis Donnerstag

Hausgemachte Kuchen

Kaffeeklatsch Samstag und Sonntag
ab 14.30 bis 17.00 Uhr

Große Auswahl

an internationalen Spezialitäten

Ihr Team von
Haus Henkenberg
(ehem. Haus Rau-
endahl) freut sich
auf Ihren Besuch!

Henkenbergstraße 145 · 44797 Bochum
☎ 0234 58844949 · www.haus-henkenberg.de

17. Hattinger Gesundheitstag



MWT by Bettina Zünkeler®
Mama-Wellness-Therapie

Die Marke
· einzigartig in Deutschland
· ausschl. für Schwangere
und frisch Entbundene

Auszeit
Bettina Zünkeler
Privat-Praxis

Am Roswitha-Denkmal 21b | 45527 Hattingen
www.auszeit-blankenstein.de

Auszeit

Bettina Zünkeler
Mama-Wellness-Therapie

Zum Hattinger Gesundheitstag präsentiert Bettina Zünkeler ihr Konzept „MWT by Bettina Zünkeler“ (geschützte Marke) eine einzigartige Mama-Wellness-Therapie für Schwangere und Mütter. Mit dieser Therapie geht Frau Zünkeler auf die speziellen Bedürfnisse von Schwangeren und Stillenden ein und hilft bei den typischen Beschwerden wie Rückenschmerzen, Hautproblemen und geplagten Füßen.

Weitere Informationen erhalten Sie unter
www.auszeit-blankenstein.de/therapie/mtw-Konzept.

„Schmerzfrei

Das Thema des 17. Hattinger Gesundheitstages lautet „Schmerzfrei in Hattingen“.

Der Schmerz kann pochen, stechen, spannen oder ziehen. Das Gefühl von Schmerz ist jedem bekannt. Schmerzen schränken unsere Lebensqualität ein, besonders wenn sie chronisch auftreten. In Hattingen gibt es viele Angebote, um Schmerzen vorzubeugen, diese zu behandeln und zu therapieren.

Informieren Sie sich an Informationsständen und lassen Sie sich durch kompetente Ansprechpartner beraten. Besuchen Sie interessante Vorträge und stellen dort Ihre Fragen.

Diskutieren Sie mit am WAZ-Mobil vor dem Rathaus und im abschließenden Bürgerdialog „Rund um den Schmerz“ mit den Referentinnen und Referenten.



Individuelle
Fahrzeugoptimierung
für Menschen
mit Beeinträchtigung.



+49.2324.90447.0
www.scheffler-mobilitaet.de

Seit 20 Jahren Ihr Meisterbetrieb für moderne Hörakustik

HÖRAKUSTIKWege

- wir führen Hörsysteme aller Preisklassen
- persönliche, unverbindliche Beratung
- eigenes Labor
- Kleinst-im-Ohr-Hörsysteme-Spezialist
- bei Reparaturen – Leihhörgeräte
- Service-Sorglos-Pakete
- Versicherungsschutz
- Ratenzahlungsoptionen

– unverbindliches Probetragen von
Hörsystemen der neuesten Generation –

HÖRAKUSTIKWege

Augustasträße 10 (neben AVU) · 45525 Hattingen
☎ 02324/24071 · info@hoerakustik-wege.de
www.hoerakustik-wege.de

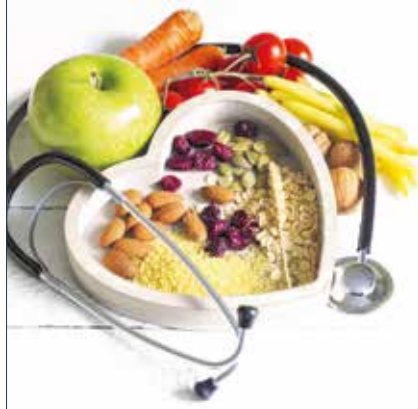
Zeit	Raum	Großer Sitzungssaal 2. Etage	Kleiner Sitzungssaal 2. Etage
10.00		ERÖFFNUNG durch den Bürgermeister der Stadt Hattingen, Dirk Glaser und den Vertreter der Ärztegemeinschaft, Dr. Jürgen Bachmann	
10.15-10.45		Was kann Schmerzen hemmen? Dr. Jürgen Bachmann Orthopäde – Rheumatologe – Schmerztherapeut amc – augusta medical clinic	Abklärung von Oberbauschmerzen Prof. Dr. Andreas Tromm Klinik für Innere Medizin Ev. Krankenhaus Hattingen
11.00-11.30		Chronischer Rückenschmerz – die Versteifung vermeiden. Wege zur Bandscheibenprothese Dr. Bernd Illerhaus EvK Hattingen, Orthopädisch- Neurochirurgisches Zentrum Recklinghausen/Datteln	Schmerz lass nach! – W Bewegung Schmerzmittel ersetzen kann Michael Heise StadtSportverband Hattingen Philipp Topp KreisSportBund Ennepepe
11.45-12.15		Moderne Therapie des Typ 2 Diabetes Prof. Dr. Juris Meier Diabeteszentrum Bochum/ Hattingen – Klinik Blankenstein	Durch gezieltes Training schmerzfrei werden und schmerzfrei bleiben! Stefanie Kemper Sportwissenschaftlerin, Sporttherapeutin Ortho
12.30-13.00		Volkskrankheit Rücken und Arthrose – Behandlungsstrategien aus der Natur Dr. Birke Müller Klinik für Naturheilkunde Klinik Blankenstein	Von Kopfschmerzen un wie man sie wieder los PD Dr. Min-Suk Yoon Klinik für Neurologie Ev. Krankenhaus Hattingen
13.15-14.00		BÜRGERDIALOG „RUND UM DEN SCHMERZ mit Dr. Jürgen Bachmann (amc – augusta medical clinic), An Kampe (Kassenärztliche Vereinigung Westfalen/ Lippe), Stefan (Gemeinschaftspraxis Dres. Schäfers & Fehmer), Sabine Kruse (W	

10-14 Uhr

- ADFC-EN Ortsgruppe Hattingen/ProRad
- Aktiv-Praxis Dumke & Hestert
- Alzheimer Gesellschaft Hattingen
- Auszeit Privat-Praxis
- Café Sprungbrett
- COPD Ruhrgebiet-Hattingen
- DRK Ortsverein Hattingen
- DRK Hausnotruf
- DUO Optik & Akustik
- GECKO – Centrum für Gesundheit und chinesisches Kungfu
- Hattinger Bündnis für Familie
- Hörakustik Wege
- Kath. Kliniken Ruhrhalbinsel
- KISS – Kontakt-/Infostelle Selbsthilfe
- KICK – Hattinger im Unruhestand!
- Klinik für Naturheilkunde
- Körpermitte Hattingen
- Krebshilfe Sprockhövel/Hattingen e. V.
- MedCareProfessional GmbH
- Ortho-Mobile
- Pflegedienst Böcker
- RTM/Kangatraining
- Sanitätshaus Besser Leben
- Stadtbibliothek
- Stadtsportverband Hattingen e. V.
- VHS
- Verbraucherzentrale NRW
- WAZ Mobil

	Raum III 2. Etage	Konferenzraum 1. Etage
n		
sch-	Trauer und Schmerz Caren Baesch Alzheimer Gesellschaft Hattingen und Sprockhövel	Gelenkbeschwerden – was tun? Dr. Klaus Müller Abteilung für Rheumatologie Klinik Blankenstein
rum el	Vom Gefühl zum Schmerz – Wahrnehmung ist Gestaltung Univ.-Prof. em. Dr. Manfred Blank Universität Duisburg-Essen	Ibuprofen und Co. – Sinnvolle Schmerzmedikation im Alter Marie-Christin Vollmer Zentrum für Altersmedizin St. Elisabeth Krankenhaus Niederwengern
ngen e. V. Ruhr e. V.		
g d	Medikamentöse Schmerztherapie – Was kann sie leisten? Möglichkeiten und Grenzen Angelika Hilker Fachärztin für Allgemeinmedizin und Anästhesiologie Spezielle Schmerztherapie	Alles aus einer Hand – Ortho- pädische Schmerztherapie PD Dr. Sönke P. Frey Klinik für Orthopädische Schmerztherapie Klinik Blankenstein
reitende -Mobile		
d wird		Schmerzfreie Füße durch richtiges Gehen Tilmann Dumke Aktiv-Praxis Dumke & Hestert
gen		

gelika Hilker (Klinik Blankenstein), Dr. Eckhard
nie Kemper (Ortho-Mobile), Dr. Lasse Schäfers
AZ Hattingen). Moderation Pfarrer Udo Polenske



So erreichen Sie uns:

Klinik Blankenstein (Hattingen)
Telefon 02324/396-500

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

www.klinikum-bochum.de

Diabeteszentrum Bochum / Hattingen

Chefarzt: Prof. Dr. med. Juris Meier

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

Spezielles Angebot beim Diabetischen Fußsyndrom

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



Deutscher Roter Hausnotruf

**WIR SIND DA, DAMIT SIE LANGE SICHER
ZUHAUSE LEBEN KÖNNEN.**

Informieren Sie sich jetzt!

DEUTSCHES ROTES KREUZ ORTSVEREIN HATTINGEN e.V.

Internet: www.drk-hattingen.de oder Tel. 02324/2011 11



MÖLLER
SANITÄTSHAUS

Wir besuchen und beraten Sie
auch gerne zu Hause!



Möller Sanitätshaus
Bergstraße 25 · 44791 Bochum

RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

Kostenloser Online-Ratgeber
www.rub.de/np-ratgeber

RUB

NeuroPsychologisches Therapie Centrum (NTC)

Prof. Dr. Boris Suchan

Für wen ist unser Angebot gedacht?
Für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen, z.B. als Folge von:
- Schlaganfällen - Verkehrsunfällen

Wie können wir Ihnen helfen?
Wir bieten in unserem NTC:
Diagnostik Behandlung Begutachtung

Über ein Ambulanz-Büro können Interessierte Kontakt aufnehmen. Umfangreiche Lehre und Forschung für Ärzte und Psychotherapeuten werden dort ebenfalls angeboten. Der Forschungsansatz ist interdisziplinär.

Das NeuroPsychologische Therapie Centrum (NTC) wurde von dem Hattinger Psychologischen Psychotherapeuten Boris Suchan gegründet. Neuropsychologische Diagnostik und Therapie ist vor allem für Menschen mit erworbenen Hirnschädigungen sinnvoll, da in diesem Zusammenhang häufig Probleme in den Bereichen Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Sprache, Wahrnehmung und Handlungsplanung auftreten. Beispiele sind Menschen mit Schlaganfällen oder Schädel-Hirn-Trauma nach Unfällen. Aber auch Menschen mit Demenz finden hier Hilfe.

Noch ist die neue Lehr- und Forschungsambulanz in der Regel in der Behandlung für Selbstzahler und Privatpatienten sowie im Rahmen von Studien tätig. Die Kosten können von gesetzlichen Krankenversicherungen übernommen werden, sofern die Hirnschädigung nicht länger als fünf Jahre zurück liegt. In Einzelfällen kann davon auch abgewichen werden. Eine allgemeine Abrechnungsgenehmigung mit den gesetzlichen Krankenkassen ist in Planung. Die Idee des NTC ist auch eine Idee der Vernetzung verschiede-

ner Fakultäten der Ruhr-Universität Bochum, die mittlerweile Bochums größter Arbeitgeber ist - wie Rektor Prof. Dr. Axel Schölmerich auf dem Symposium betonte. Psychologen, Mediziner, Biologen und Biochemiker arbeiten Hand in Hand, um die neurologische Versorgung der Menschen zu verbessern. Bis zu 550.000 Menschen sind

Was ist Neuropsychologie?

Die Neuropsychologie beschäftigt sich mit den Funktionen des Gehirns wie z.B. dem Denkvermögen (bzw. der Intelligenz), der Aufmerksamkeit, dem Gedächtnis, dem Sprachvermögen, den motorischen Fertigkeiten, Persönlichkeits-/Verhaltensänderungen, emotionalen Störungen und visuellen Wahrnehmungsstörungen. Untersucht werden insbesondere gestörte Funktionen infolge von Unfällen oder Erkrankungen. Darüber hinaus bietet die Neuropsychologie spezielle neuropsychologische Therapiemöglichkeiten für die Behandlung dieser Störungen und Beeinträchtigungen. Die Neuropsychologie ist ein interdisziplinäres Teilgebiet der (Klinischen) Psychologie und der Neurowissenschaften. Mit der Gründung der „Gesellschaft für Neuropsychologie“ (GNP) im Jahre 1986 etablierte sich die Neuropsychologie in Deutschland als eigenständige Disziplin.

in der Bundesrepublik pro Jahr nach Hirnschädigung oder Hirnerkrankung von Beeinträchtigungen der Hirnfunktionen betroffen, die meisten von ihnen haben einen Schlaganfall oder ein Schädel-Hirn-Trauma erlitten.



Der Hattinger Professor Dr. Boris Suchan (links) ist Leiter des neuen NeuroPsychologischen Therapie Centrums (NTC) an der Ruhr-Universität Bochum. Zum Eröffnungssymposium kam auch Professor Dr. Axel Schölmerich, Rektor der Ruhr-Universität Bochum. Rechts im Bild Professor Dr. Siegfried Gauggel, Uniklinik Aachen. Fotos: Pielorz

Hilfe bei Schädigungen des Gehirns nach Schlaganfall oder (Verkehrs-)Unfällen

Hattinger Professor Boris Suchan leitet das NeuroPsychologische Therapie Centrum RUB

Ein Zehntel dieser Patienten bedarf ambulanter neuropsychologischer Versorgung. Während die Behandlung dieser Störungen lange Zeit nur im stationären Rahmen möglich war, ist die neuropsychologische Diagnostik und Therapie seit 2012 eine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherungen, die auch ambulant erbracht werden kann. Tatsächlich haben Patienten im

gischer Zusatzqualifikation verzeichnet, was einer Versorgungsdichte von 1 : 360.000 bezogen auf die Bevölkerung entspricht. Das Bochumer NTC will hier einen neuen Versorgungsbeitrag leisten.

So gibt es beispielsweise einen Neuropsychologischen Ratgeber mit dem Ziel, Betroffene und Angehörige in verständlicher Sprache zu informieren. Unter www.ratgeber-neuropsychologie.de sollen Menschen Aufklärung finden. „Wir möchten erreichen, dass die Patienten Experten ihrer Erkrankung werden“, so Boris Suchan. Übrigens gibt es sogar Comics und Filme für Kinder zu bestimmten Themen, beispielsweise Demenz.

Neben Lehre, Forschung und Aufklärung wird auch an einer unabhängigen Behandlerliste gearbeitet. Eine Akademie für Neuropsychologie wurde gegründet, die in diesem Jahr bereits erste Veranstaltungen anbietet. Kooperationen mit anderen Hochschulen und Kliniken machen das Bild komplett. *anja*

Kontakt: Ambulanz Büro (E-Mail np-ambulanz@ruhr-uni-bochum.de oder Telefon 0234-32-21371); www.ruhr-uni-bochum.de/np-ambulanz/

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung

Vortrag am Donnerstag, 15. März, 16.30 Uhr
Altes Rathaus, Untermarkt 9

Das „KompetenzNetzwerkDemenz“ und die VHS Hattingen/Sprockhövel laden Interessierte zu einem Vortrag ein: Wie Sorge ich für Unfall, Krankheit, Alter vor?

Eine Frage, die sich jeder stellen sollte! Viel zu wenig Menschen treffen Vorsorge für Zeiten, zu denen sie ihre Angelegenheiten nicht mehr wie gewohnt regeln können. Etwa infolge eines Unfalls, einer schweren Erkrankung



oder auch durch das Nachlassen der geistigen Kräfte im Alter. Wer soll im Ernstfall Entscheidungen treffen, wenn man selber, wenn auch nur vorübergehend, nicht mehr dazu in der Lage ist?

Der Vortrag zeigt Möglichkeiten der Vorsorge auf und erläutert die Unterschiede der einzelnen Verfügungen. Inhalte werden sein:

- **Vorsorge durch Vollmachten:** Arten der Vollmachten, Rechte und Pflichten des Bevollmächtigten, wichtige Handlungsfelder der Vollmacht
- **Betreuungsverfügung:** Bedeutung, Form, Wirkungen...
- **Patientenverfügung:** Inhalt, Formulierung, Wirkung, Wirksamkeit...

Nach dem Vortrag besteht die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen.

Weitere Infos: KISS Hattingen/Sprockhövel, Telefon: 02324-95 49 79.

Senioren- und Familienbetreuung Neu in Hattingen

Wer wünscht sich das nicht? Auch im Alter in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben zu können. Julia Bochanski und ihr Team haben es sich zur Aufgabe gemacht, diesen Wunsch wahr werden zu lassen. Seit Januar ist Bochanski Geschäftsführerin eines Home Instead-Betreuungsdienstes in Hattingen und bietet häusliche Betreuung an. Diese sorgt nicht nur bei Pflegebedürftigen und Senioren für mehr Lebensqualität, sondern entlastet auch die Familien. Unter dem Motto „Daheim statt Heim“ ist Home Instead im Einsatz.

Was Home Instead von klassischen Pflegediensten unterscheidet, ist die Zeit, die sich die Mitarbeiter für ihre Kunden nehmen. „Wir sind immer da, wenn unsere Kunden uns brauchen. Unsere Leistungen erbringen wir stundenweise und nicht im Minutentakt“, beschreibt Julia Bochanski die Unternehmensphilosophie. Ob wenige Einsätze pro Woche, Wochenend- oder Übernacht-Betreuung, alles ist möglich. „Unsere Mitarbeiter reagieren flexibel auf die gewünschte Unterstützung. Wir helfen zum Beispiel beim Einkauf, Arzt- oder Friseurbesuch und im Haushalt. Der Spaziergang, ein Ausflug, die körperliche Grundpflege und die Demenz- und Familienbetreuung gehören bei uns dazu. Der Kunde entscheidet, wie er uns einsetzt“, beschreibt sie das Angebot. Bei der medizinischen Versorgung arbeitet Home Instead mit ambulanten Pflegediensten zusammen. Die Betreuungsleistungen können mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

Kontakt: HISB Betreuungsdienst Hattingen GmbH
Sankt-Georg-Straße 6-8, 45525 Hattingen, Tel.: 02324 – 68 50 980,
hattingen@homeinstead.de

AP – Pflegedienste GmbH
zu Hause fühlen – in Würde leben



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

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

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

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

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Seniorenzentrum am Alten Rathaus – Wittener Straße 6 - 58456 Witten
Frau Goedtker 02302 28268-0 – goedtker@seniorenzentrum-witten.de

Image

Nächster
Erscheinungstermin:

Mittwoch, 28.3.2018

Anzeigenschluss: Freitag, 16.3.2018

**Zuhause umsorgt,
jetzt auch in
Hattingen.**

**Egal, wann Sie uns brauchen,
wir sind für Sie da.**

- Betreuung zuhause
- Begleitung außer Haus
- Hilfen im Haushalt
- Grundpflege
- Demenzbetreuung
- Entlastung pflegender Angehöriger



Kosten-
übernahme
durch alle
Pflegekassen
möglich.

Den Zeitumfang bestimmen Sie.

Kostenfreie unverbindliche Beratung.
Rufen Sie uns an!

Tel. 02324 / 68 50 980
hattingen@homeinstead.de

www.homeinstead.de

**Home
Instead®**
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig und selbstständig. © 2017 Home Instead GmbH & Co. KG

Schwergewichtige Argumente für einen Hausnotruf

Kooperation von DRK und einer Selbsthilfegruppe - doch der Notruf kann noch viel mehr

Christian Schiwek leitet die Hattinger Selbsthilfegruppe „The sleeves“ und ist selbst ein Betroffener. 170 Kilogramm brachte er vor seiner magenverkleinernden Operation auf die Waage, jetzt wiegt der Rettungssanitäter noch 100 Kilogramm. 2014 begann die operative Phase, denn es folgten weitere Operationen der Plastischen Chirurgie. Schiwek weiß, wovon er spricht, wenn er sagt: „Adipöse Menschen haben viele Probleme - manchmal sogar solche, um Hilfe zu rufen. Deshalb ist ein Hausnotruf für sie besonders sinnvoll.“

Zusammen mit dem DRK Hattingen als Kooperationspartner greift das Hilffsystem, das aber längst nicht nur für Schwergewichtige ein wahrer Segen ist. „Das System besteht aus einem Basisgerät für ein Festnetztelefon oder ein mobiles Telefon. Außerdem gibt es ein Armband oder eine Halskette mit Alarmknopf, die der Patient so immer bei sich trägt. Wird der Alarmknopf gedrückt, dann meldet sich die Zentrale in Bochum und fragt den Betroffenen nach den Beschwerden. Kann sich der Mensch am anderen Ende der Leitung nicht mehr äußern, rückt sofort ein Einsatzteam aus. Im anderen Fall wird abgeklärt, ob das Einsatzteam ausrückt oder sofort ein Notarzt alarmiert werden muss - beispielsweise bei einem Herzinfarkt oder Schlaganfall. Wer beispielsweise gefallen ist und aus eigener Kraft nicht mehr aufstehen kann, dem kann ein solches System helfen. Oder eben bei lebensbedrohenden Erkrankungen, wenn der Betroffene ein Telefon nicht mehr erreichen kann. Es kann aber auch sein, dass es eine seelische Not gibt - auch in diesem Fall darf und soll man den Alarmknopf drücken“, erklärt Christian Berenberg, der Leiter des Hausnotrufes. Das Hattinger DRK ist zuständig für das Hattinger Stadtgebiet und aufgrund einer Kooperation mit dem DRK Sprockhövel, auch für die Nachbarstadt. „Wer Pflegeleistungen bezieht, der kann das Basispaket kosten-



Kooperation zwischen dem DRK Hattingen und der Selbsthilfegruppe „Die Sleeves“: ein Hausnotruf kann nicht nur stark adipösen Menschen helfen, die Probleme haben, aus eigener Kraft Hilfe zu holen. Das Foto zeigt v.l. Christian Berenberg, Leiter Hausnotruf, mit dem Gerät in der Hand, Andreas Hahn, Geschäftsführer DRK Hattingen und Christian Schiwek von der Selbsthilfegruppe Foto: Pielorz

los bekommen. Hier werden drei Adressen von Angehörigen hinterlegt, die benachrichtigt werden, wenn der Alarm ausgelöst wird. Es gibt aber auch die Möglichkeit, beim DRK einen Schlüssel zu hinterlegen. In diesem Fall rücken wir dann selbst aus und erreichen den Betroffenen innerhalb von dreißig Minuten“, erzählt Berenberg.

Hilfe nicht nur für Schwergewichte

Immer seien dabei qualifizierte Mitarbeiter mit Sanitätsausbildung im Einsatz - und bei adipösen Betroffenen mehrere Personen, denn: „Das Problem ist ja, dass diese Menschen aufgrund ihres Gewichtes nicht mehr in der Lage sind, aus eigener Kraft etwas zu tun“, weiß Christian Schiwek. „Das DRK legt bei dem Hausnotruf-Paket eine Patientenakte an und da wird natürlich vermerkt, wenn das Gewicht so groß ist, dass weitere Personen im Einsatz gebraucht werden.“ Die Hemmschwelle, ein solches Gerät anzumieten, sei noch groß, erzählen die Verantwortlichen. „Dabei macht das nicht nur für Ältere Sinn“, so Andreas Hahn, Geschäftsführer beim DRK Hattingen. „Jeder Alleinlebende sollte sich darüber Gedanken machen, denn er hat auf diese Art und Wei-

se immer die Möglichkeit, sofort reagieren zu können, wenn ihm etwas passiert. Der Weg zum Telefon ist oft einfach zu weit.“ Wer über den Hausnotruf beim DRK gelistet ist, kann übrigens nach Absprache auf einen kostenlosen Fahrdienst zum Arzt und eine kostenlose Notfalldose zurückgreifen. Letztere ist eine kleine Box mit zwei Aufklebern für Hausinnentür und Kühlschrank und einem Infoblatt in der Dose, auf dem alle Medikamente, Krankheiten und sonstige wichtige Infos aufgeschrieben sind - so wissen Arzt und Sanitäter sofort, welche Grunderkrankungen vorliegen und was dagegen eingenommen wird.

Das Deutsche Rote Kreuz Hattin-

gen ist (nicht nur) mit dem Hausnotruf zu verschiedenen Terminen präsent: am 3. März im DRK-Haus in der Talstraße, 14 bis 17 Uhr, gibt es einen Infonachmittag zum Thema. Außerdem präsentiert sich die Organisation am 10. März auf dem Hattinger Gesundheitstag im Hattinger Rathaus und am 21. April auf der Seniorengesundheitsmesse in der Sprockhöveler Glückaufhalle.

Für Christian Schiwek und seine schwergewichtigen Mitglieder ist der Notruf ein Segen: „Er gibt uns einfach Sicherheit - wenn uns mal etwas passiert.“

Weitere Infos gibt es auch direkt beim DRK in Hattingen unter der Rufnummer 02324/201111. anja

Was bedeutet Adipositas (Fettleibigkeit)?

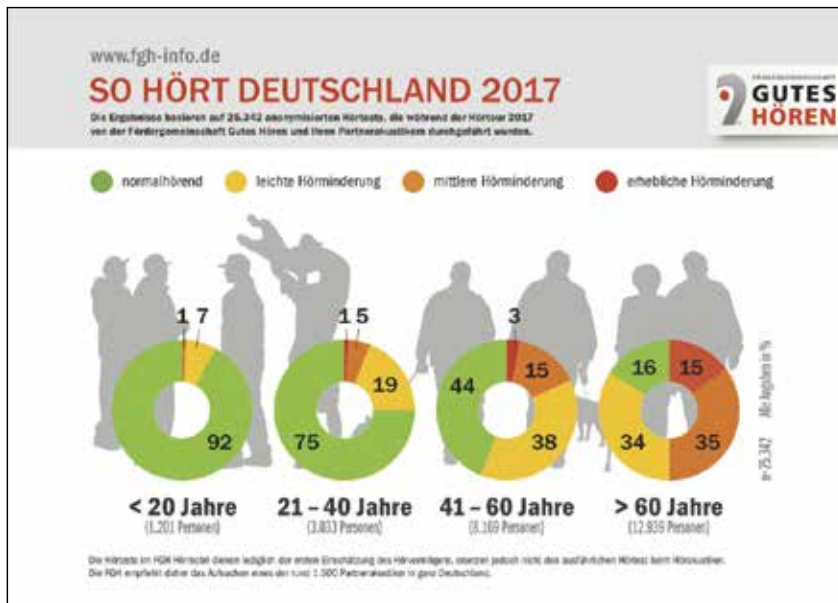
Von Adipositas spricht man bei einem Übergewicht, das der Gesundheit schaden kann. Adipositas ist eine chronische Krankheit, die mit eingeschränkter Lebensqualität und hohem Risiko für Folgeerkrankungen einhergeht. Betroffene leiden aber nicht nur unter den körperlichen Folgen, sondern auch unter der Diskriminierung in der Bevölkerung. Adipositas ist auf dem Vormarsch: Eine in der medizinischen Fachzeitschrift „The Lancet“ veröffentlichte Studie kommt zu dem Ergebnis, dass derzeit weltweit jeder dritte Mensch übergewichtig oder fettleibig ist. Die Deutsche Adipositas Gesellschaft geht davon aus, dass momentan rund 16 Millionen Menschen in Deutschland an Adipositas leiden. Eine Verkleinerung des Magens führt zu einem früheren Sättigungsgefühl und in der Folge zu einer geringeren Größe der Mahlzeiten - für Betroffene manchmal der einzige Ausweg.

Kontakt: Christian Schiwek, Telefon 02324/9904149 oder mobil 0178/5552306; E-Mail die-sleeves@web.de.

Deutschlands Ohren im Test: so gut hören wir wirklich.

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

In Zahlen heißt das: 1.201 Personen unter 20 Jahren (2016: 847) haben im schallgedämpften Messraum eines der vier FGH Hörmobile ihre Ohren fachkundig überprüfen lassen. Bei immerhin 8% wurden Hörminderungen festgestellt. Auch die Gruppe der 21- bis 40-Jährigen war mit 3.033 Teilnehmern (2016: 2.524) stärker vertreten als im Vorjahr. Hier lag die Quote der festgestellten Einschränkungen bereits bei 25%. Mit einem Plus von 618 stieg die Zahl der Teilnehmer bei den 41- bis 60-jährigen auf 8.169 bei 58% gemessenen Hörminderungen. Die Gruppe 60plus bildet mit 12.939 (2016: 12.342) den größten Teil der Hör testinteressenten. Bei diesen älteren Jahrgängen liegt die Verbreitung von Beeinträchtigungen des Gehörs bei 84%. Weitere Differenzierungen der Messergebnisse nach den WHO-Kriterien finden sich in der FGH Grafik mit den entsprechenden Zahlenangaben.



Die FGH Hör tour ist europaweit die größte zusammenhängende Hör testaktion. Die eigens dafür ausgestatteten Hörmobile waren 2017 insgesamt 360 Mal in ganz Deutschland im Einsatz. Vor Ort wurden die Hör tests jeweils von ansässigen FGH Partnerakustikern durchge-

Seniorendienst

- ✓ Versorgung und Betreuung im Alter
- ✓ Unterstützung im Alltag
- ✓ Betreuung in Gruppen
- ✓ **Anerkannte Pflegeberaterin**
- ✓ Persönliche Beratung vor Ort für Bochum und Hattingen

Susanne Ketteler • Büro: Hasenwinkeler Straße 206
44879 Bochum-Dahlhausen • ☎ 0234 45265566

führt, wobei diese Überprüfungen nicht den Hör test im Fachgeschäft eines Hör akustikers ersetzen. Darüber hinaus gab zahlreiche Informationsgespräche zu fast allen Fragen rund um das gute Hören. An dem von der Fördergemeinschaft Gutes Hören entwickelten multifunktionalen Quattro Check wurden außerdem zusätzliche Schnellhör tests oder Lautstärkepegelmessungen der eigenen Musik-Hörgewohnheiten durchgeführt.

Insgesamt bestätigen die Hör tour-Ergebnisse einerseits die zunehmende Verbreitung von Hörminderungen im Alter, sie zeigen andererseits aber auch, dass jüngere Menschen ebenfalls davon betroffen sein können. Bemerkenswert ist, dass die meisten Hör test-Teilnehmer, bei denen auch signifikante Einschränkungen der Hör leistung festgestellt wurden, noch nicht mit Hörsystemen versorgt waren. „Auf der einen Seite freuen wir uns über das stetig steigende Hör bewusstsein hinsichtlich Lärmvermeidung und Prävention in der Bevölkerung“, sagt Christian Hastedt von der Fördergemeinschaft Gutes Hören. „Andererseits kümmern sich viele Menschen immer noch zu wenig um ihre eigene Hör leistung und schieben eine Versorgung mit Hör geräten vor sich her, obwohl sie dadurch ihre Lebensqualität so gut und komfortabel verbessern könnten wie nie zuvor.“

Als bewährte und anerkannte Aufklärungsaktion für gutes Hören ist die FGH Hör tour daher seit Jahren eine unentbehrliche Institution der Gesundheitsvorsorge. Die erfahrenen Hör botschafter werden auch 2018 von April bis Oktober wieder für das gute Hören in Deutschland unterwegs sein. Bis dahin und währenddessen stehen allen Interessierten die rund 1.500 FGH Partnerakustiker zur Verfügung. Sie bedienen das gesamte Leistungsspektrum der Hör akustik vom kostenlosen Hör test über die Auswahl und individuelle

Anpassung geeigneter Hör geräte bis hin zur mehrjährigen Nachbetreuung. Die FGH Partner sind am gemeinsamen Symbol zu erkennen: am Ohrbogen mit dem Punkt. Einen Fachbetrieb in der Nähe findet man unter www.fgh-info.de.

FGH



Unser Service für Ihr Hörgerät

- Kostenloser Hör test
- Feinjustierung Ihres Hörgerätes nach individuellen Bedürfnissen
- Reinigung des Hörgerätes
- Funktionskontrolle

- Sofortige Durchführung von Kleinreparaturen
- Leih-Hörgerät im Reparaturfall
- Individueller Gehörschutz
- Hausbesuche

DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

Hattinger Ehepaar im Ehrenamt: Neue Vereinsgründung

Armut bekämpfen – Ausbildung für Afrika: Die Fröbers gründen „Together in The Gambia“

Seit vielen Jahren engagieren sich Barbara und Jürgen Fröber in der Hilfe für Gambia. In dem kleinen Dorf Jabang, 35 Kilometer südlich von der Hauptstadt Banjul gelegen mit etwa 20.000 Einwohnern, kommt von dem ohnehin nur spärlichen Tourismus des Landes nichts an. Ihr Engagement begann im Verein „Hattingen hilft“, der 2012 mit dem Verein „Kindergarten Linden, Schul- und Dorfentwicklung in Gambia“ (KLG) fusionierte. Für die Medizinerin und den Ingenieur war von Anfang an klar: Wir wollen hier Hilfe zur Selbsthilfe leisten, damit sich das Leben im Dorf verbessert. Jetzt wollen sie diesen Anspruch mit einem eigenen Verein in die Tat umsetzen.

„Uns ist die nachhaltige Arbeit wichtig. Wir möchten mitwirken an den Voraussetzungen für das Entstehen von Strukturen, die den Alltag vor Ort verbessern“, erzählt das Ehepaar, das seit vielen Jahren oft mehrmals im Jahr Jabang in Westafrika besucht. Ein Kindergarten, eine Schule, ein Gartenprojekt, eine Schulküche – die Aufgaben wurden im Laufe der Jahre immer vielfältiger. „Im Rahmen unserer letzten Reise Ende 2017 ging es vor allem um die Verteilung von 1000 Verbandsmaterialien und den Herdbau“, beschreiben Fröbers aktuelle Aufgaben. „Das Verbandsmaterial wurde aus einer Sammelaktion von etwa 650 Erste-Hilfe-Kästen gewonnen und leistet vor Ort gute Dienste. 33 Umzugskartons mit Verbandsmaterial wurden per Container und Schiff nach Gambia gebracht und dort neben Jabang auch an anderen Orten verteilt. Auch das gambische Rote Kreuz wurde bedacht, denn auch dort fehlt Material an allen Ecken und Enden“, erzählt Barbara Fröber. Ein zweiter Schwerpunkt der Reise war der Herdbau. „Gekocht wird traditionell in Kochhütten auf drei Steinen. Der Holzverbrauch ist hoch. Deshalb wurden gemeinsam mit den Dorfautoritäten Herde aus heimischem Lehm gebaut. Diese befinden sich jetzt in der Testphase. Wir haben 25 Kilogramm Lehmprobe mitgebracht und diese soll an der TU in Freiberg bei Dresden im Hinblick auf ihre Eigenschaften untersucht werden. Wir haben Kontakte in die Universitätsstadt mit dem Ziel einer Materialoptimierung“, so Jürgen Fröber. Für den Ingenieur ist der Herdbau ein wichtiges Projekt, da mit relativ geringem Aufwand ökonomisch, ökologisch und gesundheitlich viel bewirkt werden kann. Hauptidee für die Zukunft ist ein berufliches Ausbildungszentrum in Jabang, das jetzt mit einem neuen Verein realisiert werden soll. „Ursprünglich haben wir dies mit dem KLG umsetzen wollen. 2016 hat-



Neun der insgesamt zwölf Vereinsmitglieder bei der Vereinsgründung: Sigrun und Reinhard Böke (Kassenwart, ganz hinten links), Inge und Friederich Brucker (2. Vorsitzender, 4.v.l.), Marcus Dederichs, Gisela Kaufmann, Barbara Egelhaaf, Barbara und Jürgen Fröber (Vorsitz, rechts im Bild), Christian Haensler, Constance von Lochow und Uta Wegener-Linse. Foto: Pielorz



Schon oft ist das Ehepaar Fröber in Gambia gewesen. Dieses Foto zeigt den Herdbau, der bereits begonnen hat. Das kleine Foto zeigt die bisherige traditionelle Kochweise aus drei Steinen mit einem sehr hohen Holzverbrauch. Aus Lehm entstehen nun Kochherde, die sowohl ökonomisch als auch ökologisch und gesundheitlich viel bewirken können. Gemeinsam mit den Dorfautoritäten soll dieses Projekt verbessert werden. Dafür wird auch der Lehm auf seine Eigenschaften hin untersucht. Fotos: privat

Kontakt Daten des Vereines

„Together in The Gambia“ Dres. Fröber, Wolfskuhle 26d, 45529 Hattingen, Telefon 02324/ 41 950

te es einen Beschluss für eine Machbarkeitsstudie gegeben, die wir zusammen mit unserem gambischen Partner erstellt haben. Ein solches Zentrum ist der Wunsch der Dorfautoritäten in Jabang. Doch in 2017 wurde das Projekt nicht mehr als Vereinsziel definiert. Es gab inhaltliche Meinungsverschiedenheiten. Doch jedem Ende wohnt ein Anfang inne und wir haben beschlossen, diese Idee mit einem neuen Verein realisieren zu wollen. Dabei lassen wir uns nicht nur von dem Wunsch der Dorfbewohner nach einem solchen Zentrum leiten, sondern auch von der festen Überzeugung, dass ein solches Projekt eine Bleibeperspektive für die Menschen vor Ort schafft und dadurch dazu beiträgt, mögliche Fluchtgründe zu reduzieren“, erklärt Fröber.

Notwendig zur Realisierung ist aber nicht nur der neue Verein, der als „Together in The Gambia“ gegründet wurde, sondern auch die finanzielle Unterstützung durch das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ). „Allein die erste Ausbaustufe beziffere ich mit einem Investitionsvolumen von rund 45.000 Euro. Die anstehenden Personalkosten von etwa 9000 Euro sollen durch die gambische Regierung gedeckt werden. Wenn es eine Unterstützung vom Ministerium gibt, so bedeutet dies eine Kostenübernahme von

75 Prozent. Die Voraussetzungen sind allerdings ein örtlicher Partnerverein und vor allem eine dreijährige erfolgreiche Projektarbeit vor Ort. Möglicherweise finden wir mit unseren langjährigen Erfahrungen im bisherigen Verein hier eine Chance zur Zusammenarbeit.“ Eine vertiefte Zusammenarbeit wird auch mit ihrem früheren Verein „Kindergarten Linden, Schul- und Dorfentwicklung in Gambia“ (KLG) sowie dem Werkstatt Berufskolleg Unna angestrebt.

Im Nachbardorf gibt es auf privater Initiative ein ähnliches Projekt – und man denkt an Kooperation. „Ausbilden wollen wir beispielsweise als Schneider oder im Gartenbau. Wir stellen uns eine Verbindung zum Nachbarprojekt vor, um möglichst Synergieeffekte auf beiden Seiten entstehen zu lassen, beispielsweise im Hinblick auf die unterschiedlichen Ausbildungsangebote.“

Doch noch ist das Zukunftsmusik. Ein dutzend Gründungsmitglieder hauchen dem Verein jetzt zunächst einmal Leben ein – Zuwachs erbeten! Vorsitzender des neuen Vereins ist Jürgen Fröber, sein Stellvertreter ist Friederich Brucker. Reinhard Böke wurde zum Kassenwart gewählt.

anja

Jetzt sind die Männer dran: Haarlose Körper sind gefragt

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Doch warum haben wir überhaupt Haare?

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

Kommentar

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

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

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



Dr. Anja Pielorz

Dr. Anja Pielorz



Sie setzen den symbolischen ersten Spatenstich fürs neue Verwaltungs- und Betriebsgebäude der Stadtwerke Hattingen, von links: Geschäftsführer Generalunternehmer, Dirk Glaser, Bürgermeister der Stadt Hattingen, und Jürgen Wille, Geschäftsführer der Stadtwerke.

Spatenstich für neue Zentrale der Stadtwerke

Stadtwerke bauen neues Verwaltungs- und Betriebsgebäude schlüsselfertig bis Anfang 2019

Dann sind die Zeiten vorbei, in denen Jürgen Wille am heutigen Noch-Standort aus dem ehemaligen Wohnzimmer eines Werkstattleiters die Geschicke der Stadtwerke bestimmt.

Nach mehreren Versuchen früherer Werkleiter und Geschäftsführer neu zu bauen und nahezu fünfzig Jahre nach dem ersten Versuch, wird jetzt ein neues Verwaltungs- und Betriebsgebäude für die Mitarbeiter und Kunden errichtet. Bürgermeister Dirk Glaser betonte, der



Die drei Spaten mussten auf den ersten Stich nicht lange warten. Foto: Ulf Kathagen

Startschuss sei für die ganze Stadt ein Grund zum Feiern. „Wir brauchen starke Stadtwerke“, sagte er. „Der Neubau sichert die Zukunftsfähigkeit und ist damit auch ein wichtiger Beitrag für den Wirtschaftsstandort.“

Jürgen Wille, Geschäftsführer der Stadtwerke, Dirk Glaser, Bürgermeister der Stadt Hattingen und Dirk Rehaag, Geschäftsführer Bauunternehmung, haben den symbolischen ersten Spatenstich für das neue Verwaltungs- und Betriebsgebäude der Stadtwerke Hattingen gesetzt.

Damit haben die Bauarbeiten für den annähernd 2600 Quadratmeter großen Neubau der Hattinger Stadtwerke offiziell begonnen. Den obligatorischen Spatenstich zum Beginn der Bauarbeiten leiteten Jürgen Wille, Dirk Glaser und Dirk Rehaag mit festlichen Begrüßungsworten an die rund 60 geladenen Gäste und Mitarbeiter der Stadtwerke ein. Nach dem beherzten Griff zum Spaten ließen die Versammelten die Zusammenkunft bei alkoholfreien Getränken und Currywurst

– bodenständig, halt typisch Stadtwerke Hattingen – ausklingen. Täglich sollen Baufortschritte zu beobachten sein.

Generalunternehmer

Der Generalunternehmer errichtet den Neubau auf dem Gelände des alten Wasserwerkes schlüsselfertig. Vor dem offiziellen Beginn der Arbeiten sind bereits vorbereitende Maßnahmen durchgeführt worden: Die Versorgungsleitungen wurden beispielsweise umgelegt. Der nächste wichtige Schritt ist jetzt, die Tragschichten vom Gebäude herzustellen und zu verdichten. Daraufhin können Anfang März die Rohbauarbeiten beginnen.

Zukunftsfähiges Gebäude

Die neue Zentrale bietet den Mitarbeitern in einem zweigeschossigen Verwaltungsgebäude ein innovatives Arbeitsumfeld nach neuesten Standards. Zudem besteht neben Büroräumen auch Platz für Fachveranstaltungen und Ausstellungen. Das angrenzende Betriebsgebäude beinhaltet die neue Fahrzeughalle, das zentrale Lager mit Nebenräumen und die Werkstatt sowie die Büros für den Netzbetrieb. „Der Startschuss für die Bauarbeiten ist für uns ein Anlass zur Freude. Mit dem Neubau ist die Zukunftsfähigkeit der Stadtwerke gesichert“, zeigt sich Dirk Glaser erfreut.





Die neue Zentrale bietet den Mitarbeitern in einem zweigeschossigen Verwaltungsgebäude ein Arbeitsumfeld nach neuesten Standards. Zudem besteht neben Büroräumen auch Platz für Veranstaltungen. Das angrenzende Betriebsgebäude umfasst die neue Fahrzeughalle, das zentrale Lager mit Nebenräumen und die Werkstatt. Visualisierung: Rübsamen und Partner

Neubau ist wichtiger Beitrag für den Wirtschaftsstandort

In der unmittelbaren Nähe zur Ruhr entsteht die neue Zentrale der Hattinger Stadtwerke

An der Straße „Weg zum Wasserwerk“ in der unmittelbaren Nähe zur Ruhr entsteht der neue Sitz der Stadtwerke Hattingen. Das Vorhaben wurde nun offiziell mit einem sogenannten ersten Spatenstich in Gang gesetzt.

Es gab in Hattingen allen Grund zur Freude: Zum ersten Spatenstich versammelten sich die Presse, Vertreter der Stadt und des Aufsichtsrates sowie die Mitarbeiter der Stadtwerke, die hier in Zukunft für ihre Kunden arbeiten wollen, auf dem Baufeld. Nach einigen Grußworten griffen der Geschäftsführer der Stadtwerke, Jürgen Wille, Bürgermeister Dirk Glaser und der Geschäftsführer der Bauunternehmung gemeinsam zum Spaten und setzten den ersten symbolischen Stich. In den kommenden Monaten wird auf dem Baufeld eine vor allem architektonisch anspruchsvolle Zentrale in die Höhe wachsen. Freuen

können sich die Mitarbeiter schon jetzt auf ein neues und modernes Arbeitsumfeld. Im März 2019 wollen die fast 40 Mitarbeiter in das neue Verwaltungs- und Betriebsgebäude umziehen.



TOP-Lokalversorger 2018

ENERGIE VOM PROFI.

www.stadtwerke-hattingen.de

Stadtwerke
Hattingen®



Autohaus Kogelheide bleibt Service-Partner in Witten

Mit Anfang März 2018 konzentriert sich die Auto-Familie in Witten-Herbede voll und ganz auf den Werkstatt-Service.

Als autorisierter Servicepartner der Marken Volkswagen, Volkswagen Nutzfahrzeuge, Audi, Skoda und Iveco ist das Autohaus weiterhin vor Ort in der Wittener Straße 106 für Sie da. Die Vertriebspart für den Neu- und Gebrauchtwagen-Verkauf bietet die Auto-Familie nicht mehr an. „Für unsere Kundinnen und Kunden bleiben wir bei allen Service-Anliegen die Auto-Familie, die Ihre Mobilität sicherstellt“, sagt Dr. Bettina Kogelheide. „Willkommen in Ihrer Auto-Fami-

lie“, so lautet der Claim des Hauses – daran ändert sich nichts.

„Wir sorgen selbstverständlich für eine reibungslose Abwicklung aller noch laufenden und zukünftigen Verträge“, sagt Wilfried Kogelheide.

Der Service umfasst Inspektionen, Checks und die Wartung von Pkw und Lkw aller Marken, außerdem Zubehör, Reifen- und Räder-Service, Unfallschaden-Service, Klimaanlage, Carinfotainment und vieles mehr. Garantiarbeiten führt das Autohaus Kogelheide selbstverständlich an Fahrzeugen aller Volkswagen-Marken aus, dabei ist es unerheblich, wo das Auto gekauft wurde.

Gegründet wurde das Unternehmen vor 90 Jahren in Witten-Herbede. Seit 50 Jahren ist es Volkswagen-Partner. In diesen Jahrzehnten gab es unzählige Innovationen im Automobilbau und die Entwicklungen schreiten rasant voran, etwa bei Antriebstechniken und der Fahrzeugelektronik mit ihren vielfältigen Assistenz- und Sicherheitsfeatures.

„Heute ist es wichtiger denn je, dass sich Pkw- und Lkw-Fahrer auf einen meisterhaften Service-Partner verlassen können“, sagt Dr. Bettina Kogelheide. „Und dies ist unser Versprechen an Kundinnen und Kunden hier am Standort Witten.“



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

Gelbe Engel: Batterien bleiben häufigste Pannennursache

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

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

STARTKLAR BLEIBEN

Mit dem Werkstatt-Service Ihrer Auto Familie.

kogelheide
Willkommen in der Auto Familie.



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

Genf 2018: Autonomes Elektroauto

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





Während der Messtete von Donnerstag bis Sonntag sind keine weiteren Großveranstaltungen geplant. Damit können die Messebesucher auch die Parkplätze am Stadion nutzen. Zudem werden über 1000 Parkplätze zusätzlich frei wegen Aufgabe einer Flüchtlingsunterkunft.

Alle wichtigen Marken vor Ort Motorradfans treffen sich zum Saisonstart

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

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

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



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

Foto: Veranstalter

Besucher können Stadionparkplätze nutzen

Zwar tritt Peter Maffay am Mittwoch vor der Messeeröffnung auf seiner Unplugged-Tour in den Westfalenhallen auf. Während der Messtete von Donnerstag bis Sonntag sind aber keine weiteren Großveranstaltungen geplant. Damit können die Messebesucher auch die Parkplätze am Stadion nutzen. Zudem werden über 1000 Parkplätze zusätzlich frei, weil eine provisorische Asylbewerber-Unterkunft abgebaut werden konnte.

Sonderaktion im Honda Autohaus Drössiger e.K. Bochum-Linden

Bis zum 31. März bietet Autohaus Drössiger den Honda Civic 1.0 VTEC zu einem absoluten Sonderpreis an. Vereinbaren Sie Ihren Beratungstermin. Das gesamte Team freut sich auf Ihren Besuch.

HONDA
The Power of Dreams

ER BLICKT FÜR SIE IN DIE ZUKUNFT.

SERIENMÄSSIG MIT
KOLLISIONSWARNUNG MIT
AKTIVEM BREMSEINGRIFF.

DER HONDA CIVIC.
SERIENMÄSSIG MEHR DRIN.



Nur für kurze Zeit: *
ab **17.990 €**

CIVIC

Kraftstoffverbrauch Civic 1.0 VTEC® TURBO Comfort in l/100 km: innerorts 6,1; außerorts 4,1; kombiniert 4,8. CO₂-Emission in g/km: 110 (Alle Werte gemessen nach 1999/94/EG). Abb. zeigt Sonderausstattung.

* Unverbindliche Aktionspreisempfehlung von Honda Deutschland für einen Honda Civic 1.0 VTEC® TURBO Comfort. Angebot gültig für Privatkunden bis 31.03.2018, bei allen teilnehmenden Händlern.

Autohaus Drössiger e.K. Ihr Honda Vertragshändler in Bochum

Hattinger Straße 983 · 44879 Bochum-Linden
Telefon 02 34/94 20 60 · E-mail: info@honda-droessiger.de

Internet: www.honda-droessiger.de

Ihre faire KFZ-Werkstatt

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

LADA

Geht nicht gibt's nicht!

- ✦ Reparatur aller Fahrzeuge
- ✦ Youngtimer-Service
- ✦ HU durch Dekra, AU, Umweltplakette
- ✦ Gasanlagen-Einbau **Prins**
- ✦ Unfallschadenbeseitigung

seit über 25 Jahren!

Werksstr. 12 45527 Hattingen Tel.: 02324 61062
Mobil: 0171 8209013 auto-langner@onlinehome.de
www.auto-h-langner.de

**Behinderten-Rabatt
bei Autohaus KOST
- bis zu 25% Rabatt
auf Renault-Neuwagen**
(GdB mindestens 50%)

AUTOHAUS KOST

Hufeisenstr. 9 · 45525 Hattingen
Telefon 02324 - 27001-3
www.renault-kost.de



Energiebedarf senken – Heizkosten sparen

Alte Fenster sollten ersetzt werden

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

Foto: Veka/txn

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

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

txn



Schöne neue Fensterwelt

Der Mensch hat Recht auf Ruhe und Geborgenheit. Unsere Qualitäts-Fenster schirmen Sie sicher gegen Störungen von außen, Lärm und Kälte ab – und schenken Ihnen ein echtes Wohlfühl-Zuhause.



Pauly Fenster + Türen GmbH
Ruhrallee 16 · 45525 Hattingen
Tel. 02324 68691-0
www.pauly-fenster.de

Für die Standortsicherung und die Energiewende

5-Jahres-Vorschau: AVU-Gruppe plant Investitionen von rund 70 Mio. Euro

Die AVU-Gruppe investiert weiterhin in die Instandhaltung und Weiterentwicklung der Strom-, Gas- und Wassernetze. Auch der Ausbau der Lichtwellenleiter-Kabel für schnelles Internet und der Bau von Anlagen für erneuerbare Energien sind vorgesehen. Insgesamt plant die AVU Investitionen von rund 70 Millionen Euro in den nächsten fünf Jahren. Der größte Anteil entfällt auf die AVU Netz GmbH mit 61 Millionen Euro. Zwei große Einzelmaßnahmen sind der Bau eines neuen Strom-Umspannwerks in Sprockhövel-Haßlinghausen und die Verbindung der beiden Wasserversorgungsnetze von AVU und Mark-E (Neubau einer Transportleitung von Wetter nach Hagen und eines Pumpwerks in Volmarstein).

„Damit sichern wir auch in den kommenden Jahren die zuverlässige Versorgung mit Energie und Wasser. Gleichzeitig wird durch die Modernisierung der Netze die Energiewende möglich“, erklärt AVU-Vorstand Uwe Träris. Er betont gleichzeitig, dass auch Anlagen der Energieeffizienz-Tochter AVU Serviceplus im Auftrag von Industriekunden zum geplanten Investitionsplan gehören. „Damit unterstützen wir gerne die heimische Wirtschaft und tragen so zur Standortsicherung bei.“

Elektrogeräte – richtig entsorgt

Allgemein gilt: Alte Elektrogeräte können zum Wertstoffhof gebracht werden und dürfen nicht in den Hausmüll. In manchen Gemeinden ist auch die Abholung per Sperrmüll möglich. Der Einzelhandel ist seit 2015 ab 400 Quadratmetern Ladenfläche außerdem generell zur Rücknahme alter Kleingeräte wie Handys verpflichtet – auch ohne Kauf von Neuware. Größere Elektrogeräte, also beispielsweise Kühlschränke oder Fernseher, müssen lediglich beim Kauf eines neuen Geräts angenommen werden. Ein Kaufbeleg ist dafür nicht notwendig. Die Rücknahmepflicht gilt auch für Onlinehändler. Wer noch etwas Geld rausholen möchte, kann es bei einem Schrotthändler versuchen. Diese zahlen gerade bei alten Handys und Ladekabeln unter Umständen noch einen kleinen Betrag. Wer hingegen alte Elektrogeräte einfach in den Hausmüll schmeißt, begeht eine Ordnungswidrigkeit, die mit einem Bußgeld geahndet werden kann. Das kann – je nach Bundesland und Umfang des Vergehens – empfindlich ausfallen. Zudem gehen so wichtige Rohstoffe verloren. Dadurch müssen neue Ressourcen wie Edelmetalle in die Produktion aktueller Geräte einfließen. Deren Gewinnung ist energieaufwendig und hat in den Erzeugerländern oft verheerende Folgen für die Umwelt.

Was misten Sie bei einem Umzug aus?

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

Medikamente nicht ins Klo!
Medikamente können hingegen einfach im Hausmüll entsorgt werden,



*Ihre Immobilie liegt
uns am Herzen.*



CENTRONA

HAUSVERWALTUNG GMBH

Am Büchenschütz 20 • 45527 Hattingen

Tel.: 023 24/68645-0

www.centrona.de

Wohnungseigentums-/ Mietverwaltung
mit bautechnischer Fachberatung

Verkauf & Vermietung
Wertgutachten, Kaufberatung, Bonitätsprüfung

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



**Ihr Makler, der
in Hattingen
jeden Winkel
kennt.**

Richtig gut beraten. Tel: 02324 / 5009-700



Wir sind Mitglied des Immobilienverbands
Deutschland IVD Bundesverband der
Immobilienberater, Makler, Verwalter und
Sachverständigen e. V.

hwg immobilien

Ihre Vorteilswelt für die ganze Familie!

- Hochwertige **Markenartikel** mit exklusiven Vergünstigungen
- Traumhafte **Urlaubsangebote** mit einzigartigen Specials
- 3.000 **Freizeiterlebnisse** mit attraktiven Ermäßigungen
- und vieles mehr...

Jeder Klick ein Vorteil: www.avu.de/shop

Für AVU-Stromprivatkunden mit einem comfort- oder compact-Vertrag



**Heim-
vorteil**

AVU...

ENergie – wir denken weiter



Auch Stiftungsrat und Pfarrer dankten den Jubilaren für ihren christlichen Dienst an kranken Menschen und zeigten auf, wie enorm wichtig diese Arbeit ist.

Augusta-Küche verzaubert wieder die Jubilare der Stiftung

Aus hygienischen Gründen verzichten sie in den Krankenhäusern der „Evangelischen Stiftung Augusta“ schon sehr lange auf das Händeschütteln. Was im medizinischen Alltag breit akzeptierte Normalität ist, galt nicht, als die Geschäftsführer Diplom-Kaufmann Thomas Drathen und Diplom-Kaufmann Ulrich Froese vor wenigen Tagen die Jubilare ihrer Häuser ehrten: Da wurden reichlich Hände geschützt, um Mitarbeitenden zu danken für nicht weniger als 1185 Dienstjahre. Dabei hatten die Damen diesmal den längsten Atem im Beruf: Lydia Fritz, Karin Georgi und Monika Michalzik aus Bochum und Cor-

nelia Menzel aus Hattingen feierten ihr 40-jähriges Dienstjubiläum und erhielten als Anerkennung das Goldene Kronenkreuz der Diakonie und die dazu gehörende Urkunde. Wie stets legte sich das Küchenteam wieder mächtig ins Zeug, um den Jubilaren ein dem Anlass entsprechendes Menü aufzutischen. Chef de Cuisine Ralf Meyer und seine Mannschaft verwöhnten die Gaumen der Anwesenden mit Leckereien, die schon beim Lesen den Mund wässrig machen: Es gab Bonbons von der Wachtelbrust, Minutenterrine von Hummer und selbst geräucher-tem Lachs sowie Bisonfilet und Schokoladen-Mousse-Türmchen.

- Anzeige -

- Anzeige -

Neues arbeitsmedizinisches Institut in Sprockhövel:

Die Dr. Peters-Steffen GmbH ist ein Institut für Arbeits-, Sozial-, und Umweltmedizin, Arbeitssicherheit und Gesundheitsmanagement. Die Geschäftsführerin Frau Dr. Ulrike Ignatowitz ist Fachärztin für Arbeits-, Umwelt-, Allgemein- und Sportmedizin und Sicherheitsingenieurin. Die Arbeitsmedizin erfüllt einen wesentlichen Teil des gesetzlich vorgegebenen präventiven Auftrags in der medizinischen Versorgung. Sie leistet einen wichtigen Beitrag zu einer partnerschaftlichen Unternehmenskultur. Ziel betriebsärztlichen Handelns ist der gesunde, zufriedene und leistungsfähige Beschäftigte in einem wirtschaftlich erfolgreichen Unternehmen, das gleichermaßen Kunden- wie Beschäftigtenorientiert ist und das Gesundheitspotenziale bereits bei der Arbeits- und Organisationsgestaltung berücksichtigt.

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

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

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

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

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

PS

Dr. Peters-Steffen GmbH



Maklerbüro
R. Peter Ignatowitz

Dr. Peters-Steffen GmbH
Dr. Ulrike Ignatowitz

Institut für Arbeitsmedizin, Umweltmedizin
Institut für Allgemeinmedizin, Sportmedizin
Sicherheitsingenieurin



ARBEITSMEDIZIN, SOZIALMEDIZIN, UMWELTMEDIZIN
ARBEITSSICHERHEIT, GESUNDHEITSMANAGEMENT

Meine Tätigkeitsschwerpunkte:

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

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

Kunstrasenplatz Holthausen

Das Gesamtvolumen liegt bei 659 000 Euro

Der Sportplatz „In der Behrenbeck“ in Holthausen, Heimstätte des DJK Märkisch Hattingen, kann seit langer Zeit nicht mehr genutzt werden. Im September 2015 ereignete sich in seiner Nähe ein Tagesbruch und bei den anstehenden Mess- und Verfüllarbeiten sowie 250 Bohrungen war die Spielfläche nicht mehr nutzbar.

Der DJK Märkisch Hattingen äußerte den Wunsch, die anstehenden Sanierungsarbeiten mit einem neuen Kunstrasen zu verbinden. Ziel der Umwandlung ist, in Zusammenarbeit mit den örtlichen Vereinen (DJK Märkisch Hattingen und FC Sandzak Hattingen) wieder eine attraktive Spielfeldfläche seitens der Stadt Hattingen zur Verfügung zu stellen.

Die örtlichen Bedingungen erwiesen sich als schwierig und ein Sportstättenplaner wurde beauftragt. Die Gesamtkosten für die Umwandlung des Sportplatzes In der Behrenbeck vom Tennenplatz in einen Kunstrasenplatz belaufen sich laut Kostenschätzung auf rund 659.000 Euro. Davon entfallen rd. 621.000 Euro auf den Bau und rd. 38.000 Euro auf Planungskosten. Im Frühjahr 2017 wurde die Verwaltung beauftragt bei dem in Rede stehenden Bauvorhaben Finanzierungsvoraussetzungen so zu entwickeln, dass „vergleichbare finanzielle Bedingungen für die Vereine entstehen“. Knapp 200.000 Euro steuert der DJK Märkisch Hattingen zur Finanzierung bei, hier laufen allerdings zur Aufbringung des Eigenanteils Finanzierungsgespräche. Der städtische Anteil beläuft sich auf rund 380.000 Euro. Weitere rd. 81.000 Euro können aus einer Entschädigungszahlung der RAG, die von dem Unternehmen zur Abgeltung der Schadensersatzansprüche infolge der bergbaulichen Sicherungsmaßnahmen zu leisten sind, von der Stadt Hattingen nach Zahlungseingang an den Verein weitergeleitet werden.

anja



Herrliche Ostergrüße von Ihrer hwg eG!

hwg Richtig zuhause

Telefon: 02324 5009-0
www.hwg.de

150 000 Euro für Forschung

Stiftung „KinderHerz“ und NRW-Ministerium

Die Stiftung „KinderHerz Deutschland“ schreibt den „KinderHerz-Innovationspreis NRW 2018“ aus.

Zum zweiten Mal wird der Preis für herausragende Forschungsprojekte in der Kinderherz-Medizin vergeben und vom Ministerium für Kultur und Wissenschaft in NRW gefördert. Bewerbungen für den mit 150 000 Euro dotierten Preis sind bis Samstag, 31. März, möglich. Das Geld steht zur Ausschreibung, um nachhaltige Forschungsarbeit für herzkranken Kinder voranzutreiben.

zial, zukunftsweisende Ideen und medizinische Forschungskraft in Nordrhein-Westfalen steckt“, sagt Kultur- und Wissenschaftsministerin Isabel Pfeiffer-Poensgen.

Ärzte, Doktoranden und Pfleger aus den Kinderherz-Zentren und Kliniken mit Kinderkardiologie und -herzchirurgie in Nordrhein-Westfalen können sich über die Internetseite der Stiftung – www.stiftung-kinderherz.de – bewerben. Eine unabhängige Experten-Jury entscheidet über den Hauptpreis.

Preisverleihung

Dank der Förderung des Ministeriums kann die Stiftung Wissenschaftlern aus NRW ermöglichen, Forschungsprojekte umzusetzen. Die Preisverleihung wird im Orchesterzentrum NRW in Dortmund am Freitag, 29. Juni, stattfinden.

„Der Forschungspreis soll nicht nur exzellente Projekte der Kinderherz-Medizin auszeichnen und fördern. Wir wollen damit auch aufzeigen, wie viel Poten-



B Bauschlosserei Ehlers

Ihr Meisterbetrieb für:

Balkon-, Treppengeländer · Tore · Fenstergitter
Treppen · Vordächer · Garagentore · Reparaturen

Tel (0 23 24) **3 30 94** · www.ehlers-montage.de
Heiskampstraße 3A · 45527 Hattingen



Nasse Wände? Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

ISOTEC-Fachbetrieb Bobach

Lagerstr. 4, 45549 Sprockhövel

☎ 02339 - 929020

www.isotec-sprockhoevel.de



ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken

Zeckenschutz für Tiere

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

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

FSME-Viren in der Milch

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

Borreliose beim Hund

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

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

Wie kann ich mein Haustier schützen?

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

Borreliose-Impfung für Hunde

Hunde können gegen Borreliose geimpft werden. Das Prinzip des Impfschutzes: Der geimpfte Hund bildet Antikörper. Wird ein geimpfter Hund von einer mit Borrelien infizierten Zecke gestochen, gelangen diese Antikörper bereits während des Saugvorgangs vom Hund in die Zecke. Dort machen sie die Borrelien unschädlich und die Bakterien können nicht in das Tier eindringen. Hunde, die bereits von einer infizierten Zecke gestochen wurden, besitzen jedoch keine ausreichend schützenden Antikörper. Sie können sich daher erneut infizieren.

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

Zeckenabwehr durch Antiparasitika

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

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

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

Hausmittel gegen Zecken

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



An der Becke 14 · 45527 Hattingen
Tel. 0 23 24 - 34 44 304

Bring- und Abholzeiten
nach Terminabsprache!



Die Hundepension
in Hattingen!
Demnächst auch
mit Hundefriseur!



Die Perspektive zeigt den Vorplatz des Seniorenzentrums Emmy-Kruppke, wie er sich vom Marktplatz darstellen soll. Vor allem die Aufenthaltsqualität soll dadurch gesteigert werden.

Projekt Stadtumbau Welper Marktplatz ist das Herzstück der Planung

Verkehrsberuhigte Geschäftsbereiche, Erneuerung des Gehwegbelages, größere Baumscheiben und vor dem Emmy-Kruppke-Seniorenzentrum die Schaffung einer Vorplatzsituation, die die Aufenthaltsqualität wesentlich steigern wird - das sind einige wichtige Elemente des Herzstückes aus dem Stadtumbauprojekt Welper im Bereich Marktplatz/Thingstraße. Die Vorplatzsituation kommt sowohl den Besuchern des Seniorenzentrums als auch der Öffentlichkeit zugute. Durch Verlagerung der bestehenden Stellplätze kann die Vorplatzfläche erweitert werden. Es sind Sitzbänke zum Aufenthalt der Bewohner und der Öffentlichkeit geplant.

„Parkpflegewerk“ für den alten Gethmannschen Garten Blankenstein: Historische Grundzüge des Parks sollen wieder neu herausgearbeitet werden

Zur Sicherung der denkmalgeschützten Anlage des Gethmannschen Gartens in Blankenstein hat die Stadt Hattingen 2017 ein „Parkpflegewerk“ in Auftrag gegeben. Parkpflegewerke haben sich seit den 1980er Jahren als wirksame Strategie zur Entwicklung und Pflege historischer Gärten und Parks etabliert und gelten heute als Standard in der Gartendenkmalpflege.

Das Parkpflegewerk dokumentiert die historische und gestalterische Entwicklung eines Parks. Ziel ist es, die historischen Grundzüge des Parks herauszuarbeiten und neu in Szene zu setzen. Dazu gehören u. a. bauliche Bestandteile wie Wege, Plätze, Treppen, Brücken und sonstige Einbauten. Ein Förderantrag zur Gewährung von Zuwendungen zur Erhaltung und Pflege von Denkmälern ist gestellt worden. Die Fördermittel in Höhe von 300.000 Euro sind auf drei Jahre verteilt beantragt worden. Als Eigenmittel stehen jährlich 20.000 Euro für die Jahre 2018 bis 2020 im Haushalt zur



Der „Gethmannsche Garten“ in Blankenstein. Immer wieder hatten sich Bürger über den unschönen Zustand der alten Parkanlage beklagt. Heimat- und Bürgerverein sowie private Initiativen versuchten mit kleinen Maßnahmen und Pflanzungen das Gelände zu verschönern. Foto: privat

Verfügung. Wenn keine Fördermittel bewilligt werden, können nur Teilmaßnahmen mit städtischen Mitteln umgesetzt werden. Die Kosten der jährlichen Grundpflegearbeiten belaufen sich auf etwa 60.000 Euro, was 1.230 Ar-

Gospel & Gugelhupf

Am Sonntag, den **11. März** erwartet Sie von **15 Uhr bis 17 Uhr** im Paul-Gerhardt-Haus ein Nachmittag in besonderer Atmosphäre. Nette Gespräche bei duftendem Kaffee – unterhaltsame Musik bei erlesenen Tees – und dazu leckere Kuchen, natürlich selbstgemacht! Genießen Sie zwei Stunden bei Musik und kulinarischem Genuss. Beides servieren Ihnen die Sängerinnen und Sänger von Gospel Unlimited. Für 5 € Eintritt gibt's Tee, Kaffee und gute Musik so viel Sie mögen. Und den Kuchen erhalten Sie zu Preisen zwischen 1 € und 2,50 € je Stück – ganz nach Ihrem Geschmack und Appetit. Lassen Sie sich verwöhnen! Wir freuen uns auf Sie! Alle Einnahmen dieses Nachmittags fließen in die „Küche für Paul“! Wenn Sie für Ihre Familie oder Freunde einen Tisch reservieren möchten, können Sie dies im Gemeindebüro unter ☎ 02324-60728 gern tun!



GOSPEL & GUGELHUPF

Das Kaffee- und Kuchen-Konzert
von und mit *Gospel Unlimited*

Sonntag, den 11. März 2018
15.00 bis 17.00 Uhr
Paul-Gerhardt-Haus, Marxstraße 23,
Hattingen-Welper

Eintritt € 5

inclusive Tee, Kaffee und bekömmlicher Musik



SG Welper lädt ein:

Mitgliederversammlung

📅 Freitag, 16. März, 19 Uhr, Gesamtschule Welper

Die Mitglieder sind zu der Versammlung des Gesamtvereins herzlich eingeladen. Das Mitwirken führt zu einem funktionierenden Vereinsleben und hält unseren Sport weiterhin auf Kurs.

Expertise in den Dienst der humanitären Hilfe gestellt

Weniger Schmerzen, mehr Beweglichkeit: Ärzte aus dem evangelischen Krankenhaus helfen

Dringende medizinische Hilfe leisteten zwei engagierte Ärzte aus dem Evangelischen Krankenhaus Hattingen. Dr. Karl Schuhmann operierte in der indischen Großstadt Bangalore, Dr. Alfred Klassen im ländlichen Südsudan, im kleinen Krankenhaus von Turalei.

Sehr viele Verbrennungsfolgen operierte Dr. Schuhmann, Chefarzt der „Klinik für Plastische/Ästhetische Chirurgie und Handchirurgie“ am Evangelischen Krankenhaus Hattingen (EvK) im Januar 2018 mit einem zehnköpfigen Team der Organisation „Interplast“ im Vagus-Hospital von Bangalore. Wie in den letzten Jahren stellten die plastischen Chirurgen ihre Expertise in den Dienst der humanitären Hilfe.



Im Krankenhaus in Turalei gab es wieder viel zu tun. „Als Gynäkologe, Chirurg, Psychiater“, sagt Dr. Klassen.

„Wir waren insgesamt drei plastische Chirurgen“, erzählt Dr. Schuhmann, der auch im Bochumer Augustta eine Sprechstunde anbietet, „ein Kieferchirurg, drei Anästhesisten, eine Allgemeinchirurgin, eine Assistenzärztin sowie eine OP-Schwester.“ Alle Mediziner nutzten ihre eigenen Urlaubstage für diesen Hilfseinsatz im Süden von Indien.

Der größte Anteil der durchgeführten Operationen waren Narbenkontrakturen, die durch Hautverpflanzung behoben wurden. „Viele Menschen in Indien haben starke Verbrennungen erlitten“, sagt der Mediziner. „Durch diese Verbrennungen sind Gliedmaßen aufgrund der Schrumpfung und Vernarbung der Haut nur noch stark eingeschränkt beweglich. Mittels einer Verpflanzung von gesunder Haut an die verbrannten Stellen, stellt man die Funktion der Körperteile wieder her.“ Es handel-



Dr. Karl Schuhmann (r.) Chefarzt der „Klinik für Plastische/Ästhetische Chirurgie und Handchirurgie“ am Evangelischen Krankenhaus Hattingen, im Kreise seiner Kollegen. Er operierte mit seinem 10-köpfigen Team in der indischen Großstadt Bangalore.

te sich also nicht um ästhetische Eingriffe, sondern um die Wiederherstellung der Funktion der Körperteile, um den Patienten weniger Schmerzen und wieder mehr Bewegungsfreiheit zu schenken. Aus seinem christlichen Glauben zieht Dr. Alfred Klassen, Oberarzt in der Klinik für Chirurgie des Evangelischen Krankenhauses Hattingen, die Motivation und die Kraft für die Hilfseinsätze, die er seit Jahren macht. Sei es Mosambik, sei es Malawi. Oder, wie diesmal, der Südsudan.

Mit dem Kunden auf Augenhöhe: Social Media Marketing

Erfolgreich die Welt der sozialen Netzwerke für Ihr Unternehmen nutzen.

Zu den erfolgreichsten Kommunikationskanälen zählen zum Beispiel Facebook, Twitter oder Instagram: die sozialen Netzwerke. Über Social Media erreichen Sie Menschen persönlicher, meist in privaten Situationen: abends auf der Couch, während der Pause oder einfach nur gerade zwischendurch. Ihre Beiträge werden im Vergleich zum Werbeflyer im Briefkasten nicht direkt oder gar nicht als Werbung empfunden. Gestalten Sie Ihre Posts für die Nutzer interessant, übernehmen diese die Verbreitung, indem sie die Beiträge „teilen“ und „ liken“ und somit für den Freunde sichtbar machen – klassisches Empfehlungs-marketing.

Zudem entsteht durch „teilen“ und „ liken“ eine persönliche Bindung zu Ihrem Unternehmen. Social Media eignet sich nicht nur für den Erstkontakt mit potentiellen Kunden, sondern besonders für eine langfristige Kundenbindung. Auf keinem anderen Weg können Sie mit Nut-

zern, die ihrem Unternehmen folgen, und deren Freunden neue Produkte, Aktionen etc. so schnell kommunizieren, wie im Social Media. Daraus ergibt sich ein immenses Potential für eine kostengünstige Werbefläche. Durch das gezielte Platzieren von Beiträgen lassen sich thematisch interessierte Nutzer anlocken.

Durch die Unterstützung eines Marketingunternehmens oder einer Werbeagentur lassen sich solche Beiträge grafisch sowie inhaltlich perfekt planen. Durch Verlinkungen zu Ihrem Internetauftritt können Sie außerhalb des Social Media inhaltlich ins Detail gehen oder zum Beispiel weitere Produkte oder Dienstleistungen kommunizieren. Besonders auch regionale oder kleine Unternehmen können so eine große Reichweite erzielen.

Jan Plückelmann – einssechs Werbeagentur

Wir übernehmen Ihr

ONLINEMARKETING



eins//sechs
werbeagentur



Webdesign



Grafikdesign



Webentwicklung



Marketing

Thiestraße 7, 58456 Witten
02302 98183-10

einssechs.de

Gartenarbeiten im
März: Frühling in Sicht

Zeit des Pflanzens beginnt

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



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

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

Wie in langen heißen Sommern

Ähnlich wie in langen heißen Sommern bekommen unsere Pflanzen auch in normalen Wintern nicht ausreichend Wasser. Ist der Boden noch gefroren, scheint aber die Frühlingssonne angenehm warm vom Himmel, leiden vor allem immergrüne Pflanzen mit viel Blattwerk und Nadeln. Für das Wasser, das Pflanzen wie Bambus, Kirschlorbeer und Eiben an die Luft abgeben, bekommen sie aus dem gefrorenen Boden zu wenig Nachschub. Es droht daher nicht der Tod durch Erfrieren, sondern durch Vertrocknen. Der aufmerksame Gärtner sollte daher die Feuchtigkeit im Boden im Auge behalten und bei Bedarf wässern. Grundlegend für ein gutes Wachsen und Gedeihen der Pflanzen ist natürlich die Beschaffenheit des Bodens selbst.



Die durch den Winter meist verdichtete Erde wartet darauf, durch Umgraben und Harken aufgelockert und gleichzeitig durch das Einbringen von Kompost ge-

**Bommerholzer
Baumschulen**

Starten Sie mit uns in den

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

Beste Qualität und fachliche Beratung sind in unserer Baumschule selbstverständlich!



Bommerholzer Str. 98 • 58456 Witten-Bommerholz

Tel.: 0 23 02/ 66 05 0 • Fax: 0 23 02/ 7 13 30 • Mo.-Fr. 8-18 Uhr • Sa. 8-14 Uhr

Internet: www.bommerholzer-baumschulen.de

...viel mehr Natur erleben!

Frühling!



düngt zu werden. Den Kompost am besten vor dem Umgraben flächig auf den Boden auftragen. Die Pflanzen ziehen aus dem so verbesserten Boden wichtige Nährstoffe für ihr Wachstum und danken es mit Blüten und Früchten. Auch der Rasen freut sich über eine gute Belüftung, wenn er im März vertikutiert wird. Frische Blumenerde gibt auch den Zimmerpflanzen neue Lebensfreude.

In einem Eierkarton vorgekeimt

Ist der Boden dauerhaft frostfrei, können Hecken neu gepflanzt werden. Kartoffeln sollten an einem hellen, luftigen Ort mit Temperaturen zwischen 10 und 20 Grad zum Beispiel in einem Eierkarton vorgekeimt werden, bis sich grüne oder rötliche Keime von ein bis zwei Zentimeter Länge gebildet haben. Die Zeit ist außerdem reif für die Aussaat von Möhre, Radies, Rettich, Spinat und Küchenkräuter. Auch Blumenkohl, Brokkoli, Kohlrabi und Kopfsalat können unter einem Gemüservlies in die Erde. Übrigens: Der gleiche Schutz verkürzt die Erntezeit von Erdbeeren um bis zu einer Woche.

dx



Wir haben Sie alle!
Und den Service dazu.



GUTBROD

ARS

ECHO
Motorgeräte

Flymo

solo



JOHN DEERE

CRAMER



PÖSCH
LEIBNITZ

MTD
For A Growing World

STIHL

Husqvarna

SABO

Besuchen Sie uns!

G. Dammertz
Motor- und Gartengeräte

Wittener Straße 192
45549 Sprockhövel-Hiddinghausen
Telefon (0 23 39) 45 17





Erledigungen aller Formalitäten
Kostenlose Vorsorgeberatung

Winzermarkstraße 74
45529 Hattingen
Telefon 0 23 24 - 4 30 15

Ihr Ansprechpartner: D. Werwer

IN WÜRDE ABTRETEN IST EIN LEGITIMER WUNSCH.

Eine Bestattungsvorsorge hilft dabei.
Ich berate Sie persönlich dazu.

Auf dem Haidchen 42
45527 Hattingen-Welper

RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA.

Tel. 0 23 24 - 64 95

BESTATTUNGEN
Triestram

www.triestram-bestattungen.de

Moderne Gestaltungsideen

Grabbepflanzungen für den Frühling

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



Blühenden Stauden eine Alternative sein zu immergrünen Pflanzen.

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

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

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

Daten zum Notar bringen

Schritt hin zu einem digitalen Nachlass

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

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

Grundsätzlich gehören Verträge zum Erbe

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

Was mit Verträgen und Nutzerkonten passiert

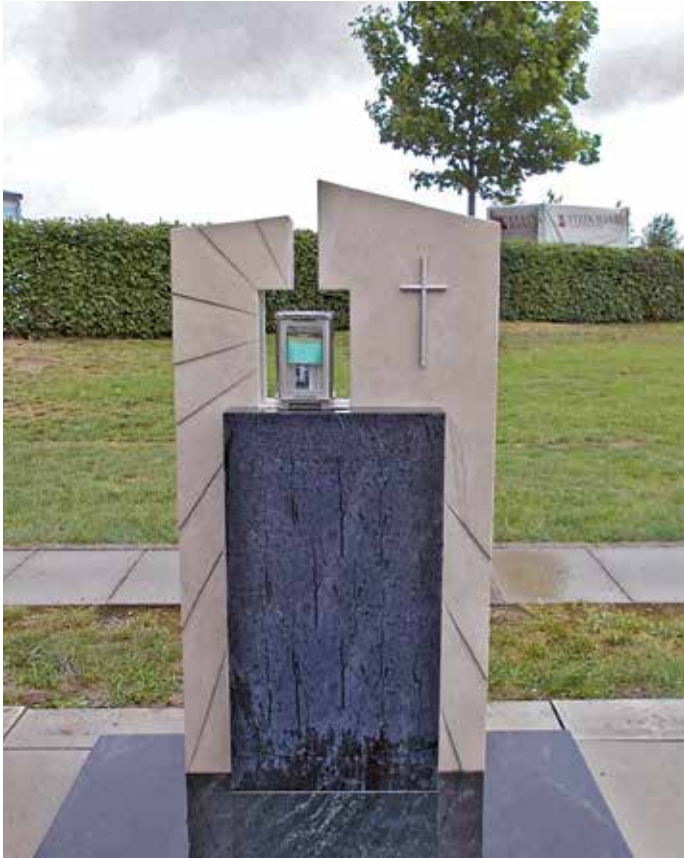
„Sterbegeld Plus“ der „LV 1871“ nimmt den Erben einen großen Teil der Arbeit ab. In digitalen Nachlassplanern lassen sich die Verträge, Online-Nutzerkonten und Mitgliedschaften digital verwalten. Einmal angelegt, können Kunden selbst entscheiden, was im Fall der Fälle mit den Verträgen und Nutzerkonten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

akz-o



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

Foto: LV1871/akz-o



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

Grablicht im Stein integriert

Meistens traditionelle Bestattung gewünscht

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

In vielen deutschen Städten gibt es alte Friedhöfe, deren Besuch zeigt, wie vielschichtig die Form der Bestattung ist. Auch die Grabsteine legen ein Zeugnis über den Geschmack im Wandel der Zeit ab. Waren früher schlicht die persönlichen Daten des Verstorbenen dort eingraviert, wird heute viel mehr Wert auf Individualität gelegt. Gerade der Grabstein gibt den Hinterbliebenen die Möglichkeit, weiterhin auf ganz besondere Weise an den Verstorbenen zu erinnern. Immer mehr Menschen legen bei einer Bestattung hohen Wert auf das Besondere. 2013 wurde „Rokstyle – für immer schön“, das erste Fashionlabel für Grabsteine, gegründet. Der Inhaber hat zuvor ein Jahr lang seine Zeit in sämtliche Vorbereitungen, Designs, Markenanmeldungen und alle notwendigen Maßnahmen investiert. Von Bronzeemblem über Swarovski-Steine bis hin zu Glasintarsien: Die neue Generation von Grabsteinen bietet eine ausdrucksstarke Ästhetik und höchste Qualität.



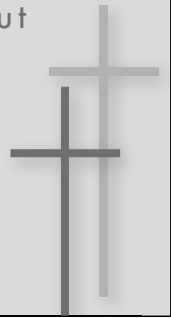
Claudia Pluta
Bestatterin

Sinzel

Beerdigungsinstitut

*Der letzte Weg
in guten Händen.*

Hüttenstraße 6 · 45525 Hattingen
Telefon 0 23 24 / 20 28 49
www.bestattungen-sinzel.com



Blumenhaus Willi Grotthaus

GARTENBAU UND FRIEDHOFSGÄRTNEREI

Inh. Reinhard Grotthaus

Rosental 23 · 45525 Hattingen · ☎ 0 23 24 / 234 88
Friedrichstr. 38 · 45525 Hattingen · ☎ 0 23 24 / 532 81
Fax: 0 23 24 / 230 89



Überprüfter Fachbetrieb
Friedhofsgärtnerei

Ihre persönliche Hilfe
im Trauerfall

Bestattungen
STANGOHR

Katrin Stangohr

Wenn Ihnen in der Zeit der Trauer
Menschlichkeit auch beim Bestatter wichtig ist -

Ich bin gerne für Sie da.

Tag und Nacht 0 23 24 / 99 06 18 9

www.bestattungen-stangohr.de

Unverbindliche und kostenfreie Beratung
zur Bestattungsvorsorge

Bochumer Straße 63 45529 Hattingen

Damit entfällt das lästige Bücken

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

BESTATTUNGEN SCHWIESE

- Kompetente Hilfe
in allen Fragen der Bestattung
- Vorsorgeberatung
- Tag und Nacht dienstbereit

Marxstraße 70 b
45527 Hattingen
Tel. 0 23 24 - 6 05 15
Fax 0 23 24 - 6 03 07

Studienkreis
 Die Nachhilfe



Die Profi-Nachhilfe in Hattingen!

Besser ist besser.

Jetzt GRATIS testen!

Studienkreis Hattingen • Inh. Lars Friedrich
 Obermarkt 4/Nähe Treidelbrunnen • Tel. 02324/28153

**LWL-Industriemuseum
Henrichshütte**



Geöffnet Di.-So. sowie an Feiertagen
 10 – 18 Uhr, letzter Einlass 17 Uhr.

LWL-Industriemuseum



Motiv Hochofen 1987-2017

Fotografien von Berthold Socha
Ausstellung bis zum 2. April 2018

Foto-Ausstellung bis Mo. 2.4.
„Ende der Schonzeit“
 Horst Dieter Zinn in Hattingen 1987 – 2017. Der renommierte Hamburger Fotograf Horst Dieter Zinn war 1987 in seine alte Heimat Ruhrgebiet zurückgekehrt, um während der Zeit des Widerstandes gegen die Stilllegung der Henrichshütte eine Fotoreportage zu erstellen. Henrichshütte Hattingen.

Fr. 2.3. 19 Uhr
Whisky-Tasting:
„Das flüssige Gold Schottlands“
 Max. 25 Personen, Anmeldung bei Hartmut Kreienbrock unter whiskytreff@email.de – LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Fr. 2.3. 15 – 16 Uhr
„Schnabbeldiplap“
 Bilderbuchkino mit digitalem Spielspaß. „Schnabbeldiplap“ von Günther Jakobs: „Buhuuuh! - Ich will nicht ins Wasser“, brüllt Emil Ente. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Fr. 2.3. 18 Uhr – Eintritt frei
Ausstellungseröffnung
„Platz da! Wir machen Stadt!“
 Ein Ausstellungsprojekt mit Hattinger Kindern und Jugendlichen. Stadtmuseum Marktplatz 1-3, HAT-Blankenstein.

Sa. 3.3. – Fr. 9.3. – ganztägig
10. Hattinger Kinder- und Jugendbuchwoche
 „Lesen bewegt“ Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Sa. 3.3. 20 Uhr
Musical Highlights 2018
 Große Gefühle – tolle Stimmen – beste Unterhaltung. Weitere Informationen unter www.musikveranstaltungen.de. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Sa. 3.3. 10 Uhr
Krötenzaun 2018 – Mitmachaktion
 Errichten und Betreuung eines Amphibienschutzzaunes. BUND-Wiese neben Landgasthaus Huxel Felderbachstraße/ Am Schnüßer, HAT-Elfringhausen. vhs Hattingen, Marktplatz 4, Tel.: (02324) 204-3511 / 204-3512 / 204-3513.

Sa. 3.3. – So. 29.4. 15 – 18 Uhr
Platz da! Wir machen Stadt!
 Ein Ausstellungsprojekt mit Hattinger Kindern und Jugendlichen. Stadtmuseum Marktplatz 1-3, HAT-Blankenstein. Eintritt frei.

Sa. 3.3. 17 Uhr – Eintritt frei
„Klein – aber oho!“
 Konzertpodium für die jüngsten Musikschüler. Hier präsentieren sich die Unter- und Mittelstufenschüler. Ab einem Jahr Unterrichtserfahrung können die Kleinsten die Bühne erklimmen, aber auch Schüler bis zu einem Alter von etwa 12 Jahren stellen ihr Können unter Beweis. Lautstarke Unterstützung ist erlaubt. Altes Rathaus, Untermarkt 9, HAT.

So. 4.3. 11.15 Uhr
Philosophisches Café

Sören Kierkegaard, Vereinzelung und Furcht. Altes Rathaus, Untermarkt 9, HAT. Veranstalter: vhs Hattingen

Mo. 5. 3. 19 Uhr
 Christoph Reuter liest:
„Maryam A. Mein Leben im Kalifat. Eine deutsche IS-Aussteigerin erzählt“.
 vhs Förderverein in Kooperation mit der Gleichstellungsstelle Hattingen, Altes Rathaus, Untermarkt 9, HAT.

Mi. 7.3. 18 – 20 Uhr
Saskia Louis: „Das Vermächtnis der Engelssteine“
 Die Hattinger Autorin Saskia Schalkwijk hat unter ihrem Pseudonym Saskia Louis ihren ersten Fantasy-Roman geschrieben. Und alle Buchbewertungen in den Literaturportalen sehen gleich aus: 5 Sterne. Eine Veranstaltung im Rahmen der „10. Hattinger Kinder- und Jugendbuchwoche“ Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Fr. 9.3. 10.30 – 12 Uhr
Rollende Bürgersprechstunde
 Bürgermeister Dirk Glaser und sein Team sind mehrmals im Jahr unterwegs, um einfache Dienstleistungen, Vordrucke und Info-Material der Stadtverwaltung vor Ort anzubieten. Anregungen und Beschwerden werden ebenfalls entgegengenommen. Freitag, 9. März 10.30 – 12.00 Uhr, Marktplatz Welper.

Fr. 9.3. 15 – 16 Uhr
Experimente mit den Laborfüchsen.
 Ganz einfach schau! Luft bewegt! Unter Anleitung von Kolja Bruch gehen Kinder beim Experimentieren den Geheimnissen der Luft auf den Grund. Für Kinder zwischen 5 und 10 Jahren. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Fr. 9.3. 15 Uhr – Eintritt frei
St. Georgs-Konzert: Kinder-Orgelkonzert
 Wie die Seegurke in die Orgel kam. Mit Musikpädagogin Tatjana Pereswetow, St. Georgs-Kirche, Kirchplatz Altstadt, HAT.

Fr. 9.3. 19.30 Uhr
„Alle reden über's Wetter – wir auch!“
 Konzert der Jungen Hattinger Sinfoniker (Kreissinfonieorchester EN). Die Hattinger Sinfoniker überraschen uns diesmal mit Werken von u. a. Ludwig van Beethoven, Jean-Féry Rebel und Ralph Vaughan Williams sowie Filmmusik aus „The Wizard of Oz“. Gesamtschule Hattingen, Marxstr. 99, HAT-Welper.

Fr. 9.3. 20 Uhr
„Die Flotten Locken“
 laden zur ersten Hattinger „Singsausel“. Die zwei schrägen Vollblutmusiker laden zum „Singen im Rudel“ ein. Das Publikum wird dank Live-Begleitung und Projektion der Texte auf Leinwand lebender Teil eines einzigartigen Abends. „Singen macht

glücklich!“ wissen die beiden Musiker und werden für ordentlich Stimmung sorgen, wenn die besten Gassenhauer der letzten Jahrzehnte aus Rock, Pop, Schlager, Mundorgel gemeinsam angestimmt werden. Die Flotten Locken: Henning Leise, Gitarre, Gesang Philipp Kersting, Keyboard. Altes Rathaus, Untermarkt 9, HAT.

Fr. 9.3. 19 Uhr
Whisky-Tasting:
„Das flüssige Gold Schottlands“
 Max. 25 Personen, Anmeldung bei Hartmut Kreienbrock unter whiskytreff@email.de LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Fr. 9.3. 15 – 21 Uhr & Sa. 10.3. 12 – 20 Uhr
10. Whisky'n'more
 Publikums- und Fachmesse zum Thema Whisk(e)y. Weitere Informationen unter www.whiskynmore.de. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Sa. 10.3. 10 – 14 Uhr – Eintritt frei
17. Hattinger Gesundheitstag
 Schmerzfrei in Hattingen. Rathaus, Rathausplatz 1, HAT.

Sa. 10.3. 15.15 Uhr
Tango Argentino für Paare
 Schnupperworkshop für absolute Beginner, Anmeldung erforderlich! (1852210E) Bitte nur Paarweise anmelden! HAZ (Seminarraum), Am Walzwerk 17-19, HAT. Veranstalter: vhs Hattingen, Marktplatz 4, Tel.: (0 23 24) 204-3511.

Sa. 10.3. 19.15 Uhr
St. Georgs-Konzert: Toccata...
 ...und andere Orgelschlagereien, Michael Goede, Orgel. Roetzel-Orgeltage VWK: Hattingen Marketing, Haldenplatz Fon: 02324-204-3511. St. Georgs-Kirche, Kirchplatz Altstadt, HAT.

So. 11.3. 7 Uhr
Dingdener Heide und Moorfrösche im Woldse Venn
 Vogelkunde-Exkursion, Anmeldung vor Ort. (Es werden Fahrgemeinschaften gebildet.) Treffpunkt: Rathaus, Roonstraße, HAT. vhs Hattingen, Marktplatz 4, Tel.: (0 23 24) 204-3511 / 204-3512.

So. 11.3. 11 Uhr
Grüne Hütte
 Wasserwege im Wandel. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Di. 13.3. 15 – 16 Uhr
Sozialrechtliche Beratung
 BDH-Kreisverband Ennepe-Ruhr, Hr. Siegfried Bunte. Rathaus Hattingen, Rathausplatz 1, 2. Obergeschoss, HAT.

Di. 13.3. 19.30 – 22 Uhr – Eintritt frei
Bücherfrühling
 Kurz vor der diesjährigen „Leipziger Buchmesse“ können Hattinger Literaturfreunde besonders interessante Belletristik und Sachliteratur der Saison kennen lernen. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Mi. 14.3. 13.30 Uhr

Brot und andere Backwaren

Bäcker Peter in Essen. Exkursion – Anmeldung erforderlich! 1851241E. Treffpunkt: Peter Backwaren (am Empfang) Zur Schmiede 13, Essen, vhs Hattingen, Marktplatz 4, Tel.: (0 23 24) 204-3511 / 204-3512.

Mi. 14.3. 19 Uhr – Entgeltfrei

ElternTreffen

Informieren und diskutieren. Kinderosteopathie, eine sanfte Behandlung für mein Kind. Kooperation mit dem „Hattinger Bündnis für Familie“. Altes Rathaus, Untermarkt 9, HAT.

Do. 15.3. 19 Uhr – Eintritt frei

„Wenn intelligente Kinder Schulprobleme haben“

Heutiges Thema: „Schule ist doof“: Wenn man die eigenen „PS“ nicht auf die Straße bringt – Schulfrost verstehen, mentale Handbremse erkennen, Lösungen finden. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Fr. 16.3. 19 Uhr

„Schottischer Abend“

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

Fr. 16.3. 19 Uhr

Whisky-Tasting:

„Das flüssige Gold Schottlands“

Max. 25 Personen, Anmeldung bei Hartmut Kreienbrock unter whiskytreff@email.de LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Sa. 17.3. 10 – 14 Uhr – Eintritt frei

„Ranzenparty“

mit der Verkehrs-Puppenbühne und weiteren wertvollen Informationen für lernbegierige Schulanfänger und aufmerksame Eltern. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT

Sa. 17.3. 10 – 14 Uhr – Eintritt frei

Bücherflohmarkt

Die Mitglieder des „Freundeskreises der Stadtbibliothek Hattingen e.V.“ stehen wieder bereit, um den schon gewohnten Ansturm der Schnäppchenjäger zu bewältigen. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT.

Sa. 17.3. 10 Uhr

Versuch macht klug!

Der Workshop für die ganze Familie NUR telefonische Anmeldung möglich! vhs-Räume (Pavillon 1), Lessingstr. 10, HAT. vhs Hattingen, Marktplatz 4, Tel.: (0 23 24) 204-3511 / 204-3512.

Sa. 17.3. 10 Uhr

Amphibien in Hattingen

Eine anschauliche Vorstellung und Bestimmung heimischer Lurche. BUND-Wiese neben Landgasthaus Huxel Felderbachstraße/Am Schnüber, HAT-Elfringhausen. vhs Hattingen, Marktplatz 4, Tel.: (0 23 24) 204-3511.

So. 18.3. 15 – 17 Uhr – Eintritt frei

Familiennachmittag im Stadtmuseum

Thema: Stadtdetektive – Straßen, Plätze, Lieblingsorte. Stadtmuseum, Marktplatz 1-3, HAT-Blankenstein Tel. (02324) 204 3521.

So. 18.3. 11 – 16 Uhr

Jomo's Lego- und Playmobilbörse

LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Di. 20.3. 15 Uhr

Hexenkuss und Zaubermus

Theaterspiel, Witten. Für Menschen ab fünf Jahren. Stadtmuseum Hattingen - Veranstaltungssaal-, Marktplatz 1-3, HAT.

Fr. 23.3. 15 – 16 Uhr

Vorlesen mit digitalem Spielspaß

„Helma legt die Gockel rein“ von Ute Krause und Dorothy Palanza: Für Kinder ab 4 Jahren. Karten ab Freitag, den 16. März 2018. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, HAT. Tel. 204 3555.

Fr. 23.3. 21 Uhr – Eintritt frei

Fußball + Musik

für alle und jeden ab 14 Jahren. FUM-Night, Sporthalle, Marxstraße 99, HAT.

So. 25.3. 11 – 16 Uhr

„Frauenkram“

Secondhand-Modemarkt für Frauen. Infos unter www.frauenkram.land. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Mi. 28.3. 19 Uhr – Eintritt frei

Filmabend:

„Alles ist erleuchtet“

(USA 2005, Drehbuch: J. S. Foer, Regie: Liev Schreiber, FSK 12). Mit Elijah Wood und Eugene Hütz. Ein Sammler findet ein Foto: „Trachimbrod 1940“ steht auf der Rückseite. Er begibt sich auf die Suche nach dem Dorf in der Ukraine, in der Annahme, die Frau auf dem Foto sei eine Freundin seines Großvaters gewesen. Es beginnt eine absurd verzwickte Reise auf der Suche nach der Frau – gibt es den Ort noch? LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Fr. 30.3. bis 23 Uhr

Nachtschicht

Um 20 Uhr Vollmondführung für Erwachsene mit Fackeln (sofern das Wetter es zulässt). LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, HAT.

Alle Angaben ohne Gewähr,

Änderungen vorbehalten.

Weitere Infos z.B. unter:

www.lwl.org

www.lwl-industriemuseum.de

www.kulturforum-witten.de

www.werk-stadt.com

www.hattingen.de

www.vhs.hattingen.de

www.westfalenhallen.de

LWL-Industriemuseum | Westfälisches Landesmuseum für Industriekultur



Jetzt anmelden!

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

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

www.lwl-industriemuseum.de

Sparkasse Hattingen AVU... PROVINZIAL

LWL
Für die Menschen
in Westfalen-Lippe

Image Nächster
Erscheinungstermin:

Mittwoch, 28.3.2018
Anzeigenschluss: Freitag, 16.3.2018

Image

Titelbild: Baustelle neues Verwaltungs- und Betriebsgebäude der Stadtwerke Hattingen

Herausgeber: Monika Kathagen, Thiestraße 7 • 58456 Witten

Verlag und Redaktion: Kathagen-media press
E-Mail: uk@kamk.de, www.image-witten.de **0 23 02/98 38 980**

Anzeigen und Redaktion: B. Bohnen-Danz, S. Bützler, M. Dix, C. Hamacher, M.+U. Kathagen, U. Lindner, J. Meckler, Dr. Anja Pielorz, R. Schletter, T. Strehl (Es gilt die Verlagsanschrift)

Verteilung: SDW Prospektwerbung, Bochum

Druck: Lensing Druck GmbH & Co. KG, Dortmund

Erscheinungsweise und Auflage:
Monatlich, kostenlos, Auflage 23.500 Exemplare. Haushaltsverteilung u.a. in Zentrum, Welper, Blankenstein, Holthausen, Winz-Baak, Niederwengern, Niederbonsfeld und z. T. Bredenscheid.

Es gilt die Preisliste Nr. 4 vom 1.12.2017. Die vom Verlag gestalteten Anzeigen und Texte bedürfen zur Veröffentlichung in anderen Medien der schriftlichen Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingereichtes Bild- und Textmaterial usw. übernimmt der Verlag keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

HAMMERTALER BAUSTOFFE

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

ab
5⁹⁵
pro Sack



Pinienrinde 70 L



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



Rosenschere

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

13⁹⁵
pro Stück



16⁹⁵
pro 5kg Sack

Rasafloer Rasendünger

Ihr Rasenteppich - dauerhaft dicht, grün und
strapazierfähig

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

ab
8⁹⁵
pro Flasche

Hotrega Reiniger

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



Dauertiefpreis

2²⁹
pro Sack

Blumenerde 45L



Werkzeuge aller Art



Baumaschinen Vermietung

Professionelle Kubota Baumaschinen
zu fairen Mietpreisen.



Hammertaler Baustoffe GmbH
Im Hammertal 99a
58456 Witten

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

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

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

Internet:
www.hammertaler-baustoffe.com

Unser Lagerprogramm

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