

ImageSprockhövel

MONATSMAGAZIN FÜR SPROCKHÖVEL UND UMGEBUNG



Saisoneröffnung des Sprockhöveler Freibades am 1. Mai. Lesen Sie auch den Bericht zum 25jährigen Bestehen des Fördervereins Freibad auf Seite 8. Foto: Dr. Anja Pielorz

WEBSEITE EINFACH SELBST PFLEGEN?



Webdesign



Grafikdesign



Webentwicklung



Marketing

eins//sechs
werbeagentur

📍 Wasserbank 9, 58456 Witten
☎️ 02302 98183-10 🌐 www.einssechs.de

Schnell, zuverlässig,
einfach in der
Bedienung.

www.einssechs.de



Liebe Leser,
warum schaden wir uns eigentlich selber? Was, Sie nicht!? Doch, tun wir – auf irgendeine Art. Warum das so ist, lesen Sie in dieser Ausgabe. Hier gehen die Meinungen auseinander: Die einen rufen „Wahnsinn!“, die anderen erstarren in Bewunderung, wenn Sie hören, dass jemand Gipfelerlebnisse auf Bergen sammelt wie andere Briefmarken im Album. Hat Sven Kortmann einen Schaden, gar einen Dachschaden, wenn er ganz nach oben will? Bodennäher geht's bei den Naturschützern von „NaWit“ zu. Sie betreiben Schadensbegrenzung, indem sie die Ausbreitung der giftigen Herkulesstaude eindämmen, eine Aufgabe, deren Ausmaß dem Namen der Staude gerecht wird. Und nun zu was Angenehmen: zu Biergärten. Demnächst gibt's wieder mehr Freizeit als üblich. Pfingsten und der Brückentag nach Fronleichnam laden ein, über Ausflüge nachzudenken. Antworten können Sie nachlesen auf unseren Themenseiten mit den schönsten Biergärten in der Umgebung. Vom Lokal zum Lokalen, ein Festreigen: „Extraschicht“; Kemnade steht mal wieder in Flammen; Freibaderöffnung zum 25sten. Die Hoffnungsflotte sticht in See; Streuobstwiesen sind ein „unglaublicher Naturschatz“; über das Alter der Haut; wie Bademoden können auch Fliesen einem Trend unterliegen.



Thomas Dell

Urlaub von der Pflege
24h-Betreuung zuhause

PROMEDICA PLUS



Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Daniela Thiel

PROMEDICA PLUS Ennepe-Ruhr-Nord
Postfach 3104 | 58422 Witten-Herbede
Tel. 02302 17 90 259
ennepe-ruhr-nord@promedicaplus.de

Aktuelles vom Straßenbau

Das Land investiert weiter in den kommunalen Straßenbau. Im Haushalt 2019 hat der Landtag von Nordrhein-Westfalen die Gesamtzuwendung für die kommunale Straßenbauförderung von 115 Millionen Euro in 2018 auf 145 Millionen Euro deutlich angehoben. „Wie versprochen richtet das Land in Regierungsverantwortung von FDP und CDU die Verkehrspolitik im Land weiter neu aus. Wir begrüßen, dass damit auch kommunale Bauprojekte im Ennepe-Ruhr-Kreis gefördert werden. Die Fördersätze für 2019 sind so erhöht worden, dass Kreise, Städte und Gemeinden des Landes noch stärker als bisher entlastet werden“, betont Bodo Middeldorf, FDP-Landtagsabgeordneter und verkehrspolitischer Sprecher der FDP-Landtagsfraktion von NRW. Das Jahresförderprogramm enthält 144 Baumaßnahmen mit einem Volumen von mehr als 250 Millionen Euro. So kann jetzt mit 240.000 Euro in Sprockhövel die Erneuerung der Löhener Straße (Verbindung L 70 und K 33, 2. BA) realisiert werden.

Ausbau Gewerbestraße

Seit Anfang Mai werden hier Fahrbahn, Borde, Gehwege und die Straßenbeleuchtung in mehreren Teilabschnitten erneuert. Im jeweiligen Abschnitt werden Fahrbahn, Rinnen, Borde und Gehwege vollständig errichtet. Ein vorsichtiges Passieren des Baubereichs ist möglich. Anschließend erfolgt in jedem Abschnitt der Einbau der unteren beiden Asphalt-schichten. Dies ist nur mit einer Vollsperrung, ohne Durchfahrtsmöglichkeit, machbar. Die Baumaßnahme wird voraussichtlich bis Anfang August andauern. Für eventuelle Unannehmlichkeiten und Behinderungen durch die Arbeiten bittet die Stadtverwaltung um Verständnis.



600 Euro für Frauenhaus
Die Ehrenamtlichen übergaben eine Spende in Höhe von 600,- € an das autonome Frauenhaus Ennepe-Ruhr. Die Sozialarbeiterin des Frauenhauses Britta Kirsch nahm diese Spende gerne in Empfang und erzählte ausführlich über die Verwendung des Geldes. In Kooperation mit dem „Carlinenhof“ am Hasenberg werden die Kinder zusammen mit ihren Müttern an das Reiten herangeführt. Die Kinder lernen dabei viel über das Wesen und den Umgang mit Pferden. Sie werden durch die Reitlehrerin, Frau Nicole Menger-Goltz, sowohl pädagogisch als auch therapeutisch begleitet. Frau Kirsch berichtete von einem Mädchen, das während des Aufenthaltes im Frauenhaus nicht gesprochen hatte. Auf dem Pony löste sich die verspannte Haltung und das Mädchen fing an zu summen und zu singen. Die Therapien auf dem Carlinenhof werden von den Spendengeldern finanziert und bieten sowohl den Kindern als auch den Müttern einige sorgenfreie Stunden. Diese Spendengelder für Kinder in Sprockhövel sind bei der 8. Aktion „Weihnachtswunschbaum“, die von der Freiwilligenbörse organisiert wird, übrig geblieben. Auch in den Vorjahren konnten soziale Einrichtungen, die sich um Sprockhöveler Kinder kümmern, bedacht werden.

Alzheimer Gesellschaft

Sprechstunde: Mo., 24. Juni, 16.30 – 17.30 Uhr
mit Pia Grebe (Diplom-Sozialarbeiterin u. Geschäftsstellenleiterin)
Freiwilligenbörse, Dorfstraße 13, Sprockhövel-Haßlinghausen.
„Man kann mit allen Fragen rund um die Themen ‚Vergeßlichkeit‘ oder ‚Alzheimer Erkrankung‘ zu mir kommen“, bewirbt Grebe dieses Angebot. „Die Sprechstunde ist als erste Anlaufmöglichkeit gedacht, wenn sich ein Angehöriger plötzlich verändert hat und deshalb viele Fragen auftauchen. Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch anonym.“ Eine Anmeldung ist nicht nötig, erspart aber ggf. Wartezeiten. Der Raum ist barrierefrei zu erreichen.

JeKits – Abschlusskonzerte

Zum Schuljahresende finden die Abschlusskonzerte der Kinder, die am Programm „JeKits – Jedem Kind Instrumente, Tanzen, Singen“ an den Grundschulen in Sprockhövel teilgenommen haben, statt. Die JeKits-Kinder werden dort ihr Können in kleinen Instrumentalgruppen und Orchestern präsentieren.
Dies sind die Termine der diesjährigen Konzerte:
➤ **Grundschule Börgersbruch: Mittwoch, 26. Juni, 18 Uhr**
im Forum der Grundschule
➤ **Grundschule Gennebreck: Freitag, 28. Juni, 16 Uhr**
im Musikraum der Grundschule
➤ **Grundschule Haßlinghausen: Montag, 1. Juli, 17 Uhr**
in der Pausenhalle der Grundschule
Eltern, Großeltern und Freunde dürfen sich auf abwechslungsreiche Konzerte freuen. Der Eintritt ist frei.

Ferienpaß-Programmheft fertig

In den letzten zweieinhalb Ferienwochen gibt es ein täglich wechselndes Veranstaltungsangebot. Hier finden sich sowohl Ausflüge in Freizeitparks wie z.B. in den Movie Park oder zum Fort Fun als auch örtliche Angebote wie z.B. die Kinder-Ferien-Küche, ein Natur-Erlebnis-Tag oder ein Schnupper-Angeln beim ASV Sprockhövel. Für jüngere Kinder gibt es Ausflüge in den Maximilianpark und zur Freilichtbühne Heessen in Hamm, in den Erlebnispark Gevelsberg, und zum Erlebnisbauernhof IRRLAND in Kevelaer. Auf sportlich interessierte Kinder und Jugendliche warten Ausflüge in die Trampolinhalle Jumpkravt, in die Strandsporthalle Blue Beach, ein Ausflug in den Kletterwald nach Wetter und eine Abenteuerführung in der Kluterthöhle. Die Anmeldungen für die Tagesangebote werden am Montag, den 24. Juni, von 16.30 bis 18.30 Uhr in den Jugendzentren Haßlinghausen (Geschwister-Scholl-Straße 8) und Niedersprockhövel (Eickerstraße 23) entgegengenommen. Eine tolle Ergänzung findet das städtische Programm durch die zahlreichen Angebote von Kirchengemeinden, Vereinen und weiteren Anbietern, die ebenfalls in dem Heftchen vorgestellt werden und bei denen sportliche und kreative Aktivitäten im Vordergrund stehen. Das komplette Programmheft als pdf-Datei: <https://www.sprockhoevel.de/rathaus/jugend-schule/freizeitangebote/>.

i Dieser Image-Ausgabe ist im Verteilgebiet Sprockhövel und Umgebung eine Beilage der FDP beigelegt. **Wir bitten um Beachtung.**



Alabdallah Rim: „Arme und Reiche haben das gleiche Ziel, das Glas Wasser am Abend“

Ramadan endet am 4. Juni mit Zuckerfest

Seit dem Abend des 5. Mai fasten weltweit gläubige Muslime und begehen damit vier Wochen lang den Fastenmonat „Ramadan“. In dem neunten Monat des islamischen Mondkalenders wurde den Gläubigen nach der Überlieferung der Koran herabgesandt. Nach dem „Opferfest“ gilt der „Ramadan“ als zweithöchster islamischer Feiertag. Mit dem täglichen Sonnenaufgang beginnt das Fasten, das erst nach dem Untergang der Sonne wieder gebrochen werden darf. In der Zwischzeit verlangt der Glaube, dass nicht gegessen, getrunken oder geraucht werden darf und auch Sex bleibt in der Zeit außen vor. „Das Fasten im Ramadan senkt bei uns Menschen die Erwartungen an das, was wir besitzen wollen, nämlich Wasser und Essen“, erklärt Alabdallah Rim. Ausgenommen sind schwangere Frauen und stillende Mütter, Frauen während der Dauer ihrer Menstruation, Kranke, deren Gesundheit durch das Fasten möglicherweise beeinträchtigt werden würde, Reisende während der Fahrt, alte Männer und Frauen und Kinder, die noch nicht in der Pubertät sind sowie geisteskranken Menschen. Zum Teil soll dieser Personenkreis das Fasten nachholen. Der Ramadan endet in diesem Jahr am Abend des 4. Juni mit dem dreitägigen Fest des Fastenbrechens, „Id al-Fitr“, auch „Zuckerfest“ genannt. Es steht ganz im Zeichen der Familie. Die Gläubigen besuchen ihre Verwandtschaft und die Kinder bekommen viele Süßigkeiten – worauf der Name des Zuckerfestes zurückzuführen ist. dx

Simone Boecker
Pflege & Hilfe zu Hause
Bredenscheider Str. 139 • 45527 Hattingen

Ihr persönlicher Pflegedienst für Hattingen und Sprockhövel

- Hilfe bei Pflegebedürftigkeit
- Hilfe und Anleitung bei Demenz
- medizinische Pflege
- hauswirtschaftliche Pflege

Ihr Beratungstelefon: 023 24 / 9 02 35 23 (24 Std. erreichbar)

WeltKüR
Eine Reise durch die Küchen der Welt

Wohnzimmer-Restaurant
Catering • Kochschule
Workshops

Nicole Haack
Enthusiastische Amateurröckin
Marxstraße 65 | 45527 Hattingen
Mobil: 0159 06014892
info@weltkuer.de | www.weltkuer.de

GuFiT
TSG Sprockhövel 1881
Gesundheits- und FitnessTREFF

**Kraftfitness • Bewegungskurse
Rehabilitation • Prävention
Entspannung • Ernährung**

Im Baumhof 15 + Hauptstrasse 19,
45549 Sprockhövel
Tel. 0 23 24 / 74 774
www.gufit.de

KOSMETIK OASE
Beauty & Fashion
Inh. Christiane Dombrowski
Ihre Kosmetikerin seit 26 Jahren!

Permanent Make up
Augenbrauen ~~299,-~~
Lippenpigmentierung ~~299,-~~
Lidstrich ~~199,-~~

Kick off!
Mikrodermabrasionsbehandlung inkl. Dekolleté **59,-**

Frühlingsangebot -20%

Wuppertaler Straße 35 • 45549 Sprockhövel • Tel. 0 23 24 / 7 34 65
Öffnungszeiten: Mo., Di., Mi., Fr. 8.00-18.00 Uhr • Do. 8.00-15.00 Uhr • Sa. 10.00-13.00 Uhr
Auch ab 7.00 Uhr oder nach 18.00 Uhr Termine nach Vereinbarung!

Sondermann's
Zur Bergeshöh
DAS ETWAS ANDERE LANDGASTHAUS

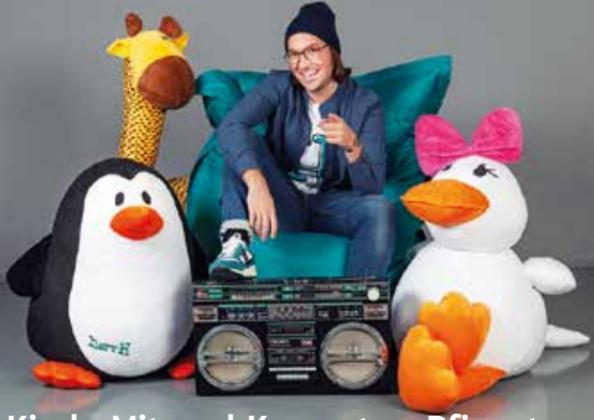
Brunchtermine (Brunch von 11.00 Uhr bis 16.00 Uhr)
9. Juni - Pfingstbrunch - • 23. Juni

Nachmittags: Kaffee, Kuchen, Waffeln

Wir machen Betriebsferien vom 24. Juni bis zum 18. Juli 2019. Ab dem 19. Juli sind wir wieder für Sie da.

Zur Bergeshöh • Höhenweg 89 • 58332 Schwelm
Tel.: 02336 49 59 8 77 Mobil: 0172 260 17 80 e-Mail: info@bergeshoeh.de
Mi - So 11-23 Uhr, Mo & Di Ruhetag • Küchenzeiten: durchgehend

Hurra, herrH ist da!



KinderMitmachKonzert an Pfingsten

Der Kindermusiker „herrH“, bekannt u.a. aus den regelmäßigen TV-Auftritten im KiKa-Tanzalarm und dem KiKa-Singalarm, macht am 11. Juni 2019 (Pfingstdienstag) Halt im Martin-Luther-Haus. Singen, Tanzen und Bewegung steht im Ev. Familienzentrum „Am Kindergarten“ in Haßlinghausen ganz oben auf dem Programm. Schließlich trägt man seit 2012 das Gütesiegel „Anerkannter Bewegungskindergarten“. Und Bewegung macht eben am meisten Spaß mit Musik. „Deshalb haben wir uns vom Förderverein und Elternrat entscheiden, den Kindergartenkids ein Konzert mit dem Kindermusiker „herrH“ zu spendieren“, erzählt der 1. Vorsitzende Philipp Kersting. „Natürlich sind auch alle anderen herzlich eingeladen. Egal ob Groß oder Klein, beim Mitmachkonzert kann jeder Mitzappeln“, fügt er lachend hinzu. „herrH“ alias Simon Horn steht über 200 Mal im Jahr auf der Bühne und erobert mit seinen zahlreichen Ohrwürmern die Herzen ganzer Familien. „Für mich ist es das Größte, Musik für Kinder und Familien zu machen“, verrät er. 15 coole Songs, zeitgemäß, familiengerecht und abwechslungsreich – das ist „Neue Deutsche Kindermusik“. Die holt der Förderverein nun mit dem Musiker in den Gemeindesaal des Martin-Luther-Hauses an der Gevelsberger Straße in Haßlinghausen. Auch die Maskottchen Emma, die Ente, Raffi, die Giraffe, und der Pinguin sind mit von der Partie. Einlass ab 15.30 Uhr, das Konzert beginnt um 16 Uhr. Infos zum Vorverkauf unter: www.familienzentrum-am-kindergarten.de/herrh. Restkarten gibt es an der Tageskasse.

Einfach machen!

Verbraucherzentrale im Ennepe-Ruhr-Kreis zeigt Ausstellung zu nachhaltigem Konsum

„Einfach machen! Ideen für nachhaltigen Konsum“ – diesen Titel trägt eine Ausstellung der Verbraucherzentrale NRW, die vom 25. Juni bis zum 11. Juli in der Sparkasse Sprockhövel, Hauptstraße 68 (Niedersprockhövel), zu sehen sein wird. Die Ausstellung findet in Kooperation mit der Lokalen Agenda 21 Sprockhövel statt.

In fünf Stationen zeigt die Ausstellung, wie umweltfreundliche und sozialverträgliche Konsum-Entscheidungen aussehen können. Die Ausstellung bietet dazu alltagsnahe Anregungen, etwa zum saisonalen Kochen und gesunden Gärtnern oder zum Kauf von Kleidung aus fairem Handel. Jede Station bietet Mitmachelemente an. Ausstellungsbesucher können etwa am Tauschregal ausprobieren, wie sich „Sharing“, also das Teilen von Produkten anfühlt. Für ausgemusterte Handys steht eine Sammelbox bereit, aus der die Geräte ins Recycling gegeben werden.

Der Ausstellungsbesuch ist zu den Öffnungszeiten der Sparkasse Sprockhövel möglich:

Mo.+Di. 8.30-17.00 Uhr Donnerstag 8.30-19.00 Uhr
Mittwoch 8.30-15.00 Uhr Freitag 8.30-15.00 Uhr

Eröffnet wird die Ausstellung am Dienstag, den 25. Juni, um 11.30 Uhr im Beisein von Landrat Olaf Schade und Bürgermeister Ulli Winkelmann. Interessierte sind herzlich eingeladen.

Stadt muss Steuern zurückzahlen

Der 1. Beigeordnete und Kämmerer Volker Hoven hat am 23. Mai erneut eine Haushaltssperre erlassen. Nachdem bereits im September 2018 eine Haushaltssperre für den Etat 2018 erlassen werden musste, ist auch für das aktuelle Haushaltsjahr eine haushaltswirtschaftliche Sperre unumgänglich.

Die Entwicklung des Gewerbesteueraufkommens für 2019 lässt erhebliche Ertragsausfälle bei der Gewerbesteuer erwarten. Die Hauptursache liegt darin begründet, dass Unternehmen Rückzahlungsansprüche für vergangene Jahre geltend gemacht haben. Diese Ansprüche resultieren u.a. aus Klagen gegen die Finanzbehörden und beziehen sich auf mehrere Jahre. Einschließlich der Verzinsung dieser Erstattungen ergeben sich Rückzahlungsansprüche von rd. 2,1 Mio. Euro im Haushaltsjahr 2019. Im Jahr 2019 sind Gewerbesteuererinnahmen in Höhe von 15,795 Mio. Euro prognostiziert worden. Die Erträge liegen derzeit rd. 4,4 Mio. Euro unter dem Planungsansatz.

Ab sofort dürfen daher nur noch Ausgaben geleistet werden, für die eine rechtliche oder vertragliche Verpflichtung besteht oder die für die Weiterführung notwendiger Maßnahmen unabweisbar sind. Es besteht die Erwartung, wie im zurückliegenden Haushaltsjahr, dass durch die Sperre erhebliche Einsparungen erzielt werden können. Ausgaben, für die keine gesetzlichen bzw. vertraglichen Verpflichtungen (z.B. freiwillige Leistungen) bestehen, müssen bis auf Weiteres unterlassen werden. Investitionen, wie zum Beispiel der Straßen- u. Kanalbau aber auch Investitionen in den Schulen, sind von der Sperre erstmal nicht betroffen.

Fördermittelberatung

Die Fördermittelberatungen für Unternehmen und Existenzgründer/innen in Sprockhövel finden jeweils am **2. Mittwoch eines jeden Monats, in der Zeit von 13 Uhr bis 16 Uhr, im Rathaus der Stadt Sprockhövel, Rathausplatz 4**, statt. Wer von dem kostenfreien Angebot Gebrauch machen möchte, wendet sich bitte zwecks Terminvereinbarung an die Wirtschaftsförderin Ingrid Döbbelin unter der Durchwahl 02339-917-347 oder per E-Mail an doebbelin@sprockhoevel.de.

Wir bitten um Verständnis, dass eine Beratung ohne vorherige Terminabsprache aus organisatorischen Gründen nicht erfolgen kann.

Nächster Termin:
12. Juni



Einweihung Spielgerät Börgerbruch

Fünf Jahre Mitgliederstiftung

Mehr als 100.000 Euro für soziale Projekte vor Ort

Lokal verankert, überregional vernetzt, ihren Mitgliedern verpflichtet, demokratisch organisiert und eben nicht als „global player“ im Weltgeschäft unterwegs – das ist der Ansatz, dem sich auch die Volksbank Sprockhövel eG verpflichtet hat. Dazu gehört beispielsweise auch die Gründung einer Stiftung. Mit einer Million Euro Stiftungsgeld dankte die Volksbank Sprockhövel anlässlich ihres 50-jährigen Bestehens den Menschen in der Region und gründete 2014 die „Volksbank Sprockhövel Mitgliederstiftung“. Dadurch konnte das schon bestehende Fördersystem vor Ort weiter ausgebaut werden.

„Die Mitglieder der Vertreterversammlung der Volksbank Sprockhövel werden seit Jahren in Entscheidungen über Sponsoringprojekte miteinbezogen. Das gilt seit 2014 auch für die Vergabe der Erlöse aus der Mitgliederstiftung. Ziel ist es, die Region nachhaltig zu fördern. So fließen aus den Stiftungserträgen jährlich mindestens 20.000 Euro an Sozialprojekte, Vereine und viele andere Institutionen in das Geschäftsgebiet der Volksbank Sprockhövel eG. Mitglieder aus allen Filialbereichen sind im Kuratorium der Stiftung vertreten und bei den Entscheidungen zur Mittelvergabe auch federführend eingebunden“, erklärt Vorstandsvorsitzender Rudolf Hermanns.

Jede gemeinnützige Einrichtung kann bei der Volksbank Mitgliederstiftung einen Förderantrag stellen. In anschließenden Vertretergesprächen wird über die Auswahl der Projekte entschieden. „Wichtig ist uns eine breite Wirkung der Stiftung, die Hilfe zur Selbsthilfe und die Auswahl der Projekte durch demokratische Mitbestimmung“, so Marketingchef und Kuratoriumsmitglied der Stiftung, Thomas Alexander. In den zurückliegenden fünf Jahren der Stiftung konnten bereits zahlreiche Projekte von Kindergärten und Schulen, Sportvereinen und Senioreneinrichtungen unterstützt werden. Die Elterninitiative Bullerbü in Sprockhövel und die Krabbelbude in Hattingen haben zusammen 10.000 Euro bekommen. Gefördert wurde auch ein behindertengerechter Transporter für das Mathias-Claudius-Haus. Die Mathilde-Anne-Schule in Sprockhövel wurde 2016 mit 5000 Euro zur Umsetzung eines Schulmusicals über Mathilde Franziska Anneke unterstützt. Mit dabei ist die Volksbank Sprockhövel Mitgliederstiftung auch beim Malteser Hilfsdienst zur Finanzierung einer Hundestafel für den Besuchs- und Begleitdienst, beim Gymnasium Waldstraße oder der Grundschule Oberwinzerfeld – hier wird ein Zirkusprojekt unterstützt. Auch die Krebshilfe Sprockhövel-Hattingen profitiert vom sozialen Engagement der Volksbank Sprockhövel eG bei der Durchführung des jährlichen traditionellen Gospelkonzertes in der Ev. Kirche Sprockhövel.

„In den ersten fünf Jahren unserer Stiftungsarbeit konnten wir mehr als 100.000 Euro in die Förderung von Projekten vor Ort investieren“, freut sich Vorstandsvorsitzender Rudolf Hermanns.

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

Gekennzeichnete Kundenparkplätze zwischen den Häusern 73+75!

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

45549 Niedersprockhövel Hauptstraße 71
Telefon 023 24 / 785 80 kuechen-harke@gmx.de
Mobil 0177 / 49 35 28 4 www.kuechen-harke.de
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 10.00 – 18.30 Uhr
Mi. 10.00 – 20.00 Uhr u. n. Vereinb.
Samstag Ruhetag

Fit in den BBQ-Juni
Edle **Steak-Spezialitäten** vom Fleischermeister wie z. B. **Rumpsteak, Filetsteak und Hüftsteak**

Testen Sie auch unsere neuen Cuts wie z. B. **Flank-Steak, Flat Iron oder auch Hanging Tender**

Frisch gewolft: Burger Patties für den Grill

Für den Smoker bieten wir auch neue Cuts vom Schwein an wie z. B. **Boston Butt**
1 kg nur **8,99 €**

Ihr Fleischerfachgeschäft in Sprockhövel
FLEISCHEREI GRANEL PARTYSERVICE
Hauptstraße 28
45549 Sprockhövel
☎ 02324 73210
www.fleischerei-granel.de

Täglich kleine **Leckereien** aus der warmen Theke! Donnerstag und Freitag ständig wechselndes **Mittags-Menü** zum Mitnehmen!

Grillwürstchen Special:
Berliner Rostbratwurst, Bärlauch, Zwiebel-Chili oder auch Käse
10 St. nur **8,50 €**

Zarte Delikatess Frankfurter Mettwurstchen täglich rauchfrisch
5 St. nur **5,50 €**

Frische Zwiebelmettwurst
100 g nur **1,29 €**

Sommer Special:
Wir grillen auch für Sie zu Hause. Ab 35 Personen erstellen wir Ihnen ein individuelles Angebot.

Stad Seniorenbüro SPROCKHÖVEL
Senioren - Preisskat

Nächster Termin:
Mittwoch, 3. Juli, 14 Uhr

Die gesellige Seniorenskatrunde trifft sich zudem jeden Montag um 13.30 Uhr!

Begegnungsstätte Niederstüter, Gedulderweg 80, 45549 Sprockhövel

Hand & Fuß

Praxis für Physiotherapie/Krankengymnastik
Christina Schwoerer-Böhning – Heilpraktikerin (Physiotherapie)

Heilpraktiker – Sprechzeiten Mo.–Do. 17–19 Uhr und nach telef. Voranmeldung

Unsere Leistungen:
Krankengymnastik, Manuelle Therapie für Erwachsene und für Kinder, Massage, Fango, Bobath, Ohrakupressur, Craniosacrale Osteopathie, PNF, Lymphdrainage, Hausbesuche, Tiergestützte Therapie, Wellness-Massagen ... Behandlung nach Vojta Kinder und Erwachsene

Hattinger Straße 36 · 45549 Sprockhövel (gegenüber Zeche Alte Haase)
☎ 023 24 / 59 18 97 · physio-handundfuss@t-online.de

Wir sind umgezogen

tagespflege am turm

Birte Heidemann
Hauptstraße 62
45549 Sprockhövel
☎ 0 23 24/6 85 95 19
info@tagespflegeamturm.de
www.tagespflegeamturm.de

Tagesbetreuung für Senioren mit und ohne Demenz

Pfingstsingen bei der AWO

Der Tradition der Chorgemeinschaft Sprockhövel folgend findet am Pfingstsonntag, dem 9.6., von 11 Uhr bis ca. 16 Uhr das Pfingstsingen in der Kleinbeckstr. 41, 45549 Sprockhövel statt. Die AWO Ober- und Niedersprockhövel ist Ausrichter. Wir haben den Shanty-Chor Hasslinghausen eingeladen, der uns mit Seemannsliedern und anderem erfreuen wird.

Besuchen Sie uns doch einfach mal.

Es gibt leckere selbstgebackene Kuchen. Auch Reibekuchen frisch aus der Pfanne. Dazu ein kühles Bier vom Fass. Für das leibliche Wohl ist also bestens gesorgt.



Bericht aus der Freiwilligenbörse Waffelbacken mit Kindern



Bereits zum dritten Mal wurde eine Aktion von Ehrenamtlichen der Freiwilligenbörse mit Kindern, die von „KoProfil“ betreut werden, organisiert. Der Verein „KoProfil“ kümmert sich um die Freizeitgestaltung von benachteiligten Kindern und Jugendlichen in Sprockhövel. Am Dienstag nach Ostern stand für 3 dieser Kinder (8 – 13 Jahre) zusammen mit Ilona Kellner, Gabriele Schuster und Gerdi Wagner, alle ehrenamtlich tätig in der Freiwilligenbörse, ein Besuch bei der „**Tagespflege am Turm**“ auf dem Programm.

Tagesgäste der Einrichtung sind Seniorinnen und Senioren mit und ohne Demenz. Frau Tina Attern, Mitarbeiterin der Einrichtung, hatte die Kinder auf die gemeinsame Aktion vorbereitet. Gemeinsam mit den Tagesgästen wurde Teig nach einem alten Rezept gerührt, leckere Waffeln gebacken und anschließend mit Genuss verspeist. Die Kinder verloren durch dieses Generationenprojekt ihre Scheu vor älteren Menschen und es entstanden sogar Freundschaften. Alle Beteiligten waren begeistert und auch die Kinder, die dieses Mal nicht dabei waren, freuen sich auf weitere Aktionen.

Bereits zum dritten Mal wurde eine Aktion von Ehrenamtlichen der Freiwilligenbörse mit Kindern, die von „KoProfil“ betreut werden, organisiert. Der Verein „KoProfil“ kümmert sich um die Freizeitgestaltung von benachteiligten Kindern und Jugendlichen in Sprockhövel. Am Dienstag nach Ostern stand für 3 dieser Kinder (8 – 13 Jahre) zusammen mit Ilona Kellner, Gabriele Schuster und Gerdi Wagner, alle ehrenamtlich tätig in der Freiwilligenbörse, ein Besuch bei der „**Tagespflege am Turm**“ auf dem Programm.



Neue Räumlichkeiten

Am sonnigen 1. Mai feierte die Tagespflege am Turm in ihren neuen Räumlichkeiten an der Hauptstraße 62 Neueröffnung. Bei Kaffee und Kuchen konnten zahlreiche Besucher die liebevoll gestalteten, hellen und freundlichen Räume erkunden. Der Andrang war trotz des Feiertages riesig! **Image** wünscht Frau Heidemann und ihrem Team viel Erfolg!



TERMINE HEIMAT- UND GESCHICHTSVEREIN

Sommerfest 15. und 16. Juni

jeweils 12 Uhr bis abends Sommerfest an der Heimatstube

An beiden Tagen bieten wir ganztägig für Kinder und Erwachsene:

- ▶ Goldwaschen und kickern
- ▶ Nach Bedarf Führungen durch die Heimatstube
- ▶ Bienenstock Jürgen Brinkmann
- Nur Samstag** 15. Juni, Beginn 12 Uhr
- ▶ 12 Uhr: Eröffnung und Begrüßung durch unseren Vorsitzenden Dr. Klaus Walterscheid
- ▶ 15 Uhr: Singen Plattdeutscher Lieder von der Gruppe um Hans Gert Burggräfe und alle, die Spaß haben mitzusingen
- ▶ 15.15 Uhr: Prämierung der Sieger des Fotowettbewerbes
- ▶ Schmiedevorführung von Josef Katzer
- Anschließend noch einmal Singen und gemütliches Beisammensein in und um die Heimatstube
- Nur Sonntag** 16. Juni, Beginn 12 Uhr
- ▶ 12 Uhr: Frühschoppen mit dem Shanty-Chor
- ▶ 14 Uhr: Tanzvorführung der Kinder der Grundschule Börgersbruch (Dance 4 Kids)
- ▶ Bei Bedarf Führungen durch die Heimatstube
- ▶ Karussell- und Dampfmaschinenvorführung von Josef Katzer
- Nur Sonntag** backen wir frische Waffeln

30. Juni, 10 Uhr

Bergbau- und stadtgeschichtliche Wanderung „Herzkammer Mulde Weg“ mit Michael Ebel. Treffpunkt: Parkplatz Ecke Elberfelder Str./Egen in Sprockhövel / Herzkamp; Länge ca. 8 km, Dauer; ca. 3 Std.

Bademode nach Brust-OP

Brustkrebs gehört zu den häufigsten Krebserkrankungen bei Frauen. Nicht selten muss eine Brust amputiert werden. Dank spezieller Bademode muss Frau jedoch nicht auf Schwimmen und Strand verzichten. Bikini, Tankini und Badeanzug sind geeignet für das Tragen von Schwimmprothesen. Die Brustprothese wird dicht am Körper gehalten und kann nicht verrutschen. Viele verschiedene Designs lassen bei der Bademode keine Wünsche offen. Besondere Taschen für die Prothese und eine feminine Optik unterstreichen den perfekten Sitz. Die Hersteller der Bademoden legen besonderen Wert darauf, dass sich die betroffenen Frauen hundertprozentig sicher fühlen können.

Sehr wichtig bei Bademode für Frauen mit Handicap ist eine intensive Beratung im Fachgeschäft. Persönlich und diskret werden hier alle Fragen beantwortet. Dies gilt nicht nur für Bademode, sondern selbstverständlich auch für den Wäschebereich. Im Sanitätsgeschäft finden Frauen mit und ohne Handicap Bademode zum Wohlfühlen und wählen aus mit fachkompetenter Beratung an der Seite.

500 Euro für Restaurierung



Pfarrer Arne Stolorz und der 1. Vorsitzende der Gartenfreunde Sprockhövel e.V. Hans Walter Sante.

Die Gartenfreunde Sprockhövel e.V. spendeten erneut für die Zwiebelturmkirche. Hiermit möchte der Verein einen Beitrag zur Erhaltung der historischen Gottesdienststätte leisten, die als bedeutendes Kulturgut und Wahrzeichen Sprockhövels gesehen wird.



Nachts um 3 Uhr, Foto Uli Pätzold-Jäger

Nachtbaustelle

Vom 22.5.-24.5 hat die AVU an der Hauptstraße in Niedersprockhövel in zwei Nächten zwischen 21 Uhr und 6 Uhr Versorgungsleitungen verlegt. Wegen der Totalsperrung gab es drei Umleitungen. Pünktlich am 24.5 waren die Bauarbeiten abgeschlossen und die Straße wieder befahrbar.



Hauptstraße 40 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 24/77 333 • www.pflegedienst-dahlhaus.de

Leben ...
... in den eigenen vier Wänden – bis ins hohe Alter!

Pflegedienst Dahlhaus
Die kompetente Hilfe!

Wir stehen für:

- ▶ Verlässliche Einsatzzeiten
- ▶ Ausgebildete Mitarbeiter
- ▶ Ausführliche Beratung

1994 - 2019
25 Jahre
Ihr zuverlässiger Partner für die Pflege!



Kompetente Beratung zu allen Versorgungsmöglichkeiten nach der Brust-OP durch Ihre Fachberaterin Eva Heimen!



Sanitätshaus Besser leben – Haus der Gesundheit
Hauptstraße 62 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 24/68 69 820
info@sanitaetshaus-besser-leben.com • www.sanitaetshaus-besser-leben.com
Öffnungszeiten: Mo.-Sa. 9.00-13.00 Uhr • Mo., Di., Do., Fr. 14.00-18.00 Uhr

AWO Bredenscheid-Stüter bietet ein leckeres Frühstück an!

Wo? In der Begegnungsstätte Gedulderweg 80

Wann? Für Jedermann am 4. Juni und 2. Juli jeweils ab 9.30 Uhr

VARILUX

EIN TAG BRAUCHT MEHR ALS EINE BRILLE!

MEHR SEHEN MEHR ERLEBEN

Jetzt attraktives Varilux Mehrbrillenangebot sichern!

Egal ob für Mode, Sport & Freizeit, zur Entspannung im multimedialen Alltag oder einfach als Ersatz – für jede Sehsituation gibt es die passende Brille. Sichern Sie sich jetzt beim Kauf einer Brille **attraktive Angebote für jede weitere Zusatzbrille** – z. B. mit Varilux Gleitsichtgläsern, Eyezen für entspanntes Nahsehen oder den intelligenten farblosen Gläsern Crizal Transitions von Essilor. Lassen Sie sich diese sensationellen Angebote nicht entgehen!

Kommen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!

Nach Rücksprache machen wir auch **Hausbesuche!**

Hauptstr. 45 • 45549 Sprockhövel
Telefon 02324/78164

Brillen Brandes
Augenoptikermeister
Gunnar Brandes und Pilar Quiles Porta

Saison eröffnet: Freibad-Förderverein feiert 25. Geburtstag

1994 wurde der Förderverein Freibad Sprockhövel gegründet. Hintergrund war damals bereits die Sorge um den Erhalt des Bades. Aktiv kümmert sich der Verein um Veranstaltungen und finanzielle Unterstützung, um das Bad auch in Zukunft attraktiv zu halten.

1956 entstand in Sprockhövel das heutige Freibad an der Bleichwiese und ist für sein Alter immer noch rüstig. Alljährlich wird am 1. Mai die Saison eröffnet. Seit 1994 - also seit nunmehr 25 Jahren - bemüht sich auch ein Förderverein mit rund 600 Mitgliedern um den Erhalt und die Attraktivitätssteigerung des Bades.

Es war wohl der Rotstift, der vor 25 Jahren Sprockhöveler Bürger auf den Plan rief, ihr Freibad zu erhalten. Vor allem die zentrale Lage des Bades ließ damals Begehrlichkeiten entstehen - schließlich könnte eine Bebauung des Areals Geld in die leere Stadtkasse spülen. Der Gründungsvorstand setzte sich damals aus Beate und Jochen Vohwinkel, Dorette und Willy Pickard, Petra und Michael Schellhoff sowie Ulrich Pätzold-Jäger zusammen. Sie einte das Ziel: Das Freibad muss erhalten bleiben! Eine Woche nach der Vereinsgründung lockte das Stadtfest 1994 wieder tausende Besucher nach Sprockhövel. Der junge Förderverein nutzte die Gelegenheit und warb auf dem Stadtfest um Unterstützung für das Bad und den eigenen Verein. Mit großem Erfolg! Denn schon bald hatte man 350 neue Mitglieder und die Zahl stieg im Laufe der Jahre weiter an.

Der Förderverein unterstützt die ZGS als Betreiber des Freibades in den zurückliegenden Jahren. 2017 konnten beispielsweise 20.000 Euro für umfassende Instandsetzungsarbeiten am Schwimmerbecken aufgebracht werden. Mit diesem Betrag und jährlichen 3000 Euro an die ZGS, Betreiber des Bades, leistet der Förderverein wertvolle Hilfe zum Erhalt des Bades. Und nicht nur das: Zahlreiche Veranstaltungen wurden aus der Taufe gehoben und sichern in der Saison den Wasserspaß. Zu den Highlights gehört beispielsweise das jährliche Badewannenrennen - mehr oder weniger kos-

tümierte Menschen, die mit geschmückten Badewannen und Paddel im Schwimmerbecken unterwegs sind, eine schwimmende Palmeninsel umrunden müssen, sich einen Schwamm holen und - falls sie nicht in der Vorrunde ausgeschieden sind - Badewannenkönig werden können. Auch in diesem Jahr steht die Veranstaltung im Programm und zwar am 4. August.

Der aktuelle Vorstand, der in diesem Jahr gewählt wurde, besteht aus Marcel Beckers (Vorsitzender), Ingrid Leukers-Bölicke und Arne Stolorz als zweite Vorsitzende, Birgit Fuchs als Schriftführerin, Barbara Brasse-Beermann als Kassiererin sowie Heidemarie Müller und Wilfried Küper als Kassenprüfer.

Der Förderverein hat sich für die neue Saison einiges vorgenommen. So hätte man gern im Nichtschwimmerbecken eine große Rutsche, um die Attraktivität des Bades zu steigern. Die allerdings ist ziemlich teuer und es fehlen dafür noch Gelder. Auch abschließbare Fahrradboxen stehen auf der Wunschliste. Der in der Öffentlichkeit diskutierte „Schottergarten“ am Schwimmerbecken, den die Verwaltung als Ersatz einer pflegeintensiven Uraltbewachung hatte anlegen lassen, gefällt auch nicht jedem. Hier ist für die Zukunft das letzte Wort noch nicht gesprochen - etwas weniger Steine dürften es möglicherweise noch werden. Zur Saisonöffnung wurde deutlich: Die Kinder nutzten den Schottergarten als Klettergerüst. Ob das - im Hinblick auf Stürze - sinnvoll ist, darf bezweifelt werden. Ein Blick in den Jahresbericht des Bades: Insgesamt hat das Bad einen Fehlbetrag von 338.638,70 Euro. Personalkosten in Höhe von 205.970 Euro und Sach- und Betriebskosten von 197.400 Euro summieren sich zu Ausgaben von 403.370 Euro (Gesamtaufwand: 472.700 Euro). Die Einnahmen betragen 2018 genau 134.061,30 Euro. *anja*



Das Badewannenrennen findet in diesem Jahr bereits zum sechsten Mal im Sprockhöveler Freibad statt und ist jedes Mal ein großer Spaß. Foto: Pielorz



Saisonöffnung im Sprockhöveler Freibad: Auch am 1. Mai 2019 war es wieder soweit und die ersten Sprockhöveler stürzten sich in das kühle Naß. Der Förderverein feiert in diesem Jahr seinen 25. Geburtstag: v.l. Birgit Fuchs, Ingrid Leukers-Bölicke und Barbara Brasse-Beermann sowie Marcel Beckers und Arne Stolorz als Vorsitzende. Foto: Pielorz

Highlight-Veranstaltungen 2019

- Mittwoch, 5. Juni, 14.30 Uhr, Café 50 plus
- Mittwoch, 16. Juni, 11 Uhr, Freibad-Gottesdienst
- Sonntag, 7. Juli, ab 8 Uhr, Zwölf-Stunden-Schwimmen
- Sonntag, 4. August, 10 Uhr, Badewannenrennen
- Samstag, 17. August, 18 Uhr, Open-Air-Kino
- Samstag und Sonntag, 7. und 8. September, ab 11 Uhr: Kinderland-Stadtfest

Sommerfest

Am letzten Juni-Wochenende findet das Sommerfest (Gemeindefest) in St. Januarius statt. Start ist am Samstag um 14.15 Uhr mit einem Gottesdienst am Außenaltar (bei trockenem Wetter). Anschließend wird es auf dem Kirchengelände an der Von-Galen-Straße 7 wieder jede Menge Aktionen für Groß und Klein geben: Rollenrutsche, Hüpfburg, Kistenklettern, Trödelmarktstand, Tombola und vieles mehr. Imbiss-Stände, Café im Gemeindeheim, Getränkewagen und die „Süße Bude“ sorgen für das leibliche Wohl. Am Sonntag geht es mit einem Frühschoppen nach der Messe weiter. Mittags gibt es den beliebten Erbsensuppen-Eintopf der Feuerwehr. Das Fest endet am frühen Nachmittag. *Foto: Walter Berens*



29. + 30. Juni

KiTa-Kinder in Selbstbehauptung geschult

Vier Wochen schulte die TSG-Trainerin Andrea Haarmann die Bullerbü-Kinder.

Zwölf Kinder der KiTa Bullerbü beschäftigten sich vier Wochen lang mit dem Thema Gewaltprävention unter dem Motto „Nicht mit mir - wir reden nicht, wir tun etwas!“. Selbstsicherheit, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung wurde kindgerecht trainiert. Unter der Leitung der TSG-Trainerin Andrea Haarmann wurden die Kinder in den verschiedenen Bereichen geschult und sensibilisiert. Auch auf das Thema, was Gewalt ist, wie sie entsteht, und Möglichkeiten der Vermeidung wurde eingegangen. Sehr großer Wert wurde auch auf Spiele zur Förderung sozialer Verhaltensweisen gelegt. Die eigenen Stärken erkennen, Grenzen setzen und sich in Zweikampfspielen behaupten können war ebenfalls wichtig und spannend für die Kinder. Viel wurde auch mit der Stimme gearbeitet, die durchaus auch erfolgreich als „Waffe“ dienen kann. So konnten bei einem Schreiwettbewerb Ilvie und Levin einen kleinen Preis gewinnen. Trostpreise gab es für die anderen Kinder. Erstaunlich viele Kinder schafften zum Abschluss den Bruchtest. Hierbei mussten die Kleinen versuchen, ein Brett durch zu hauen. Gleich sechs Kinder, nämlich Mira, Lukas, Theodor, Ilvie, Levin und Lennard schafften dies mit Bravour. Informationen über Kurse bekommt man über die Kursleiterin Andrea Haarmann. Sie ist erreichbar unter: 0171-7542286. *Foto: Andrea Haarmann*



Spezialitäten im Vergleich

Café Creme

- wird nach der Espresso-Methode zubereitet

Espresso

- Zubereitung aus heißem Wasser, was mit hohem Druck durch sehr fein gemahlenes Kaffeemehl gepresst wird, mit einer anschließenden dichten Haselnussbraunen Schaumschicht (Crema) versehen

Ristretto

- Ist ein sehr starker, konzentrierter, aromatischer sowie kurzer Espresso
- die Bohnen werden feiner als beim Espresso gemahlen

Café Lungo

- Ist ein sogenannter verlängerter Espresso
- geschmacklich milder als ein Espresso

Café Americano

- hierzu wird ein Espresso mit heißem Wasser verdünnt

Cappuccino

- Zubereitung aus einem Espresso, mit einem halbflüssigen cremigen Milchschaum

Flat White

- Zubereitung aus einem Espresso sowie feinporig aufgeschäumter Milch
- hierzu wird die Milch beim Erhitzen minimal mit Luft versetzt
- besitzt eine sehr dünne Schaumschicht

Latte Macchiato

- ist ein Warmgetränk bestehen aus erhitzter Milch und Espresso.



Gürtelprüfung

Eine Gürtelprüfung nur für Weißgurte gab es jetzt bei der TSG Sprockhövel. Neun Judoka nahmen an dieser Prüfung teil und zeigten eine gute bis sehr gute Leistung. Eine Urkunde und ein Begleitheft für die Vorbereitung zur nächsten Prüfung wurde durch die Prüferin überreicht. Den weiß-gelben Gürtel erhielten: Colin Bärtschi, Maurice Feider, Aftandil Gulusade, Khadija Gulusade, Tom Sahlenbeck, Ben Stahlhut, Fotis Stavrou, Jahya Terresy und Zakaria Terresy. *Bild und Text: Andrea Haarmann*

Kompromissloser Kaffeegenuss

Ihr Kaffeehändler

Lucas Kemna

Espresso Becker
Wir lieben Kaffee

Lulus Coffee Factory
Ihr Kaffeehändler in Sprockhövel
Hauptstr. 42 • 45549 Sprockhövel
☎ 02324 3443707
www.luluscoffeefactory.de
Tägl. von 10-18 Uhr, außer Dienstag

- eigene Kaffeerösterei
- Konzeptpartner für Cafes, Restaurants, Firmen
- Zertifizierter Service-Stützpunkt
- Verkauf und Reparatur von Espressomaschinen und Zubehör

Zum Ludwigstal 3a • 45527 Hattingen
☎ 02324/594383 • Mo.-Fr. 9-18 Uhr

Wie aus einem Floh- ein Trödelmarkt wurde

Am ersten Sonntag nach Pfingsten wird in Haßlinghausen getrödelt. Die erfolgreiche Veranstaltung steht jetzt unter dem neuen Vorsitz von Michael Cramer. Wolfgang Weiss mischt als zweiter Vorsitzender mit. Gemeinsam wollen sie den Werbering in die Zukunft führen.

Immer am ersten Sonntag nach Pfingsten ist es soweit: Dann wird in Haßlinghausen auf dem Rathausplatz, dem Sparkassenparkplatz und der Mittelstraße von 8 bis 18 Uhr getrödelt. In diesem Jahr findet der beliebte Trödelmarkt schon zum 58. Mal statt am Sonntag, 16. Juni. Angeschlossen ist ein verkaufsoffener Sonntag von 13 bis 18 Uhr. Zum ersten Mal steht Michael Cramer als neuer Vorsitzender an der Spitze vom Werbering Hasslinghausen.

Wie das so ist: Um Ehrenämter reißt man sich nicht besonders, aber manchmal wird die Notwendigkeit ihrer Ausübung zum Pflichtprogramm. So war das auch bei der Wahl des neuen Vorstandes auf der Jahreshauptversammlung vom Werbering Haßlinghausen. Von 84 Mitgliedern waren bescheidene 15 erschienen - auch das ist leider mittlerweile die Regel bei Vereinsversammlungen jeder Art. Wolfgang Weiss, bisheriger Vorsitzender im Werbering, ist ein Urgestein. Viele Jahre war er stellvertretender Vorsitzender im Haßlinghauser Werbering, bevor er nach dem Tod von Bernd Asbeck die Leitung übernahm. Mit seinem Geschäft befindet er sich seit Jahrzehnten mitten im Geschehen. Doch das mit dem Ge-

schäft neigt sich dem Ende entgegen und kürzer treten möchte Weiss auch. Deshalb, so hatte er bereits im Vorfeld angekündigt, wolle er „nur“ noch stellvertretender Vorsitzender werden, um die Organisation geordnet in neue Hände zu übergeben. Die neuen Hände hatte er im Vorfeld der Versammlung gesucht und gefunden. Mit Michael Cramer steht nun ein Haßlinghauser an der Spitze, der den Elektrofachhandel Sudhoff an der Mittelstraße führt.

„Ohne den Werbering und unsere Veranstaltungen stirbt Haßlinghausen als Einzelhandelsstandort aus“, ist sich Wolfgang Weiss sicher. Deshalb sei es wichtig weiterzumachen. Deshalb ließ sich auch Michael Cramer überzeugen, denn Arbeit hat der Unternehmer eigentlich genug. „Aber ich will etwas für Haßlinghausen tun und ich hoffe dabei auf die Unterstützung der anderen Mitglieder im Werbering. Das ist Teamarbeit“, macht er bereits in der Wahlversammlung deutlich. Erste Veranstaltung unter seinem Vorsitz ist der beliebte Trödelmarkt. „Zweimal im Jahr trödeln wir: am ersten Sonntag nach Pfingsten und am ersten Sonntag im September“, erinnert sich Wolfgang Weiss. „Seit rund 35 Jahren wird getrödelt. Die Idee entstand vor dem Hinter-



Kassierer Bernd Rode, Vorsitzender Michael Cramer, stellvertretender Vorsitzender Wolfgang Weiss (v.l.) bilden mit Siegfried Kikuth (Kassierer), Margret Obermann (Schriftführung) den neuen Vorstand. Foto: Pielorz

grund der Finanzierung für unsere Weihnachtsbeleuchtung. Zunächst haben wir nur einmal im Jahr getrödelt. Vor zwanzig Jahren haben wir beschlossen, zweimal im Jahr die Veranstaltung durchzuführen. Zum einen wurde die Weihnachtsbeleuchtung immer teurer, zum anderen lief die Veranstaltung auch gut.“

Mittlerweile tummeln sich auf den Veranstaltungsflächen zwischen 250 und 300 Trödler. „Es ist eine bunte Mischung von privaten Personen und Gewerbetreibenden. Was uns wichtig ist: Es wird nichts Neues verkauft. Was nicht verkauft wird und natürlich der eigene Müll müssen wieder mitgenommen werden. Darauf achtet unser Ordnungsdienst, aber auch die Geschäftsleute.“

Nur auf dem Rathausplatz werden die einzelnen Standorte für die Trödler fest vergeben. Ansonsten kann man frei wählen. Der Erlös aus den beiden Trödelmärkten geht nach wie vor in die Weihnachtsbeleuchtung. „2015 gab es an der Mittelstraße neue Laternen und da passen die Anschlüsse der rund dreißig Jahre alten Beleuchtungskörper nicht mehr. Also musste eine Neuanschaffung her. Kosten-

punkt 20.000 Euro. Zur Finanzierung war eine Umlage von jeweils 200 Euro für die Mitglieder erforderlich. Das haben auch alle bezahlt. Und einige Sponsorengelder gab es auch noch. Jetzt decken wir mit dem Erlös aus den Trödelmärkten die laufenden Kosten wie Wartung und Reparaturen von rund 13.000 Euro pro Saison.“

Wussten Sie übrigens, dass der

Öffnungszeiten:

Getrödelt wird von 8 bis 18 Uhr. Die Geschäfte haben geöffnet von 13 bis 18 Uhr

Trödelmarkt auch „Flohmarkt“ genannt wird und diesen Namen spätmittelalterlichen Kleidergaben der Fürsten verdankt? Sie wurden nämlich durch Lumpenhändler dem Volk überlassen und dabei wechselte auch der ein oder andere Floh den Wirt. Der Flohmarkt“ hat seinen Ursprung als „Marché aux Puces“ in Paris und den ersten soll es um 1890 gegeben haben. Den ersten deutschen Flohmarkt gab es erst 1967 in Hannover.

anja



Am Sonntag, 16. Juni, ist es wieder soweit: Dann startet in Haßlinghausen der 58. Trödelmarkt, verbunden mit einem verkaufsoffenen Sonntag. Foto: Werbering

Trödelmarkt
Haßlinghausen
1. So. nach Pfingsten

16. Juni, 8 bis 18 Uhr
58. Haßlinghauser Trödelmarkt
Immer am 1. Sonntag nach Pfingsten: Trödeln am Rathausplatz, Sparkassenparkplatz und an der Mittelstraße

Image
Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 27.6.2019
Anzeigenschluss:
Freitag, 14.6.2019

16. Juni
Verkaufsoffener Sonntag
13 bis 18 Uhr

Young Fashion Store
Inhaberin: Margret Obermann

Lust auf Sommermode

Street One CECIL
s.Oliver s.Oliver MEN

Mittelstraße 29 • 45549 Sprockhövel • ☎ 0 23 39/12 12 30
Öffnungszeiten: Montag-Freitag 9.30-18.30 Uhr, Samstag 9.30-13.00 Uhr

Lauftreff TV Hasslinghausen 1862 e. V.

Der 4. Mai war ein sehr ereignisreicher Samstag für den Haßlinghauser Lauftreff. Thomas Hanzlik bezwang die vollen 100 Kilometer beim WHEW100 mit einer beeindruckenden Ausdauerleistung! Nach 13 Stunden und 38 Minuten lief er erschöpft und überglücklich ins Ziel, nachdem er die Strecke vom Start auf der Wuppertaler Nordbahntrasse über Wülfrath, Velbert, Heiligenhaus, Essen, Hattingen, Sprockhövel und zurück zur Nordbahntrasse bezwungen hatte. Abdulkarem Adem und Christian Zabel waren beim WHEW100 Teil einer vierköpfigen Staffel. Die Zielzeit von 7:50:33 brachte ihrem Team einen tollen 2. Platz.

In Ennepetal standen einige Läufer des TVH beim 17. Ennepetal-Lauf am Start. Beim 10 km Salto-Cup starteten Ralf Schulte und Michael Herschel. Michael gewann seine Altersklasse M60 in 48:11, Ralf wurde zweiter in der AK M55 in flotten 46:56 Minuten. Beim Cup der Bürgermeisterin über 5 Kilometer gingen neun Läufer für den TV Hasslinghausen an den Start. Claudia Moscatiello wurde 4. in der Damengesamtwertung und belegte den ersten Platz in ihrer Altersklasse. Die Herren waren zahlreich und laufstark vertreten: Peter Wacker (21:30/1. M60), Thomas Maczkowiak (21:38/4. M45), Maik Dowidat (22:22/5. M45), Noah Kothe (24:33/2. U16), Michael Gläser (25:01/5. M55), Tony Moscatiello (26:36/6. M45), Ben Strack (27:01/3. U16) und Rene Strack (27:51/7. M45) erzielten tolle Ergebnisse. Auch das Haßlinghauser Lauf-

treff Annika Faber war unterwegs. Bei den NRW-Langstreckenmeisterschaften in Neuss trat sie über 5.000 Meter an. In ihrer Altersklasse belegte sie einen tollen dritten Platz und kam mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 18:10 Minuten ins Ziel.
Thomas Sauerwald



- Versicherungen
- Vorsorge
- Bausparen
- Finanzierungen
- Vermögensaufbau für jeden!

Gruber GmbH

Mittelstraße 48 • Sprockhövel-Haßlinghausen
Telefon 0 23 39/28 94 • Fax 0 23 39/91 00 40
manfredgrubergmbh@allfinanz-dvag.de • www.allfinanz-dvag.de/manfredgrubergmbh



Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung



Siegerpokale gingen an glückliche Gewinner

32. Fußballturnier des TV Hasslinghausen für Menschen mit geistiger Behinderung ein voller Erfolg!

12 Mannschaften aus Wuppertal, Gevelsberg, Velbert, Unna, Kamen und natürlich aus Haßlinghausen kämpften in 3 Gruppen um die begehrten Pokale. Wie in jedem Jahr herrschte wieder einen Bombenstimmung auf dem Sportplatz und auch das Wetter zeigte sich bis zur Siegerehrung von seiner besten Seite. Für das leibliche Wohl wurde durch Spenden der Fam. Sondermann (Sondermann's Zur Bergeshöh), der Fleischerei Kuhlendahl und viele Kuchen der TVH-Mitglieder, reichlich gesorgt.

Hier die Ergebnisse: Kamen 1 siegte in Gruppe A erst durch ein spannendes Sieben-Meter-Schießen gegen die Ruhrpott-Söldner, im Spiel um Platz 3 siegte „Auf geht's Unna 1“ gegen HSW Wuppertal 1 mit

2 : 0, die Pokale wurden vom Provinzial Team Bottländer gestiftet. AWO Asbeck siegte in der Gruppe B auch im Sieben-Meter-Schießen gegen Kamen 2. Das Spiel um Platz 3 konnten die Spieler des TV Hasslinghausen 1 mit einem 2 : 1 Erfolg gegen HSW Wuppertal 2 für sich entscheiden. In dieser Gruppe wurde Ragip Behluli vom TV Hasslinghausen mit insgesamt 3 Toren Torschützenkönig, die Pokale stiftete Willibald Limberg. Zum 3. mal holte die BS Velbert mit einem Sieg über AWO Asbeck 2 in Gruppe C den begehrten Wanderpokal und durfte ihn für immer mit nach Hause nehmen. Der TVH belegte hier im Spiel um Platz 3 und 4 gegen „Auf geht's Unna 2“ den undankbaren 4. Platz, die Pokale wurden von Udo André Schäfer gestiftet.

Sportabzeichen 2019

Der TV Hasslinghausen lädt alle interessierten Sportler wieder zu Sportabzeichen-Training und Abnahmeprüfung ein.

Wir treffen uns jeden Montag auf dem Sportplatz in Haßlinghausen, Landringhauser Weg von 17.30 – 19.00 Uhr zum Freilufttraining. Zur Abnahme der Radfahr-Prüfung treffen wir uns 15.9. um 8 Uhr am Parkplatz Beermannshaus in Haßlinghausen. Weitere Infos unter www.tv-hasslinghausen.de.

Jugendzentrum Haßlinghausen

Sommerfest

Das Jugendzentrum Haßlinghausen lädt am 16. Juni alle Kinder, Jugendliche und interessierte Bürger ganz herzlich zu einem Sommerfest ein. „Hereinspaziert und mitgemacht“, so könnte man das Programm verstehen, welches die Mitarbeitenden der Jugendzentren für dieses bunte Fest zusammengestellt haben. Ab 11 Uhr können die Besucher/innen im stündlichen Wechsel fantasievolle Buttons gestalten, sich ein cooles Tattoo malen lassen oder kreative Sonnenkappen basteln. Bis 15 Uhr werden außerdem verschiedene Spiele wie Wizard, Karma, The Mind und andere vorgestellt, sodass auch Spielefreunde auf Ihre Kosten kommen. Im Rahmenprogramm wird das aktuelle Projekt aus den Osterferien präsentiert: die fertige Sendung des Rucksackradio! Außerdem findet ein Vorrundenturnier zu der Deutschen Meisterschaft im Wizard statt. Für Erfrischung sorgt die alkoholfreie Cocktailbar der Caritas, der sogenannte „GigAliner“ und natürlich gibt es auch Kaffee und Kuchen, Grillwürste und Softdrinks.

16 Juni, 11.00 bis 15.00 Uhr

Jugendzentrum Haßlinghausen, Geschwister-Scholl-Straße 8
Tel.: 02339 911547, info@jugendzentrum-hasslinghausen.de

Wasserspielstraße fertig

Endlich kann die neue Wasserspielstraße im ev. Familienzentrum „Am Kindergarten“, Am Kindergarten 14, in Betrieb genommen werden und diesen Sommer reichlich genutzt werden! Dieses Projekt wäre nicht möglich gewesen ohne die finanzielle Unterstützung der Sparkassenstiftung Sprockhövel, welche mit 7.000 € ein Großteil der Gesamtkosten für Anschaffung und Installation der neuen Anlage (i.H.v. 10.000 €) übernommen hat.

Wandertag des TV Hasslinghausen

Der 1. Mai ist der traditionelle Wandertag beim TVH. Morgens um 10 Uhr trafen sich 71 ambitionierte TVH-Wandersportler vor der Sporthalle Haßlinghausen. Mit dabei etwa 40 Mitglieder unserer Sportabteilung Menschen mit geistiger Behinderung. Die Lebenshilfe Ennepe Ruhr/Hagen, hier die Lebenshilfe der Heidestraße in Haßlinghausen, unterstützte die Veranstaltung aktiv mit Betreuern und der abschließenden Grillbeköstigung. Die gesamte Veranstaltung wurde von der Aktion Mensch gefördert, dafür herzlichen Dank.

Der Wanderführer Thomas Hanzlik hatte einen ca. 2 stündigen Weg durch und um Haßlinghausen mit einer Zwischenstation bei Erika und Harald, unseren Leitern der Abteilung Sport für Menschen mit geistiger Behinderung, geplant. Alle Wanderer haben durchgehalten. Dabei Hut ab vor einigen Wanderern mit Gehbehinderung. Sogar das Wetter hat sich von anfänglichem hartnäckigen Frühnebel zu zeitweisem Sonnenschein entschließen können.

Nach 2,5 Stunden freuten sich alle auf Kaltgetränke und Grillwurst sowie Kaffee und Kuchen. Zur Bewirtung nutzten wir den Vorräum der Sporthalle. Die Runde wurde hier noch um einige Personen, die nicht Wandern konnten, erweitert. Im Vorräum konnte bereits alles von fleißigen Helfern vorbereitet werden. Der Grillmeister hatte auch bereits genügend Grillwurst fertig. Alles ging weg wie die berühmten warme Semmeln. Der gespendete Kuchen fand dankbare Abnehmer.

Der TVH bedankt sich bei allen Helfern und Teilnehmern für das Mitmachen. Erfreulich war die, gegenüber der Vorjahre, starke Beteiligung, vor allen Dingen, die der Lebenshilfe. Der TVH hatte gerufen und viele machten wieder mit. Das war schon Balsam für die durch den wetterbedingten Wasserschaden im Januar/Februar 2019 im TVH Jugendheim geschundene Seele der TVH Verantwortlichen.

Foto: TVH privat



69. Traditionelles Pfingstturnier Floristik mit Leidenschaft



In diesem Jahr ist es das 69. Mal für den MRuFV Hasslinghausen sein traditionelles Pfingstturnier auszurichten. Nur noch eine kurze Zeit, dann ist es wieder soweit!

8.-10. Juni

Dann gehen wieder Pferde in Haßlinghausen über die Straße, als wäre das normal. Wir rechnen mit über 1000 Starts. Prüfungen wie der Führzügelklasse für die ganz Kleinen bis hin zum großen Sport wie Springen und Dressur bis Klasse M wurden ausgeschrieben. Es werden Hunderte von Pferden und Hunderte von Reitern an drei Tagen um Sieg und Platz kämpfen. Wie in jedem Jahr gab es viel zu tun und zu organisieren. Vorstand, Pächter und die Vereinsmitglieder sind im Einsatz, um auch dieses Jahr ein sportlich spannendes und interessantes Turnier auszurichten. Pfingstsamstag stehen den ganzen Tag die



Dressurprüfungen auf dem Programm. Bereits morgens ab ca. 8.30 Uhr werden am Samstag die Reiter um Sieg und Platz reiten. Der Sonntag ab 8 Uhr bietet ein gemischtes Programm, unter anderem die Führzügelklasse für die Jüngsten. Am Montag, ab 8 Uhr, kommen die Fans des Spring-

sportes voll auf ihre Kosten von KL. A bis KL. M wird auf dem Turnierplatz Sport vom Feinsten geboten. Für das leibliche Wohl wird gesorgt sein und schönes Wetter wurde ebenfalls bestellt.

Wissenswertes über die Bienen

Dienstag, 11. Juni

10 bis ca. 12 Uhr

Der Imker Michael Haack wird die Zuschauer in seinen Bann reißen. Das Highlight ist natürlich die Vorführung eines Bienenstockes. Hier wird der Unterschied zwischen den weiblichen Bienen, männlichen Drohnen und der Königin sichtbar dargestellt. Es ist erstaunlich, wie friedlich die Bienen in ihrem Stock sind und somit ist die Exkursion vollkommen ungefährlich. Die Produkte, die die Honigbienen liefern, sind ein weiterer Schwerpunkt. Zum Abschluss gibt es eine Honigverkostung. Es bleibt auch genug Zeit für offene Fragen. Treffpunkt Parkplatz Hohenstein (vor dem Hotel), Hohenstein 32, Witten. Kosten: 2,50 €. Weitere Informationen bei Petra Syring, Ev. Erwachsenenbildung, Tel.: 02302-589-197.

Am Ende der Mittelstraße befindet sich das liebevoll gestaltete Fachgeschäft Floristik Penker. Die Geschäftsführerin Elisabeth Penker ist gebürtige Haßlinghauserin. Schon ihre Ausbildung machte sie in dem alteingesessenen Traditionsunternehmen in der Mittelstraße 58. Nach Jahren der Erfahrungssammlung in anderen Floristik- und Gartenbetrieben kehrte sie zurück und übernahm diese. Seit mittlerweile zwanzig Jahren ist ihr Einzelhandelsbetrieb mit ihrer langjährigen Mitarbeiterin, Christine Krone, anzutreffen und nicht mehr aus der Mittelstraße wegzudenken. Das Floristikfachgeschäft überzeugt mit Herz und Leidenschaft.

Neben individuell auf die Kunden abgestimmten Blumengestecken und Sträußen bietet das Geschäft eine gut sortierte Auswahl an Pflanzen und besonderen Dekorationsartikeln. Durch die intensive Beratung hat sich das Team über die Jahre einen festen Kundenstamm aufgebaut.



Die Wirtschaftsförderung mit dem Beigeordneten Volker Hoven zu Besuch bei Floristik Penker in Haßlinghausen.

Ausbildung bei Rewe Lenk

Hi, wir suchen dich!

Wir freuen uns, wenn du unser Team verstärken möchtest. Wir bilden in unseren Märkten in Hattingen, Witten und Sprockhövel in folgenden Berufen aus:

- ✓ KAUFLEUTE IM EINZELHANDEL
- ✓ FLEISCHER/-IN VERKAUFSBETONT
- ✓ VERKÄUFER/-IN



REWE

Lenk

Besser einkaufen. Seit 1963.

Schicke deine Bewerbung einfach an:

REWE LENK OHG
Am Thie 9 | 44869 Bochum

oder per Mail an: lindy-ann.lorenscheid@rewe-lenk.de

Rathausplatz 10 | 45549 Sprockhövel



Wir freuen uns auf Ihren Besuch am Bahnhof Schee auf der Trasse zwischen Wichlinghausen und Niedersprockhövel.



**Täglich wechselnde frische Hausmannsgerichte – über Currywurst bis hin zu leckeren Waffeln und Kuchen.
Probieren Sie unsere Qualitätsweine von Wein Noll, Sprockhövel – Herzkamp.**

Öffnungszeiten: Dienstag bis Donnerstag 13.00 – 19.00 Uhr, Freitag bis Sonntag 11.00 – 19.00 Uhr. Montag Ruhetag. Bei schönem Wetter können sich Anfang- und Endzeiten ändern.



sukhothai

Sukhothai – ein Schmuckstück in Sprockhövel
Begeben Sie sich auf einen kulinarischen Ausflug durch die thailändische Küche. Im exklusiven Ambiente des Restaurants Sukhothai erhalten die Gäste eine hohe Qualität an Speisen, die stets mit frischen Produkten und original thailändischen Gewürzen zubereitet werden. Es werden ausschließlich kontrollierte Waren verwendet und auf artgerechte Haltung geachtet. Das Angebot ist sehr vielfältig, ausgesuchte Weine und leckere Cocktails verwöhnen zusätzlich den Gaumen. Für Festlichkeiten jeglicher Art stehen separate Räumlichkeiten zur Verfügung und gerne werden auch individuelle Buffets geliefert. Der angrenzende, sehr schöne Biergarten erfüllt höchste Ansprüche und ist bei schönem Wetter ein Traum. Besuchen Sie das Sukhothai und lassen Sie sich mit fernöstlichen Spezialitäten verwöhnen. Ein Tipp: Reservieren Sie lieber vor!
Küchenöffnungszeiten: Mo. 17.30 bis 22.00 Uhr, Mi. bis Sa. 17.30 bis 22.00 Uhr, So. 12.00 bis 14.00 Uhr und 17.30 bis 22.00 Uhr, Di. Ruhetag
Bochumer Straße 15, 45549 Sprockhövel, ☎ 023 24/70 2009
www.sukhothai-sprockhoevel.de, info@sukhothai-sprockhoevel.de

Etwas Essen gehen und mit kühlen Getränken erfrischen

Ausflug statt Abflug: nach anstrengender Umland-Expedition in einem Biergarten einkehren

Es gibt Zeitgenossen, die sich – sobald das Wort „Brückentag“ fällt – ins Flugzeug setzen, um die halbe Welt zu reisen, zerstört an überfüllten Orten ankommen und dann froh sind, wenn es wieder nach Hause geht. Gerade über die kommenden Feiertage wie Pfingsten gibt's für viele eine Extra-Freizeit. Die muss man nicht in der Warteschlange beim „Check-in“ am Flughafenschalter verbringen. Ausflug statt Abflug, Gutes liegt so nahe: Wir können zum Beispiel mit unseren Lieben die nähere Umgebung erkunden. Heimatforscher kehren gerne nach einer anstrengenden Umland-Expedition in einem Biergarten ein, gehen dort etwas essen und erfrischen sich mit kühlen Getränken.

Mit viel Liebe zum Detail

Das hat Tradition. Die Bayern haben den Biergarten mit seinen Eigenarten erfunden und praktizieren die Idee mit viel Liebe zum Detail. Das hat auch nördlich des Weißwurst-Äquators zahllose Nachahmer gefunden. Das Online-Lexikon Wikipedia schreibt zum Thema: „Die Bayerische Staatsregierung spricht dem traditionellen Biergarten in der Bier-

gartenverordnung eine wichtige soziale Funktion zu. Biergärten seien ‚beliebter Treffpunkt breiter Schichten‘ der Gesellschaft und ermöglichen soziale Unterschiede zu überwinden. Da die Biergärten in den Augen der Regierung für die Verdichtungsgebiete ein Naherholungsziel darstellen, definiert die Biergartenverordnung einige Ausnahmen für traditionelle Biergärten in Hinsicht auf Nachtruhe und Lärmschutz.“

Unterschiede überwinden

„Im Zusammenhang der Debatten um die Biergärten, die zu der Bayerischen Biergartenverordnung führten, weist die Volkskundlerin Birgit Speckle darauf hin, dass die Vorstellung des sozialen Unterschiedes überwindenden geselligen Biergenusses ein populäres Stereotyp des 19. Jahrhunderts sei. Dabei würden jedoch Brüche ausgeblendet und unlogische Schlüsse gezogen. Dem stehen jedoch zeitgenössische Quellen gegenüber, in denen auswärtige Besucher Münchens oder neu Zugezogene darüber berichten, wie Münchner am Biertisch über alle Standesgrenzen hinweg kommunizieren.“



im Hotel Haus Niggemann

Unser Haus liegt mitten im Naherholungsgebiet „Elfringhauser Schweiz“, 6 Kilometer südlich vom malerischen Hattingen zwischen Bochum und Wuppertal gelegen. Seien Sie zu Gast im Herzstück des Hotels Haus Niggemann – unserem Restaurant „La Casa“. Wir bieten Ihnen traditionelle italienische Küche sowie anregend neue Gerichte aus frischen regionalen Produkten. Wir halten stets eine große Auswahl erlesener Weine für Sie bereit. Ihr Firmenevent oder Ihre Familienfeier richten wir gern für Sie aus – lassen Sie sich von uns beraten. Mo. – Sa. von 17 bis 22 Uhr · So von 12 bis 22 Uhr · kein Ruhetag
Mittagstisch ab 6 Personen mit telefonischer Voranmeldung!
Wodantal 41 · 45529 Hattingen · ☎ 02324 56650
email@lacasa-hattingen.de · www.lacasa-hattingen.de



Die schönsten Biergärten der Umgebung



Università della Pizza

Aus Nah und Fern kommen die Gäste in das gemütlich eingerichtete Restaurant, das seit diesem Jahr mit einer großen windgeschützten und beheizten Terrasse zum Verweilen einlädt. Abends sorgt eine romantische Beleuchtung für eine besondere Atmosphäre.

Um rechtzeitige Reservierung wird gebeten. Neu im Programm ist auch ein original italienischer Eiswagen: im Eingang stehend bietet das Restaurant Eis zum Mitnehmen an.

Eine tolle Bereicherung an der Fahrradtrasse.

Montag Ruhetag
Dienstag – Freitag 16.00 Uhr – 22.00 Uhr
Samstag u. Sonntag 12.00 Uhr – 22.00 Uhr
(Für Gesellschaften auch andere Zeiten möglich – bitte anfragen.)

Am Beermannshaus 16
45549 Sprockhövel-Haßlinghausen
☎ 01578 / 8964748
E-Mail: italianoceve@web.de



6 Jahre Steakhouse Rose – mit Perica Mlakić und seinem Team
Im Juni 2013 übernahm Herr Mlakić mit seinem Team das Restaurant und hat seitdem neue Impulse in sein Restaurant gebracht. Das optische Erscheinungsbild sowie die Speisekarte lassen keine Wünsche offen. In regelmäßigen Abständen finden Musikabende mit dem Künstler Gonzalez statt. Im Sommer findet der Gast im angrenzenden Biergarten ein sonniges oder auch schattiges Plätzchen in schöner Atmosphäre.

Feiern im Steakhaus Rose!

Bitte reservieren Sie rechtzeitig für Ihre Familien- und Geschäftsfeiern.

Hauptstraße 79 · 45549 Sprockhövel · Telefon: (023 24) 97 16 13
Öffnungszeiten: Dienstag – Sonntag: 11.30 – 14.30 Uhr u. 17.30 – 23.00 Uhr
Montag: Ruhetag



Physiotherapie Vanderborcht

Gleichgewichtsstörungen und Schwindel?

Erlangen Sie Ihre Sicherheit zurück.

Ergänzend zur ärztlichen Therapie, kann die Physiotherapie oder Gleichgewichtstraining genutzt werden. Sprechen Sie gerne mit uns, oder Ihrem Arzt.

Indikationen und Beschwerdebilder:

- phobischer Schwankschwindel / Attackenschwindel
- Lagerungsschwindel
- zervikaler Schwindel

Rufen Sie uns an, wir freuen uns auf Sie, Ihr Praxisteam Vanderborcht



Tel.: 02324/ 74351
www.vanderborcht.de
Alte Bergstr. 2 | 45549 Sprockhövel

Training statt Medikamente

Wirksame Therapie bei Schwindel

Schwindel ist ein Anzeichen für zahlreiche neurologische Erkrankungen mit Störungen der Bewegungskoordination. Schwindelanfälle können ebenfalls durch Gleichgewichtsstörungen oder durch Blockaden der oberen Hals- und Brustwirbel entstehen. Viele Betroffene greifen dann häufig zu Medikamenten, die nur die Symptome lindern statt die Ursache zu behandeln. Eine wichtige Therapieform ist die Physiotherapie. Mit gezieltem Gleichgewichtstraining kann das Gehirn lernen, keinen Schwindel mehr zu signalisieren.

Für das Gleichgewicht und die Orientierung im Raum sind z.B. das Gleichgewichtsorgan im Innenohr, die Augen, die Informationsverarbeitung im Gehirn und Sinneszellen, die die Körperhaltung registrieren, zuständig. Auch aus der oberen Halswirbelsäule werden Informationen über die Kopfhaltung an das Hirn weitergeleitet. Sind einzelne Wirbel blockiert, ist diese Information widersprüchlich und es kommt bei Kopfbewegungen zu Schwindel. Die physiotherapeutische Behandlung kann Blockierungen z. B. durch manuelle Therapie lösen, je nach Ursache für den Schwindel, ist die Behandlung verschieden. Sie hat meist zum Ziel, die Gleichgewichtsreaktionen zu verbessern. Nach Anleitung durch den Physiotherapeuten können Schwindel-Patienten viele Übungen auch selbstständig zuhause durchführen. Als „Hausaufgabe“ erhalten Betroffene dann z. B. eine Übung zur Mobilisierung der Wirbelsäule. Bei neurologischen Störungen sind hingegen Balanceübungen zu empfehlen, die immer mehr Gleichgewicht erfordern – erst im Sitzen, im Stehen und schließlich auf wackeligem Untergrund. Zuhause können Betroffene dann z. B. den Einbeinstand trainieren, während sie mit den Augen einen bestimmten Punkt fixieren. Da Schwindel-Patienten ein vielfach erhöhtes Sturzrisiko haben, können Balanceübungen nicht nur das Gleichgewicht sondern auch die Gangsicherheit trainieren. Gerade wer sich unsicher fühlt, sollte Bewegung nicht meiden. Wichtig ist, dass Betroffene aktiv bleiben und dem Schwindel nicht aus dem Weg gehen. Der persönliche Umgang mit dem Schwindel ist entscheidend. Quelle: Bundesverband selbstständiger Physiotherapeuten – IFK e.V.

Von dezent bis extravagant



Trend 5: Pointed Cateye-Brillen

Der obere Rahmen der bekannten Brille in Katzenform läuft jetzt spitz zu. Dazu schmale Gläser, Farben, Materialien und Muster in allen Varianten.

Trend 6: Doppelsteg-Brillen

Brillen mit Doppelsteg machen weiterhin Quote. Neu: Nasenstege sind auffällig geformt, der Blick durchs Schlüsselloch geradezu ein Muss. Materialien und Farben werden munter gemixt und versprühen mal Vintage-, mal modernes Flair. Quelle: KGS

Die neuen Modelle überraschen. Rahmenlose Brillen erhalten einen kreativen Schliff, Retro-Fassungen werden neu interpretiert. Dazu kommen Brillen mit raffinierten Cut-Outs, wilden Mustern oder in zwei Tönen – je individueller, desto besser.

Trend 1: Rahmenlose Brillen

Rahmenlose Brillen, ehemals unsichtbar, begeistern jetzt mit Ausdruck. Der Star ist das Glas: mit Facettenschliff oder getönten Kanten, sechs- oder achteckig oder auch in Pilotenform.

Trend 2: Brillen mit Cut-Outs

Ein Trend-Look – detailverliebt, fast schon architektonisch. Das bringt Raffinesse und passt zum Streetstyle-Look ebenso wie zur festlichen Abendrobe.

Trend 3: Brillen mit Muster

2019 wird nicht gekleckert, sondern geklotzt – mit ausdrucksstarken Mustern. Wild, grafisch, blumig, mal im Farbenrausch, mal im Ombré- oder Camouflage-Look.

Trend 4: Zweifarbige Brillen

Brillen in zweifarbigem Acetatschmeicheln einfach jedem. Wer bei den auch Two-Tone genannten Fassungen an Rockabilly denkt, liegt goldrichtig und feiert das Remake der 50er und 60er Jahre.



DUO
Optik & Akustik
Das Hattinger Haus für Sehen und Hören

Unser Service

- Kostenlose Brillenwartung
- Kostenloser Computer-Sehtest
- Brillenversicherung
- Brillen Abo-System
- Führerschein Sehtest
- Vergrößernde Sehhilfen
- Kostenloses Kontaktlinsen-Probetragen

Große Auswahl an Marken- & Designer-Brillen

Das Hattinger Haus für Sehen und Hören · Untermarkt 4-8 · Hattingen · www.duo-optik-akustik.de



Sven Kortmann erklimmt die Dächer der Erde



„Sport als Wettkampf ist nicht so meins“, erklärt Sven Kortmann (29). Dass der athletische Wittener auch ohne Stoppuhr sehr sportlich unterwegs ist, wird schnell klar, wenn der Wittener erzählt, wie er die Gipfel dieser Erde erobert. Gerade ist er von der Besteigung des Aconcagua, des mit 6.961 m höchsten Bergs Süd-Amerikas, heimgekehrt, an dem er als Guide gearbeitet hat.

Anspruch: Faires Bergsteigen

Eine besondere Faszination hatten die Berge schon immer auf den Studenten der Umwelttechnik ausgeübt, aber erst 2013 machte er „Nägel mit Köpfen“. Seitdem investiert er alles, was er an Zeit und Geld aufbringen kann, in das Bergsteigen. Sein Anspruch: die Berge „fair“ zu besteigen – ohne Helfer, ohne künstlichen Sauerstoff.

Weg zur Selbsterkenntnis

„Faires Bergsteigen setzt ein unvorstellbar großes Maß an Leidenschaft voraus und besteht nicht nur aus atemberaubenden Bergblicken“, bekennt sich Sven Kortmann zu seiner Art des Sports. Die Teilnehmer tragen deshalb die Ausrüstung eigenhändig in das nächste Zwischenlager. Seile, Gas, Zelte und Nahrungsmittel – alles muss über Tage – zigmal den gleichen Weg hochgetragen werden. Hinzu kommt die Gewöhnung an die dünner werdende Luft, verbunden mit den ab einer gewissen Höhe unausweichlich auftretenden Symptomen der Höhenkrankheit. Die Schlafhöhe sollte täglich nicht um mehr als 400 Höhenmeter gesteigert werden, um diese Symptome zu minimieren. An Gipfeltagen sind auch locker mal 1000 Höhenmeter/Tag möglich. „Bergsteigen ist ein interessanter Prozess, in dem du dich selbst ken-

nenlernst“, erklärt Sven Kortmann. Seiner Beobachtung nach zeigen sich die Menschen am Berg, wie sie wirklich sind. Die Gruppen setzen sich in Abhängigkeit vom Anspruch des Berges mal aus fünf, mal aus 14 Teilnehmern zusammen, ideal sind zwei bis vier Bergsteiger „Ich arbeite gerne mit Menschen zusammen und ein gutes Team stützt auch Schwächere.“

Größte Gefahr droht beim Abstieg

Ab 7.200 m Höhe beginnt die sogenannte „Todeszone“. Der Körper nimmt keine Nahrung mehr auf, sondern verbraucht nur noch seine eigenen Kraftdepots bis hin zu seinen Muskeln. Es gibt nur eins, schnell rein und wieder raus.

Der Lohn für wochenlange Mühen und Entbehrungen winkt mit dem Blick auf ein unbeschreibliches Bergpanorama und das Glücksgefühl, es zusammen geschafft zu haben.

Bei aller Euphorie, die größte Gefahr geht jedoch vom Abstieg aus: „Die Freude über das Erreichte verführt zum Nachlassen der Konzentration, aber ein kleiner Fehler und du bist möglicherweise tot“, bringt es Sven Kortmann deutlich auf den Punkt.

Mit Sauerstoff auf den Mount Everest ist keine große Leistung

Das Gegenteil von fairem Alpinismus sind durchorganisierte Touren mit enormen logistischen Aufwand. Die Teilnehmer zahlen bis zu 100.000 \$ und werden dafür auch per Helikopter in das Basislager geflogen, während Helfer die Ausrüstung einschließlich jeder Menge künstlichen Sauerstoffs hochschleppen. Bekannt sind vor allem die Sherpas im Osten Nepals. Sie begleiten die Bergsteiger dann Schritt für Schritt in einer Eins-zu-eins-Betreuung bis auf den Gipfel und zurück. Liegen bleiben riesige Müllberge. „Nicht meine Welt“, meint Sven Kortmann. Der Laila Peak (6096m) und der Hidden Peak (8080m) in Pakistan warten. dx





Beschleunigt Hautalterung

Risiken des Sonnenbades oft unterschätzt

Der kalendarische Sommeranfang steht vor der Tür. Doch egal, ob im Urlaub oder zu Hause, bei aller Vorfreude auf heiße Sommertage sollten dennoch die Gefahren der UV-Strahlung nicht unbeachtet bleiben. Birgit Dreyer, die Reiseexpertin der „Europäischen Reiseversicherung“ (ERV), gibt allen Sonnenanbetern einige Tipps mit auf den (Urlaubs-)Weg.

„Noch immer werden die Risiken des Sonnenbades oft unterschätzt. Denn die im Sommer besonders hohe UV-Strahlung hinterlässt bereits Schäden, bevor eine Rötung der Haut sichtbar wird“, warnt die Reiseexpertin. Das ultraviolette Licht beschleunigt nicht nur die Hautalterung, sie erhöht auch das Risiko an Hautkrebs zu erkranken. Wie viel Sonne jeder einzelne verträgt, bevor er Sonnenbrand bekommt, hängt vom individuellen Hauttyp ab.

Um sich vor den schädlichen Strahlen zu schützen, gibt es zahlreiche Cremes, Öle und Sprays. Was hilft wirklich und welche Stärke wird empfohlen? „Der Lichtschutzfaktor gibt an, um wie viel länger die Haut der Sonne ausgesetzt werden kann, bevor sie rot wird“, sagt Birgit Dreyer. Der Schutz erhöht sich ab einer gewissen Stärke nicht mehr proportional zum angegebenen Lichtschutzfaktor.

Eigenschutzzeit von 15 Minuten

Der Lichtschutzfaktor 50 blockt im Vergleich zum Lichtschutzfaktor 30 nur noch ein Prozent mehr. So ist ein Mensch des Hauttyps II mit einer Eigenschutzzeit von 15 Minuten mit Lichtschutzfaktor 30 rund siebeneinhalb Stunden vor der Sonne geschützt. „Durch erneutes Eincremen verlängert sich der Schutz jedoch nicht“, gibt die Reiseexpertin zu bedenken. Dennoch rät sie allen Sonnenbadenden, den Sonnenblocker alle zwei Stunden aufzufrischen, dieser kann selbst außerhalb des Wassers durch Schwitzen beschädigt werden. Dabei müssen Sonnenanbeter für effektiven Schutz nicht tief in die Tasche greifen: Untersuchungen der Stiftung Warentest ergaben, dass auch die günstigen Produkte aus der Drogerie qualitativ hochwertig sind.



Hilfe, Mücken!

Tigermücken, Sandmücken und Anophelesmücken gelten als Überträger gefährlicher Krankheiten. Diese Mückenarten wurden in den letzten Jahren vermehrt auch in Deutschland gesichtet. Die meisten Mücken sind nachtaktiv, deshalb sind Schutzmaßnahmen gegen Mückenstiche nach Einbruch der Dämmerung empfehlenswert. Im Freien ist Kleidung mit langen Ärmeln und Hosenbeinen ratsam. Ein sehr guter Schutz gegen das Mückenproblem ist das neue „Alukon Insektenschutz-System AL-IS“. Fachgerecht montiert, verhindert es das Eindringen von Mücken oder sonstigen Insekten ins Haus (www.alukon.com). Foto: Ekamelev/pixabay

Warum schaden wir uns eigentlich selbst?

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



mit Dr. med. Willi Martmöller

Rauchen, zu wenig Sport, Alkohol, zu wenig Schlaf, negativer Stress, ungesunde Ernährung – die Liste aller Dinge, mit denen sich der Mensch selbst Schaden zufügt, ist lang. Doch warum machen wir das eigentlich? „Der Neurobiologe Joachim Bauer hat dazu wunderbare Erklärungen. Einige unserer inneren Konstruktionsmerkmale, die sich gut mit den Lebensbedingungen unserer evolutionären Vorfahren vereinbaren ließen, passen mit den Lebensbedingungen heutiger Wohlstandsgesellschaften nicht mehr zusammen. Ständig auf der Suche nach der möglichst schnellen Befriedigung von Bedürfnissen zu sein, war vor zwei oder drei Millionen Jahren sinnvoll. Heute dagegen kann uns ein solches Verhalten, wenn wir es nicht steuern, schaden, sowohl dem Einzelnen als auch der Gesellschaft. Die Evolution hat unser Gehirn – allerdings erst in den vergangenen paar hunderttausend Jahren – mit einigen neuen Modu-

Auch Medikamente können uns schaden!

Je älter ein Mensch ist, desto mehr Medikamente nimmt er ein. Es wird immer schwieriger, zwischen Wirkungen und Nebenwirkungen zu unterscheiden. Bei mehr als 30 Prozent der Bevölkerung ist die Fähigkeit zur natürlichen Entgiftung des Körpers auf Grund einer genetischen Veranlagung massiv vermindert (Joachim Bauer, Psychosomatische Medizin Universitätsklinik Freiburg). Diese Patienten vertragen die als „normal“ angesehene Standard-Dosierung von Psychopharmaka, bestimmten Rheuma- und Schmerzmitteln oder Kreislaufmedikamenten nicht. Die Folge: Die Patienten zeigen zum Teil schwere Unverträglichkeitsreaktionen. Laut Bauer gehen seriöse Untersuchungen davon aus, dass in Deutschland jährlich mehr als 16 000 Todesfälle und 120 000 schwere Zwischenfälle auf Medikamenten-Unverträglichkeit zurückzuführen sind. Die verminderte Fähigkeit, Beruhigungsmittel oder Antidepressiva abzubauen, hängt mit dem so genannten Entgiftungs-Enzym P450 zusammen, das bei vielen Menschen genetisch verändert ist.

Der Geriater Eric B. Larson und Koautoren wiesen bereits 1987 auf den Zusammenhang zwischen dem Umgang mit Arzneimitteln und dem Entstehen demenzieller Syndrome beziehungsweise einer Alzheimerkrankheit hin.

len ausgestattet, die uns gegenüber allen anderen Lebewesen einen entscheidenden Vorteil verschaffen können. Diese Module sitzen im Stirnhirn und ermöglichen dem Menschen, triebgesteuerte, nur auf kurzfristige Befriedigung zielende unbewusste Impulse zu kontrollieren und einer Strategie unterzuordnen, die auf mittel- und langfristige Erfolge setzt. Diese Strategie hat alles entstehen lassen, was wir heute an Technik, Kultur und Wohlstand haben. Paradoxe Weise sind es jetzt aber vor allem die Versuche des Wohlstands, mit denen wir untergraben, was unsere Erfolgsstrategie war – nämlich unsere Fähigkeit zur Selbststeuerung“, so Dr. Willi Martmöller. „Für Joachim Bauer ist klar: Wenn das Innere Selbst Kraft hat, wenn wir Selbstvertrauen haben und uns etwas zutrauen, dann hat das immer auch eine Vermehrung unserer Selbstheilungskräfte (Resilienz) zur Folge. Wenn andere Menschen also durch das, was sie uns sagen, unser Selbst stärken, dann kann das eine Heilkraft haben. Umgekehrt gilt dies natürlich auch im Negativen. Gute Ärzte heilen also eigentlich immer zweifach: einmal durch die medizinischen Maßnahmen und zum anderen durch das Gespräch mit dem Patienten.“ anja

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



Es fliegen wieder vermehrt Pollen von Pappel, Weide und Esche. Auch Birken machen sich bemerkbar. Betroffene können sich mit Medikamenten helfen – und durch natürliche Mittel. Beim Kontakt mit Pollen setzen die Körper von Allergikern Botenstoffe wie Histamin frei – diese lösen Heuschnupfensymptome aus: Niesattacken, Schnupfen, tränende Augen und Juckreiz. Dagegen lässt sich mit natürlichen Substanzen vorbeugen. Sie setzen die Ausschüttung des Botenstoffs herab, der die Immunabwehr alarmiert, oder bauen ihn ab. In einer Studie zeigte sich, dass Omega-3-Fettsäuren die Reaktion bei Kontakt mit kleinen Mengen eines Allergens abschwächen. Foto: Eva-Foreman/www.istockphoto.com/Getty Images Plus/akz-o

Wetter beeinflusst Wirtstiere

Mit guter Vorsorge kann Zeckenjahr kommen

Das Jahr 2018 war ein Zecken-Rekordjahr. „Einer der Gründe für das vermehrte Zeckenaufkommen liegt in den höheren Temperaturen, insbesondere an den milden Wintern“, erläutert Zeckenexperte Professor (a.D.) Dr. Jochen Süß, „denn Wetterbedingungen haben auf Wirtstiere und Zecken einen großen Einfluss.“

Auch wurde ein neuer Höchststand von Frühsommer-Meningoenzephalitis-(FSME-)Erkrankungen erreicht. Da die Krankheit schwerwiegende Folgen haben kann, sollte man Zeckenstichen durch entsprechende Maßnahmen vorbeugen. Man sollte die folgenden Vorkehrungen gegen Zeckenstiche treffen: Das Tragen von heller, langer Kleidung erschwert den Blutsaugern zum einen den Zugang zur Haut, und zum anderen sind die Tiere auf hellen Stoffen besser sichtbar und können entfernt werden, bevor sie zustechen.

Um die Tiere auf Abstand zu halten, sollte man sich auch regelmäßig mit insektenabweisenden Sprays, sogenannten Repellents, einsprühen. Ein Absuchen des Körpers nach jedem Aufenthalt in der Natur hilft, Zecken schnellstmöglich zu entfernen. Zusätzlich kann eine Impfung dazu beitragen, das Risiko einer FSME-Erkrankung durch einen Zeckenstich zu verringern. Der mehrjährige Impfschutz wird durch drei Einzelpflichtungen aufgebaut.

Auch kurzfristig lässt sich ein Impfschutz erzielen. Bei niedrigen Temperaturen fallen Zecken in Winterstarre. Sobald die Temperaturen jedoch an mehreren Tagen hintereinander mehr als 7 Grad Celsius erreichen, werden sie aktiv und machen sich auf die Suche nach potenziellen Wirten. Welche Auswirkungen die Temperatur auf die Tiere hat, zeigt sich auch durch das erstmalige Auffinden von Einzel Exemplaren der Tropen-Zecke „Hyalomma“ im ungewöhnlich warmen deutschen Sommer 2018. Mit den Vorsorgemaßnahmen kann man nie früh genug starten. Informationen rund um Zecken und die optimale Vorsorge: www.zecken.de.

Mindestens fünf Diagnosen

Operation: Ältere Patienten Herausforderung

Immer mehr Menschen erreichen ein hohes Alter. Das ist einerseits eine gute Nachricht. Allerdings treten – statistisch gesehen – mit dem Alter zunehmend Krankheiten auf. „Ältere Patienten, die ins Krankenhaus aufgenommen werden, haben neben ihrer Erkrankung in der Regel mindestens fünf weitere Diagnosen“, sagt Matthias Blase vom Evangelischen Krankenhaus (EvK).

Beim gut besuchten Vortrag der Reihe „Medizin konkret“ zum Thema „Operationen im Alter“ ging es um die medizinische Betreuung älterer Patienten. Sie stellt deshalb die Ärzte bei einer Operation vor besondere Herausforderungen. „Beim Eingriff als solchem macht es keinen großen Unterschied, ob wir einen 30-jährigen oder einen 70-jährigen operieren“, sagt Matthias Blase, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie im EvK. Doch bei der Vorbereitung auf die Operation, bei der Wahl der für den Patienten individuell besten Therapiemethode und bei der Betreuung nach dem Eingriff gilt es einiges zu berücksichtigen. Chronische Erkrankungen wie Bluthochdruck, Rhythmusstörungen oder Herzinsuffizienz, Arthrose und Rückenbeschwerden, Diabetes, funktionale und kognitive Einschränkungen sowie unter Umständen eine Vielzahl an Medikamenten, die der Patient gegen seine Beschwerden einnimmt, erhöhen ebenso wie eine schlechte körperliche Verfassung das Risiko bei einer Narkose und Operation. Bei planbaren Eingriffen wird deshalb versucht, die Ausgangssituation des Patienten zu verbessern, erklärt Klinik-Chef Matthias Blase. Etwa, indem Ernährung, Herz-Kreislauf-, Nieren- und Lungenfunktion bestmöglich eingestellt werden.



Matthias Blase, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie

Funktionale und kognitive Einschränkungen

Nach dem Eingriff kann – zum Beispiel aufgrund körperlicher, funktionaler und kognitiver Einschränkungen – die Mobilisierung schwieriger sein. Deshalb erfordert eine kompetente ganzheitliche Betreuung oft die Zusammenarbeit verschiedener Disziplinen und Berufsgruppen. Wichtig sei auch eine gute Entlassplanung, betont Matthias Blase. Der Sozialdienst prüft deshalb den aktuellen Versorgungsbedarf des Patienten. Bei Bedarf berät er über Möglichkeiten der ambulanten Pflege, über Kurzzeitpflege- oder stationäre Pflegeeinrichtungen. **Unter dem Motto „Medizin konkret“ informiert das Evangelische Krankenhaus Witten regelmäßig über aktuelle Themen aus den Bereichen der Medizin, Pflege und Therapie.**

INFOS ÜBER NÄCHSTEN MEDIZIN-KONKRET-VORTRAG

Dr. Thomas Meister, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, bittet Mittwoch, 10. Juli, 17 Uhr, unter dem Motto „**Was Sie schon immer über Narkose, Rückenmarksbetäubung, Intensivstation und Co. wissen wollten**“ zur Anästhesie-Fragestunde.

Ay-Senio Seniorendienst

Betreuung • Begleitung • Unterstützung

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

Mit Pflegegrad **kostenlose Hilfe im Alltag**

☎ 02302 7075360 • Crengeldanzstraße 88a • 58455 Witten



Bikini und mehr: Trends für die schönste Zeit im Jahr

Endlich wieder Wasserspaß und Strand genießen. Und das in den angesagten Bademoden der Saison. Dazu ein paar Flip Flops an die Füße und dem Genießen steht nichts mehr im Wege. Erlaubt ist, was gefällt – doch was ist besonders angesagt?

Häkel-Bikini, Animalprint und Retro-Style sind ganz große Themen in diesem Sommer. Crinkle-Mode und feminine Details locken ebenso wie Wickel-Effekte. Starke Farben machen sich gut auf sonnengebräunter Haut. Plakative Schriftzüge, Ringdetails und One shoulder kommen auch gut an. Der klassische Badeanzug ist dabei genauso trendy wie ein aufregender Bikini.

Was einem steht und gefällt, muss jeder für sich selbst beurteilen, aber was wirklich toll aussieht, ist Bademode, in der Frau sich zu hundertprozent wohlfühlt. Denn nur wenn man sich gut fühlt, kann man das auch ausstrahlen. Und da kommt es in erster Linie hauptsächlich auf die Passform an und nicht unbedingt auf jeden aktuellen Trend. Bei Bademode ist es mindestens genauso wichtig wie bei der Unterwäsche, das alles perfekt passt. Deshalb ist auch für Bikinis oder Badeanzüge eine Passformberatung sehr wichtig. Denn nur wenn alles richtig sitzt, sieht es auch gut aus und gibt den nötigen Halt und ein sicheres Gefühl. Denn gibt es etwas Schlimmeres, als ins Wasser zu springen und beim Auftauchen zu sehen, dass alles verrutscht ist, womöglich sogar das Oberteil an einer anderen Stelle auftaucht als die Trägerin? Oder

wer gerne Beachvolleyball spielt, sollte vorher die Frage beantworten könnten, ob Bikini und Badeanzug da auch gerne mitspielen.

Der perfekte Sitz ist noch wichtiger, wenn man nicht gerade super-schlank ist. Jeder hat nämlich das Recht auf seine Bikini-Figur. Problemzonen kaschieren – das geht! Hier ein paar Tipps:

Bikini, Tankini & Co. müssen perfekt sitzen und sollten nicht zu eng sein. Zu knappe Mode schneidet ein und macht optisch dicker!

Wer einen großen Busen hat, sollte bei Bikinis generell darauf achten, dass die Träger breit und stabil sind. Eingearbeitete Bügel und unterlegte Cups stützen die Brust noch dazu optimal, heben sie an und zaubern so ein Wahnsinnsdekolleté. Bügel-Bikinis haben gegenüber losen Triangel-Oberteilen den Vorteil, dass sie stabiler sitzen und den Busen besser in Form bringen. Noch dazu verabschieden sie sich beim Sprung ins Wasser nicht so schnell.

Der perfekte Sitz ist absolut entscheidend

Wer lediglich mit ein paar Röllchen am Unterbauch kämpft, kann wunderbar einen der gerade sehr angesagten Retro-Bikinis mit Tailenslip tragen. Durch den hohen Schnitt kaschieren sie den Unterbauch perfekt und lenken den Blick auf den schmalen Oberbauch und das Dekolleté. Wer seinen kompletten Bauch als „Problemzone“ definiert, der sollte auf einen Bikini verzichten – Tankini oder Badeanzug sind die bessere Wahl. Badeanzüge mit kleinem Röckchen kaschieren übrigens breite Hüften und Po.

Und noch etwas zum Thema Farbe: Schwarz kaschiert zwar in der Größe, macht aber Winterhaut auch blass. Hier hilft ein vorbräunendes Sunspray oder man nutzt eine Knallfarbe, gerne uni, die den Kontrast zur Haut verstärkt. Als Strandläufer macht man übrigens in sanften und weit fallenden fließenden Stoffen eine gute Figur – eine Tunika über dem Badeanzug sorgt für ein angenehmes Gefühl beim Spaziergang. Egal ob Frau mit oder ohne Rubensfigur unterwegs ist – der persönliche Wohlfühlaspekt steht schon absolut im Vordergrund und lässt den Sommer 2019 zu einem echten Highlight werden! *anja*

Monika Prahl
Friseurmeisterin

Das Team wünscht allen Kunden einen schönen Sommer!

Kreisstr. 126 · 58454 Witten · ☎ 02302 89864 · www.monika-prahl.de
Di.-Fr. 8.30-18.00 Uhr, Sa. 8.30-14.00 Uhr

Top-Wanderschuhe

Größen von 27 bis 51!
in riesiger Auswahl



zu bekannt günstigen Preisen!

Ausführung:



Wandern macht glücklich!



Mittelstraße 49

45549 Haßlinghausen

☎ 0 23 39/57 58

Schuhmode **GELLER**

Gutenbergstraße 2

45549 Sprockhövel

☎ 0 23 24/68 67 90

Das Muttental und 8 weitere Touren sind wunderbar wanderbar!



Unterwegs mit Manuel Andrack: Neuer Wanderführer 2019 Quelle: obs/KCM/Emanuel Bloedt

Die Touren sind so vielfältig wie NRW selbst. Der Spur der Kohle folgt er auf dem Muttentalweg. Auf dem Bergbauweg zum Lüderich wurde zwar keine Kohle gefördert, aber Erz. Aber nicht nur die industrielle Vergangenheit lockt, sondern auch die vielseitige Natur in NRW. Manuel Andrack entführt die Wanderfans zum Beispiel ins Siebengebirge oder auf dem südlichen Baldeneysteig um den gleichnamigen See in Essen.

Bei insgesamt neun Touren ist sicher für jeden Geschmack etwas dabei. Jede Route ist detailliert beschrieben. Zusätzliche Informationen etwa zur Streckenlänge, Höhenmetern, Dauer und Schwierigkeitsgrad sowie Angaben zu Einkehrmöglichkeiten sowie zur bequemeren An- und Abreise mit Bus und Bahn helfen bei der Planung. Und schließlich verateten die von Manuel Andrack vergebenen Sterne, wo es dem Experten besonders gut gefallen hat.

Die kostenlose Broschüre ist bei vielen Kundencentern der Verkehrsunternehmen in NRW sowie in vielen Hotels, Touristikbüros und Bibliotheken erhältlich. Unter www.busse-und-bahnen.nrw.de/wandern ist die Broschüre auch online erhältlich.

Wittener Tour erhält 5 Sterne von Manuel Andrack

„Der bergbaugeschichtliche Rundweg im Muttental gehört zu den ausgewählten Touren“, freut sich Jessica Eger vom Wittener Stadtmarketing. Das Stadtmarketing-Team hält das Wandermagazin kostenlos im Tourist- und Ticket-Service am Rathausplatz in Witten bereit. Die Geschichte der Kohle, Erlebnisreichtum und das schöne Ruhrtal haben den Wanderexperten restlos begeistert. Die Tour gehört mit ca. 12,9 km Länge zu den mittelschweren Strecken und ist somit für die ganze Familie geeignet. Als besonderes Highlight hebt Manuel Andrack die Burgruine Hardenstein hervor – wegen ihrer schönen Lage an der Ruhr, dem eigenem Bahnhof für die Museumsbahn und der Sage vom geheimnisvollen Zwerge König Goldemar, die mit der Geschichte der Burg eng verknüpft ist.

Andracks Wandermagazin macht große Lust auf die Wittener Entdeckungstour. Eine Wanderkarte findet man unter www.busse-und-bahnen.nrw.de/wandern. „Das Stadtmarketing-Team gibt gerne weitere Freizeit-Tipps für eine schöne Zeit im Muttental“, so Jessica Eger.

HAARVERLÄNGERUNG
ALLES RUND UM DAS HAAR
BRAUTFRISUREN
KOSMETIK
PERMANENT-MAKEUP

Bei uns sind Sie auch ohne Termin herzlich willkommen.

Das Team wünscht allen Kunden einen schönen Sommer!

HaarSpitze Inh.: Monika Prahl

58452 Hattingen · Marxstraße 5 · Tel.: 02324-682010
Mobil: 0163-4720222 · www.haar-spitze.net

SALONSCHULUNGEN



Ausstellung bis So. 16.6.
Öffnungszeiten Mi. – Fr. 15 – 18 Uhr
und Sa. + So. 11 – 18 Uhr – Eintritt frei
FarbSTOFF

Barbara Esser und Wolfgang Horn. Gewebe – Objekte – Grafik. Stadtmuseum Hattingen, Marktplatz 1-3, Hattingen.

Fahrten an jedem 3. So. im Monat: So. 16.6., 21.7., 18.8. + 15.9.

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

4.6.*/5.6.*/8.6.*/9.6.*/10.6.*/12.6.*/14.6. *19.30 Uhr, **19 Uhr

Leonce und Lena
 Zwei Königskinder, auf der Flucht vor einer Zwangsheirat, treffen aufeinander und verlieben sich – nicht wissend, dass sie es sind, vor wem sie fliehen. Zeche Eins, Prinz-Regent-Str. 50-60, Bochum.

Di. 4.6. 19 bis 21 Uhr – Eintritt frei
Treffen Tauschring HAT
 Treffen, um Dinge und Dienstleistungen zu tauschen. Bürgercafé im Holschentor, Talstraße 8, Hattingen.

Mi. 5.6. 19 Uhr – Eintritt frei
„1984“ und „Neunzehnhundertvierundachtzig“
 (GB 1956/1984, FSK 12/16, /106/90 Min.). Filmabend. LWL-Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen, Telefon 02324 9247-140.

Mi. 5.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Mitmach-Spaß-Orchester
 Anfänger und Fortgeschrittene musizieren gemeinsam im „Spaß-Orchester“. Es werden keine musikalischen Kenntnisse oder Fähigkeiten vorausgesetzt. Alltagsinstrumente, wie Plastiktüten, Schuhtrommel, Händeklatschen ergänzen das vorhandene Instrumentarium. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Do. 6.6. 18 Uhr
Kräuterseminar
 Durchgeführt von Ursula Stratmann. Anti-Aging-Wildkräuter-Delikatessensalat – selbst gesammelt... und dann festlich verspeist mit Kräuterbrot und Likörchen im Haus Oveney. Treffpunkt: Parkplatz Oveney (Sackgasse, Minigolfhütte). Anmeldung nur über uschi.stratmann@web.de oder 02324/9 69 01 25.

Do. 6.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Die „Buchmangel“
 Der etwas doppeldeutige Veranstaltungstitel „Buchmangel“ ist bewusst gewählt. „Es gibt in der Bücherwelt nicht nur ‚Mängelbeispiele‘ oder auch ‚mangelhafte‘ Bücher, man kann Bücher auch durch die Mangel drehen“, so erklärt Judith Caspers die Idee zum Titel. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.



© Frank Soens

Do. 6.6. 20 Uhr
Stephan Bauer

Freue. Viele Menschen können das nicht. Warum eigentlich nicht? Bei Tieren funktioniert das doch auch. Pinguine sind sich ein Leben lang treu – aber die sehen halt auch alle gleich aus... WERKSTADT, Mannesmannstraße 6, Witten.

Do. 6.6.+13.6. Öffentliche Proben, **5 €.** **Sa. 15.6., 19.30 Uhr.** **Premiere.** **Nächste Vorstellungen: 18.6 / 19.6. / 30.6. / 7.7. / 13.7. / 14.7.**

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

Fr. 7.6./22.6./5.7. 19 – 19.50 Uhr
2069 - Das Ende der Anderen
 Science-Fiction-Theaterstück für Jugendliche und Erwachsene. Die „Anderen“, die früher oft als „Nicht-Deutsch“ angesehen wurden, sind nun in der Mehrheit. Sie versuchen eine Welt zu schaffen, die für alle lebenswert ist. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Fr. 7.6. bis Mo. 10.6.
Kemnade in Flammen
 Volksfest mit Kirmes und Live-Musik am Kemnader See. Fr.: 17 – 0 Uhr, Sa. 14 – 0 Uhr, So. 11 – 0 Uhr, Mo. 11 – 23 Uhr.

Fr. 7.6. 15 – 16 Uhr
Bilderbuchkino
 mit digitalem Spielspaß. „Der kleine Drache Kokosnuss und die Mutprobe“ von Ingo Siegner. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, Hattingen.

Fr. 7.6. 10.00 – 16.30 Uhr
Schnuppertag MasterFit
 Am Schnuppertag MasterFit stellt das Department für Pflegewissenschaft den Masterstudiengang Pflegewissenschaft vor. Der Studiengang richtet sich an pflegewissenschaftlich Interessierte, die bereits über einen ersten Studienabschluss (Bachelor oder Diplom) verfügen. Universität Witten/Herdecke, Veranstaltungsort: Stockumer Str. 12, Raum D54 (DG rechts).

Fr. 7.6. 20 Uhr
DJ Bobo
 Westfalenhalle, Dortmund.



Fr. 7.6. 20 Uhr – Eintritt frei
„Molly Lane“

Groovender, funkiger und jazziger Rhythm & Blues. Neben Songs von Dieter Wilms und Reiner Umland präsentiert die Band Blues Klassiker, Soul, Funk, Swing und Rock & Roll. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

8.6.*/9.6./4.7.*/20.6.**/9.7.*/12.7.*;**
 *19.30-22.30 Uhr, **19-22 Uhr

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

Sa. 8.6. – Mo. 10.6.
46. Internationales A-Junioren-Fußballturnier
 Top-Teams wie Real Madrid und Manchester United sind in der Vergangenheit ebenso aufgelaufen, wie Spitzenmannschaften der Bundesliga. Bremenstadion, Bremenplatz 33, Ennepetal; Tel. 02333 74730, www.tus-ennepetal.de



Sa. 8.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Jellybabies

steht auf dem Programm. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.



Sa. 8.6. + So. 9.6. 10 – 18 Uhr
38. Internationales Mustang-Meeting

des First Mustang Club of Germany 1964-73. LWL, Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen, Telefon 02324 9247-140.

Sa. 8.6. 15 Uhr
Wohnen auf der Seilscheibe
 Geschichtstour durch die ehemaligen Kolonien der Zeche. LWL-Industriemuseum Zeche Hannover, Günnigfelder Straße 251, Bochum, Telefon 0234 6100-874.

Sa. 8.6. 10.30 Uhr
Unter-Tage-Tour

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

Sa. 8.6. – Mo. 10.6.
Once upon a time
 Festival der Jahrmärkte & Straßenkunst. Historischer Jahrmarkt mit Steam-punk-Spektakel. LWL-Industriem. Zeche Zollern, Grubenweg 5, Dortmund, Tel. 0231 6961-111.

So. 9.6. 11 Uhr
Grüne Hütte
 Wilde Wiese – Schmetterlinge, Bienen & Co. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen.

So. 9.6. 14.30 Uhr
Der Weg in die Tiefe
 Offene Themenführung zum Bergbau im Ruhrtal des 19. Jahrhunderts. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

So. 9.6. 15 – 16.30 Uhr
Natürlich Nachtigall
 Schachtelhalm und Wiesenknopf – Wildkräuter im Industriemuseum. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

So. 9.6. 15 – 19 Uhr – Eintritt frei
Ein Tag im Park
 Theater, Musik und Kunst unter freiem Himmel. Stadtpark Bochum.

Mo. 10.6. 19.30 Uhr
Best of Poetry Slam
 Die besten Texte auf der großen Bühne. Moderation: Sebastian 23. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Mo. 10.6. 20 Uhr – Eintritt frei
„Rock-Session“
 Rock Session für Musiker und Gäste. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Mi. 12.6. 19 Uhr – Eintritt frei
ElternTreffen
 Informieren & diskutieren. „Lob und Tadel – wichtige Erziehungsmethoden oder geht es auch anders“. Zusammenarbeit mit dem Hattinger Bündnis für Familie. Altes Rathaus, Untermarkt 9, Hattingen.

Mi. 12.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Merkwürdiges Chorsingen
 Gerald, Thomas, Ede und Reinhard laden zu einem „Merkwürdigen Chorsingen“ ein. Maschinchen Bunes, Ardeystr. 62, Witten.

Do. 13.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Kopfball! Das Fußballquiz

Kohle, Stahl, Bier und Fußball. Viele zum Teil knifflige Fragen zum Fußball und dem „Drumherum“, die ihr im Team beantworten könnt. Am Ende könnt ihr euch beim Torwandschießen „blamieren“. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.



HAUSWITTENKINO

Do. 13.6. 19 Uhr
„Der illegale Film“
 HAUS WITTEN KINO – Martin Baer

und Claus Wischmann suchen Antworten auf Fragen beim Umgang mit der Bilderflut: Wer darf was und wen abbilden? Wer darf die Bilder sehen? Wer darf sie zeigen? Dokumentarfilm, D 2018, 84 Min., FSK 12. Schätzungsweise zwei Milliarden Bilder werden täglich auf Plattformen hochgeladen. Der 1966 geborene Regisseur Claus Wischmann ist gebürtiger Wittener und wird persönlich bei der Vorführung anwesend sein, um hinterher mit dem Publikum über seinen Film zu diskutieren und Fragen zu beantworten. Haus Witten Kino, Ruhrstraße 86, Witten.

Do. 13.6. 18 – 22 Uhr
„All you can eat“-Buffet
 Lasst Euch in ferne Länder verführen und kostet die arabische Kochkunst. Wir bitten herzlich darum, sich vorab telefonisch unter 02302-1692054 anzumelden. Zum Alten Fritz, Augustastr. 27, Witten.

Fr. 14.6. – So. 16.6.
45. Kanuregatta Herdecke
 Am Wochenende zeigen ca. 700 Kanuten aus mehr als 30 Vereinen in über 300 packenden Rennen ihr Können. Herdecke, Harkortsee, Mühlenstraße; Tel. 02330 3106, www.herdecker-kanu-club.de



Fr. 14.6. 19 – 23 Uhr
All in One
 Der Blockbuster für Kids & Teens. Disco-area. Für Discokings und -queens zwischen 12 und 15 Jahren. Bis 23 Uhr kocht hier die Hütte, und das natürlich völlig alkoholfrei. Damit wirklich nur Jugendliche zwischen 12 und 15 Zutritt erhalten, müssen alle All in One-Besucher einen amtlichen Lichtbildausweis dabei haben! Ohne Ausweis - kein Zutritt! WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten.

Fr. 14.6. 20 – 22 Uhr
Konzert
 mit Lara Venghaus. Unter dem Titel „Gefallene Mädchen“ präsentiert die Sopranistin und Studentin der Kulturreflexion Lara Venghaus Arien von Figuren der Opernliteratur, die sich dem klassischen Rollenbild der Frau widersetzen. Universität Witten/ Herdecke, Große Halle, Alfred-Herrhausenstr. 50, Witten.



Fr. 14.6. 20 – 22 Uhr
Konzert
 mit Lara Venghaus. Unter dem Titel „Gefallene Mädchen“ präsentiert die Sopranistin und Studentin der Kulturreflexion Lara Venghaus Arien von Figuren der Opernliteratur, die sich dem klassischen Rollenbild der Frau widersetzen. Universität Witten/ Herdecke, Große Halle, Alfred-Herrhausenstr. 50, Witten.



Fr. 14.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Blues Unlimited
 Die Soester Band spielt in der „klassischen“ Trio-Besetzung mit Gitarre, Bass und Schlagzeug. Im Repertoire Stücke der legendären Bluesgrößen, Songs der mo-

derneren Blues-Szene und eigene Kompositionen. Maschinchen Bunes, Witten, Ardeystraße 62.

Fr. 14.6. 19.30 Uhr
Die zerrissenen Jahre
 Eine literarisch-musikalische Zeitreise. Nach dem Bestseller von Philipp Blom mit dem Bochumer Ensemble und Live-Musik. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Fr. 14.6. 20 Uhr
Songs & Lyrics by ...
 Konzert und Talk mit Multiinstrumentalist Martin Bechler, der hinter Fortuna Ehrenfeld steckt. Moderiert von Max Kühlem. Oval Office Bar, Saladin-Schmitt-Straße 2, Bochum.

Sa. 15.6. u. 13.7. 19.30-21.15 Uhr
und So. 16.6.*/ 23.6. / 30.6.*/ 14.7.*;** *17-18.45, **19-20.45 Uhr
Der Hamiltonkomplex
 13 Mädchen performen das Taumeln zwischen Kindsein und Erwachsenwerden. Konzept, Text, Regie: Lies Pauwels, Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Sa. 15.6. 19 – 23 Uhr
Metal for Mercy - On Stage
 Konzertreihe im Treff. Diesmal mit vier Bands aus der Region: „Und mir der Mond“, deren Stil mit Post Punk/Wave-Rock am besten umschrieben ist, „Trick und Masche“, „Überflüssig“ und „Plöpp“. WERKSTADT, Mannesmannstr. 6, Witten.

Sa. 15.6. 14 – 22 Uhr
43. Int. Folklorefest
 Es erwarten Sie internationale Speisen und Getränke, Musik und Tanz auf der Bühne am Märkischen Platz in Schwelm. Innenstadt, Märkischer Platz, Schwelm; Tel. 02336 801273, www.schwelm.de.

Sa. 15.6. 15 Uhr
Kohle, Koks, Konsumanstalt
 Geschichtstour durch das Industriedenkmal und die Siedlungen. LWL-Industriemuseum Zeche Hannover, Günnigfelder Straße 251, Bochum. Tel. 0234 6100-874.

Sa. 15.6.
Geführte Radtouren
 Der Verein ProRad-EN bietet unterschiedlichste geführte Radtouren im Ennepe-Ruhr-Kreis in verschiedenen Orten an. Info + Anmeldung: Tel. 0157-56894291, www.prorad-en.de.

Sa. 15.6. 10 Uhr
3-Seen-Tour
 Bei der fünfständigen Tour durch den Ennepe-Ruhr-Kreis schauen wir auf drei Stauseen in der Region. Ein Gästeführer erzählt viele kleine Geheimnisse dazu. Inklusive eines gemeinsamen Mittagessens. Abfahrtort: ab Witten Kornmarkt. Info + Anmeldung: Tel. 0201-857956070, www.ruhrgebiet-stadtrundfahrten.de.

Sa. 15.6. 16 Uhr
Stadtrundfahrt Witten
 Der Doppelstock-Cabriobus fährt in zwei Stunden an den bedeutendsten, interessantesten und schönsten Sehenswürdigkeiten Wittens vorbei. Alles Wichtige wird dabei auf unterhaltsame Art erläutert. Abfahrtort: Witten Kornmarkt. Info + An-

meldung: Tel. 0201-857956070, www.ruhrgebiet-stadtrundfahrten.de.

Sa. 15.6. 19.15 Uhr
Barock trifft Minimal
 St. Georgs-Konzert: Kompositionen von Johann Sebastian Bach, Philip Glass, Steve Reich, Gene Koshinski Pavel Bialaiyeu & Salome Amend (Marimbaphon, Vibraphon, Percussion) VVK: Hattingen Marketing, Haldenplatz 02324-2043511. St. Georgs-Kirche, Kirchplatz Altstadt, Hattingen.

Sa. 15.6. 18 Uhr
Das Friedensfest – Gerhart Hauptmann
 Unter der Regie von Blanche Kommerell führen Studierende der Universität Witten/Herdecke das Stück „Das Friedensfest“ auf, ein Schauspiel in drei Akten des deutschen Nobelpreisträgers für Literatur Gerhart Hauptmann. Veranstaltungsort: ROTER SAAL, Gemeinschafts Krankenhaus, Gerhard-Kienle-Weg 4, Herdecke.

Sa. 15.6. 15 Uhr
Kohle, Koks, Konsumanstalt
 Geschichtstour durch das Industriedenkmal und die Siedlungen. LWL-Industriemuseum Zeche Hannover, Günnigfelder Straße 251, Bochum. Tel. 0234 6100-874.

Mi. 15.6. 16 Uhr
Stadtrundfahrt Witten
 Der Doppelstock-Cabriobus fährt in zwei Stunden an den bedeutendsten, interessantesten und schönsten Sehenswürdigkeiten Wittens vorbei. Alles Wichtige wird dabei auf unterhaltsame Art erläutert. Abfahrtort: Witten Kornmarkt. Info + Anmeldung: Tel. 0201-857956070, www.ruhrgebiet-stadtrundfahrten.de.

Sa. 15.6. 15 – 17 Uhr
„Lampenschicht“
 Interaktives Programm zur Geschichte der Grubenlampe. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.



Sa. 15.6. 19 Uhr
Benefizkonzert
 des Lions Club Witten. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

Sa. 15.6. 15 Uhr
Zollern einst und jetzt
 Themenführung zur Restaurierung der Tagesanlagen. Zeche Zollern, Grubenweg 5, Dortmund, Tel. 0231 6961-111.

Sa. 15.6. + So. 16.6. 11 – 17 Uhr
„Chaos im LWL-Industriemuseum“
 zur Sonderausstellung „Alles nur geklaut?“. Experimente und Vorträge rund um das Thema Hacken, Technik und Datenschutz mit dem Chaostreff Dortmund e.V. Zeche Zollern, Grubenweg 5, Dortmund, Tel. 0231 6961-111.

Sa. 15.6. 11 Uhr
 Das Polizeipräsidium feiert

Tag der offenen Tür
 Auf dem Programm: Live-Musik, Vorführungen, Fahrzeugflotte, Kinderprogramm, auch mit dem Verkehrs-Kasperl. Dieser Tag ist der Höhepunkt der Feierlichkeiten zum 110. Geburtstag. Besucher können einen Blick auf die Arbeit der Polizei werfen, die tierischen Kollegen kennenlernen, sich bei Leckereien und bei Live-Musik entspannen, historische Fahrzeuge entdecken oder bei der Tombola gewinnen. Gelände der Bereitschaftspolizei in Bochum, Krümmede 2.

Sa. 15.6. 15 – 16.30 Uhr
Der älteste Hochofen im Revier
 Inklusive Führung für Hörende, Hörschädigte und Gehörlose. LWL-Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen, Telefon 02324 9247-140.

So. 16.6. 11 – 16 Uhr
Frauenkram
 Secondhand-Modemarkt für Frauen. LWL-Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen, Telefon 02324 9247-140.

So. 16.6. 11 – 18 Uhr
Radtour
 am Dortmund-Ems-Kanal entlang vom Schiffshebewerk zum Hoesch-Museum im Dortmunder Norden (38 km). LWL-Industriemuseum Schiffshebewerk Henrichsburg, Am Hebewerk 26, Waltrop, Telefon 02363 9707-0

So. 16.6. 14.30 Uhr
„Alles aus einem Berg“
 Interaktive Themenführung zur Geologie rund um den Hettberg. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

So. 16.6. 16 Uhr
Das Friedensfest – Gerhart Hauptmann
 Unter der Regie von Blanche Kommerell führen Studierende der Universität Witten/Herdecke das Stück „Das Friedensfest“ auf, ein Schauspiel in drei Akten des deutschen Nobelpreisträgers für Literatur Gerhart Hauptmann. ROTER SAAL, Gemeinschafts Krankenhaus Herdecke, Gerhard-Kienle-Weg 4, Herdecke.

So. 16.6. 6 Uhr
Purpurreiher in Holland
 Vogelkunde-Exkursion. Anmeldung vor Ort. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet. Treffpunkt: Rathaus Roonstraße, Hattingen. Veranstalter: vhs, Marktplatz 4, Hattingen. Tel.: (02324) 204-3511, -3512.

So. 16.6. 11 – 17 Uhr
Fahrten mit dem Dampf-Bahnclub Sprockhövel
 An der Kohlenbahntrasse/Glückauftrasse Haßlinghausen. Info + Anmeldung: Tel. 0163-6675270, www.dbc-sprockhoevel.de.

So. 16.6. 14 – 18 Uhr – Eintritt frei
Familienosenntag
 Mit kostenlosem Kinderkino, Basteln und Holzwerkstatt. In der Holzwerkstatt wer-

den kleine Andenken aus Holz gezaubert und in der Disco wird getobt. Eltern können es sich bei einem Kaffee und Waffeln gemütlich machen. Im Kinderkino zeigen wir einen Film über ein Kaninchen und einen Fuchs. WERK^{STADT}, Mannesmannstr. 6, Witten.

So. 16.6. 11 – 17 Uhr

40. Schwelmer Kunst- u. Klangmarkt
Entdecken Sie im Ambiente des Ritterguts „Haus Martfeld“ zahlreiche kunsthandwerkliche Stände. Parkanlage Haus Martfeld, Haus Martfeld 1, Schwelm; Tel. 02336 801273, www.schwelm.de.



So. 16.6. 16 Uhr
Sommerkonzert Frauenchor Harmonie
Der Wetteraner Frauenchor unter der Leitung von Musikdirektor und Tenor Stefan Lex und der virtuoseren Begleitung von Sigrid Althoff am Klavier. Bereits zum dritten Mal wird der Chor ein buntes Programm durch alle Genres bieten. Saalbau Witten, Bergerstraße 25, Witten.

So. 16. + 17.6.
Sommerfest an der Heimatstube

Heimat- und Geschichtsverein Sprockhövel, Hauptstr. 85, Tel. 02324 / 7 99 59.

So. 16.6. 11 Uhr
Theaterführung

Ein Blick hinter die Kulissen. Bühneneingang, Schauspielhaus, Königsallee 15, BO.

So. 16.6. / 28.6. 20 – 21 Uhr
Judas
Endlich schildert Judas seine Sicht der Dinge. Schauspielhaus, Königsallee 15, BO.

Mo. 17.6./Di. 2.7./Mi. 10.7. 19.30 – 21.15 Uhr

Unterwerfung
Michel Houellebecqs provokanter Bestseller über eine muslimische geprägte Gesellschaft in Frankreich als Theaterstück. Schauspielhaus, Königsallee 15, BO.

Mo. 17.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Jukebox
Wünsch dir deinen Lieblingssong und die Live-Band erfüllt dir deinen Wunsch. Und alle Gäste können mitsummen, mitsingen oder einfach nur zuhören. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.



Mo. 17.6. 20 Uhr

Der Augenblick ist zeitlos
Anmerkungen zur Kunst Leonardo da Vincis anlässlich des 500. Todestages des Universalgenies. Vortrag in der Montagsreihe „Bürgeruniversität“ von Dr. David Hornemann von Laer. Universität Witten/Herdecke, Veranstaltungsort: Haus Witten, Ruhrstr. 86, Witten.

Mi. 19.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Beat-Session
Die Musik der Sixties ist der Soundtrack der „Babyboomer-Generation“. Die Beatles, die Rolling Stones, die Kinks, die Who und viele andere prägten die Zeit. Aktuell verschwindet diese wichtige Musik zunehmend aus Radio und Fernsehen. Wir wollen den BEAT „retten“ mit der „Beat-Session“. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.



Mi. 19.6. 21 – 4 Uhr
Zone 30
Discoarea | Das Warten hat sich gelohnt. Die WERK^{STADT} lädt bei der Zone 30 vor Fronleichnam auf gleich zwei Floors zum Tanzen ein! Von aktuellen Charts und Dance-Classics bis hin zu Rock, Indie, Wave und Soul. WERK^{STADT}, Mannesmannstr. 6, Witten.

Do. 20.6. + Sa. 12/14 Uhr
Industriekathedrale und Auschwitzkreuz – die Zeche Zollern im Spiegel der Kirchen und Religionsgeschichte. Themenführungen zum Deutschen Evangelischen Kirchentag 2019 mit Dr. Thomas Parent. Zeche Zollern, Grubenweg 5, Dortmund, Tel. 0231 6961-111.

Do. 20.6. – So. 23.6.
Kul. Altstadtmarkt
Schlemmen im historischen Ambiente heißt es auf dem Kirchplatz beim 25. Kulinaren Altstadtmarkt. Kirchplatz, St. Georgs-Kirche Hattingen.

Do. 20.6. 19 – 20 Uhr
Ja heißt ja und ...
Eine Lecture Performance von und mit Carolin Emcke zu Facetten der Fragen von Sexualität und Wahrheit. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Fr. 21.6. 14 Uhr – Eintritt frei
Unsichtbar
Premiere – Ein Hörstück. Hunderttausende Pflegekräfte aus Osteuropa arbeiten in Deutschland. Unsichtbar... Foyer des Schauspielhauses, Königsallee 15, BO.

Fr. 21.6. 19.30 Uhr

Matthias Brandt & Jens Thomas: Psycho
Fantasie über das kalte Entsetzen: Der Schauspieler Brandt interpretiert Hitchcocks „Psycho“ zu Improvisationen des Pianisten Thomas. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Fr. 21.6. 18 Uhr
„Unterm Pusenkoff“
Dr. Norbert Lammert hält einen Vortrag. Förderverein Märkisches Museum Witten, Husemannstraße 12, Witten.

Fr. 21.6. 15 – 16 Uhr
Experimente mit den Laborfüchsen
„Wie trinken eigentlich Blumen?“ Unter Anleitung von Erlebnispädagoge Kolja Bruch erforschen Kinder spielerisch wie Pflanzen Wasser aufnehmen und durch welche Leitungen sie es transportieren. Karten ab Fr, 14.6., für Kinder ab 5 Jahren. Stadtbibliothek, Reschop Carré 1, Hattingen.

Fr. 21.6. 20 Uhr
Ü 44-Party
Unser Haus-DJ „Herr Müller“ lädt einmal im Monat zum Abtanzen in die Nacht mit der besten Dance-Music aus allen Zeiten der Popgeschichte. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Fr. 21.6. ab 17 Uhr
Juhannusfest
am Königlichen Schleusenwärterhaus. Juhannus-Fest nach nordischer Art – mit Musik, Tanz, Singen, Spielen, Essen und Trinken. Es wird Akkordeon-Musik gespielt, finnische Volkstänze vorgeführt, „Kokko“, das traditionelle Juhannus-Feuer, wird angezündet. Stockbrote werden gebacken, Blumenkränze geflochten. Königliches Schleusenwärterhaus, Insel 1, Witten. Infos: schleusenwaerterhaus@wabembh.de oder 0176-50459695

Fr. 21.6. 19 – 21 Uhr
Barbecue – Büffet
Grillbüffet, Fleisch bis Vegan. Bitte vorbestellen! Haus Oveney, Oveneystr. 65, Bochum, Tel. 0234 / 799 888.

Fr. 21.6. 20 Uhr
„Ü 44-Party“
Unser Haus-DJ „Herr Müller“ lädt einmal im Monat zum Abtanzen in die Nacht mit der besten Dance-Music aus allen Zeiten der Popgeschichte. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Sa. 22.6. 20 Uhr – Eintritt frei
„Soultraxx“
ist eine Band aus Witten, die den Spirit des 60/70er Soul wieder zurück in das Herz der Zuschauer bringt. Mit Kraft, Gefühl und exquisiter Soul Music. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Sa. 22.6. 15.30 Uhr
Dünkelbergstollen
Große Bergwerkstour für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren. Anmeldung bis 20.6. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

Sa. 22.6. 19 Uhr / **So. 23.6.** 18 Uhr

Lehrer*innen
Lehrer*innen erzählen aus ihrer Wirklichkeit, aus den Klassen, aus den Lehrerzimmern, von den Konferenzen... Schiller-Schule, Waldring 71, Bochum.

Sa. 22.6. + Fr. 5.7. 19.30 – 21.30 Uhr
Iphigenie
Regisseur Dušan David Pařízek verbindet Euripides „Iphigenie in Aulis“ und Elfriede Jelineks „Ein Sportstück“ zu einem politischen Gesellschaftsdrama. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

So. 23.6. ab 11.30 Uhr
Ein Gast. Eine Stunde.
Bundestagspräsident a.D. Norbert Lammert als Gastgeber im Gespräch mit dem ehemaligen NRW-Ministerpräsidenten und Bundesminister Wolfgang Clement. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

So. 23.6. 18 – 22.15 Uhr
Plattform & Unterwerfung
Doppelvortellung – Es werden beide brisanten Stücke nach Michel Houellebecq gezeigt, mit einer kulinarischen Pause dazwischen. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

So. 23.6. 14.30 Uhr
Kohlenschiffe auf der Ruhr
Offene Themenführung rund um den Ruhrnachen. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

So. 23.6. 10 Uhr
In die wilde Ennepe
Bei der Wanderung geht es über Waldwege und Pfade durch ein landschaftlich wunderschönes Naturschutz- und Quellgebiet. Wanderzeit ca. 3 Stunden; Ort: Parkplatz „Am Sportplatz“, Halver; Tel. 02333 98800, www.kluterthoehle.de.



So. 23.6. 11 – 15 Uhr – Eintritt frei
Familientrödel
Der beliebte Wittener Trödelmarkt lockt pro Jahr mehr als 10.000 Besucher in die WERK^{STADT}. Ob Kinderspielzeug für die Kleinen, Kleidung, Kitsch, Rarität oder Kuriosität – auf dem Familientrödelmarkt findet das große und das kleine Flohmarktthema genau das, was es begehrt. Immerhin bieten Privatleute hier an über 50 Ständen und auf bis zu 2.500 qm überdachter Fläche ihre gesammelten Schätze zum Verkauf an. Die kleine Stärkung für zwischendurch gibt es am Ausschank. WERK^{STADT}, Mannesmannstr. 6, Witten.

Mo. 24.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Rock- u. Pop-Chorsingen
Unsere Hausband mit Helmut Brasse, Gerald Caspers und Thomas Lienenbröcker übt mit den Gästen berühmte Songklassiker ein. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Mo. 24.6. + Di. 25.6. 19.30 – 21 Uhr
Murmel Murmel
Herbert Fritschs geniale Inszenierung mit elf Akteuren, die in dem neunzig-minütigen Stück in x Variationen das Wort „Murmel“ performen. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Di. 25.6. 18 Uhr – Eintritt frei
Zweimal Spersitz, bitte!
Kinogeschichte in Hattingen. Der Heimatvereinsvorsitzende Lars Friedrich in einem kurzweiligen Beamer Vortrag. Stadtbibliothek Hattingen, Reschop Carré 1, Hattingen.

Di. 25.6. 18 Uhr – Eintritt frei
Wenn Daten reisen
– das Vorgehen von Hackern und Schutzmöglichkeiten. Vortrag und Gespräch von und mit Chris Wojzechowski im Rahmen der Sonderausstellung „Alles nur geklaut?“, Zeche Zollern, Grubenweg 5, Dortmund, Tel. 0231 6961-1111.

Di. 25.6. 20 Uhr – Eintritt frei
ZeitRaum
zum Thema „Leben aus der Truhe“, Zu Gast im Juni ist Gernot Hildebrand. Er ist mehr Tage im Jahr unterwegs als zu Hause. Gernot Hildebrand lebt aus der Truhe. Und er spielt aus der Truhe. Sein feines, kleines Marionettentheater bringt er überall dorthin, wo Menschen Geschichten für die Seele brauchen: In Kindergärten, Schulen, Altenheime und Kirchengemeinden. Wie immer gibt es ein hausgemachtes Gericht für die Gäste. Eine Veranstaltung von Britta Lennardt. WERK^{STADT}, Mannesmannstr. 6, Witten.

Mi. 26.6. – Di. 2.7. ab 14 Uhr
Gevelsberger Kirmes
Auch bei Auswärtigen hat sich die Gevelsberger Kirmes mit ihrer Atmosphäre und den vielfältigen und oft spektakulären Angeboten einen Namen gemacht. Gevelsberger Innenstadt. Infos: Tel. 02332 771139, www.gevelsberg.de



Mi. 26.6. 18 Uhr – Eintritt frei
Männergesundheit
Altstadtsprache in Kooperation mit med-in-hattingen. Altes Rathaus, Untermarkt 9, Hattingen.

Mi. 26.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Anne SeeYou
das ist Anette Kochte-Tünkte. Wunder-schöne poetische Eigenkompositionen, faszinierende Stimme und sparsame Instrumentierung sind das Markenzeichen der Künstlerin, die in Heidelberg Musik studiert hat und seit einigen Jahren im Ruhrgebiet lebt. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Mi. 26.6./Do. 27.6./ Mi. 3.7./Do. 11.7. 19 – 22.15 Uhr

Die Jüdin von Toledo
Eine packende Intrige von religiöser Zerrissenheit, Verrat und Ehrgeiz frei nach dem berühmten Roman von Lion Feuchtwanger. Schauspielhaus, Königsallee 15, Bochum.

Do. 27.6. 20 – 21.30 Uhr
Gift. Eine Ehegeschichte
Ein Mann und eine Frau treffen sich zum

ersten Mal nach ihrer Scheidung an dem Ort, an dem ihr einziges Kind begraben ist. Kammerspiele, Königsallee 15, Bochum.

Do. 27.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Sing mit uns!
Karaoke mit Stümmie und Andi. „Stümmie“, der vielen durch die „Jukebox“ und das „Mitmach-Spaß-Orchester“ bekannt ist, versucht mit seinem Kumpel Andi die Welt des Karaoke-Singens in das „Maschinchen“ zu bringen. Alle Stilrichtungen sind willkommen! Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Do. 27.6. 19 Uhr
„Monsieur Claude 2“
HAUS WITTEN KINO - Ein Film von Philippe de Chauveron • Komödie, F 2019, 99 Minuten, FSK 0. Monsieur Claude, seine Töchter und die schlagfertigen Schwiegersöhne sind zurück! Regisseur Philippe de Chauveron und Christian Clavier in seiner Paraderolle als naserümpfender Claude Verneuil verbreiten bei dem liebevollen Drahtseilakt zwischen Vernunft und Vorurteil abermals große Heiterkeit. MONSIEUR CLAUDE 2 ist herrlich treffsicherer Komödienkino voller Provokationen und Spitzfindigkeiten, das den Vorgänger an Charme sogar noch übertrifft. Haus Witten, Ruhrstraße 86, Witten.



Foto Christian Rolfes

Do. 27.6. 20 Uhr
„Quickies“
Erleben Sie das brandneue Sketch-Programm des Düsseldorfer Kom(m)ödchen-Ensembles. Freuen Sie sich auf einen wilden Abend voll mit top-aktueller Satire und vielen kleinen, witzigen, schrillen, abgedrehten und scharfen Nummern. Blitzschnelle Sketche zur Lage der Nation, bunte Skizzen zur Zeit, und dazu ein Blick in die kreative Werkstatt des Kom(m)ödchens. WERK^{STADT}, Mannesmannstraße 6, Witten.

Fr. 28.6. 16 – 18 Uhr
Einblicke – Anthroposophie-basierte Psychotherapie
Evidenzbasiert, achtsamkeitsbasiert, mentalisierungs-basiert – diese Psychotherapien gibt es bereits. Weniger bekannt ist die Methode der anthroposophie-basierten Psychotherapie. Vorgestellt wird dieser Ansatz von Markus Treichler und Johannes Reiner vom Institut Anthroposophie-basierte Psychotherapie. Universität Witten/Herdecke, Audimax, Alfred-Herrhausenstr. 50, Witten.

Fr. 28.6. 20 – 23 Uhr – Eintritt frei
Nudelblues
Mit „Get the Cat“. Gemeindezentrum Elfringhausen Felderbachstraße 59, Hattingen.

Fr. 28. + 29.6. 18 – 24 + 14 – 24 Uhr
Dorffest in Volmarstein
Volmarsteiner Vereine laden ein zum



ExtraSchicht! Die Hütte tanzt!
Macondito + Salsa | Lindy Hop + Discofox mit Dance Inn | Klavierfestival | Ausstellung BOOM! Schaugießerei + Schmiede
29. Juni 2019 | 18.00 - 02.00 Uhr



Bernd Stelter
am 25. September
im Saalbau Witten



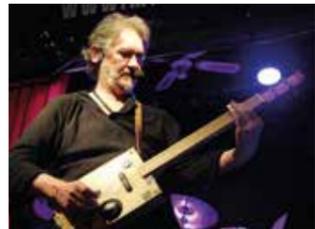
„Hurra, ab Montag ist wieder Wochenende!“ heißt das neue Programm von Bernd Stelter. Nach seinem letzten Besuch, der Saalbau war ausverkauft, versprach Bernie Bärchen: „Ich kommen wieder!“ Nun ist es soweit und wer dabei sein möchte, sollte sich schnell Tickets sichern.

Ein Programm für alle, die über Montage mosern, über Diensttage diskutieren, die Mittwoch mis und Donnerstag doof finden. Übrigens: Auch an Montagen finden Aufführungen statt, obwohl Herr Stelter da Wochenende hat. In seiner gewohnt sympathischen, authentischen und extrem humorvollen Art präsentiert Bernie Bärchen sein brandneues Soloprogramm. Es steht doch fest. Lachen ist gesund. Es verbessert die Durchblutung, Cholesterin wird verbrannt, die Herzinfarktgefahr wird gesenkt. Zwanzig Sekunden lachen entspricht der körperlichen Leistung von drei Minuten schnellem Rudern. D. h. nach einem Abend mit Bernd Stelter ist man kalorientechnisch mit dem Deutschlandlacher von Koblenz nach Duisburg gebettet. Man nimmt ihm die Geschichten ab, die er erzählt. Er erzählt sie nicht nur, um witzig zu sein. Er erzählt seine Geschichten, und der Zuschauer denkt an seine eigenen. Er ist ein Philanthrop, er mag die Menschen, und das spürt man. Wenn er am Ende des Programms am Bühnenrand sitzt und Fragen beantwortet, wenn er nach der Show im Foyer aber auch wirklich jeden Autogrammwunsch erfüllt, dann merkt man, der liebt seinen Job. Na ja, eigentlich ist das kein Geheimnis. Vorverkauf: Witten: Saalbaukasse, www.phono-forum.de

Feiern unter dem großen Fallschirm mit Live-Bands auf der Bühne. Dorfplatz in Wetter-Volmarstein. Tel. 0157 527 60172.

Fr. 28.6. 19 Uhr
Kulinarische Abendführung
LWL-Industriemuseum Schiffshebewerk Henrichsburg, Am Hebewerk 26, Waltrup, Telefon 02363 9707-0.

Fr. 28.6. ab 18 Uhr
Open-Air-Konzert
„reiten schwimmen lesen“
am Königlichen Schleusenwärterhaus. Die fünfköpfige Wittener Band „reiten schwimmen lesen“ spielt deutschsprachige Pop- und Rockmusik. Königliches Schleusenwärterhaus, Insel 1, 58456 Witten. Infos: 0176-5045969.



Fr. 28.6. 20 Uhr – Eintritt frei
Friedel Geratsch
ist der einstige Frontmann von „Geier Sturzflug“. Daneben betreibt Geratsch seit einigen Jahren „Garage3“, ein äußerst ungewöhnliches Bandprojekt mit selbstgebaute Instrumenten, die er aus Latten und Zigarrenkisten zusammensetzt. Es entsteht ein „Garagen-Sound“, den man in der Form noch nicht gehört hat. Bei seinem Soloauftritt spielt er überwiegend Material aus dem Garagen-Projekt. Maschinchen Bunes, Ardeystraße 62, Witten.

Sa. 29.6. 19.30 Uhr Premiere
Mo. 1.7./Di. 2.7./ Do. 4.7./ Sa. 6.7./ Di. 9.7. /Mi. 10.7./ Fr. 12.7.
Marat/Sade
Der Revolutionär Marat und der Marquis de Sade treffen in einer Anstalt aufeinander... Nach Peter Weiss. Kammerstücke, Königsallee 15, Bochum.

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

Fr. 28.06. 18 Uhr + **So. 30.6.** 15 Uhr
F.A.M.E. & #Dre@m
Jung, gefrustet und auf der Suche nach dem Abenteuer – so landet eine Gruppe Teens auf #dre@m_island. Hier müssen sie sich ihren größten Ängsten stellen und können nur gemeinsam überleben. Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.

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



Sa. 29.6. + So. 30.6. 10 – 17 Uhr
Antik- u. Sammlermarkt
Westfalahalle Dortmund, Halle 6.

Sa. 29.6. 18 – 2 Uhr
EXTRASCHICHT
DIE LANGE NACHT DER INDUSTRIEKULTUR. 45 Spielorte und 500 Events in 20 Städten des Ruhrgebiets treten zusammen an. Infos: Tel. 01806 181650, www.extraschicht.de.

Zeche Hannover, BO
Theater und Kleinkunst vor dem historischen Malakowturm. Illumination des Industriedenkmal und Vorführungen der historischen Fördermaschine. LWL-Industriemuseum Zeche Hannover, Günnigfelder Straße 251, Bo., Tel. 0234 6100-874.

Henrichshütte, HAT
„Die Hütte tanzt“ - Die Musikschule beteiligt sich mit einer Klangstraße. LWL-Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen LWL-Industriemuseum Henrichshütte, Werksstraße 31-33, Hattingen, Telefon 02324 9247-140.

Zeche Zollern, DO
Große Blues Brothers Show mit Jake, Elwood und dem Bluesmobil. Fahrzeuge und mobiler Knast der JVA Castro-Rauzel, LED Performance und Aftershow Party. Zeche Zollern, Grubenweg 5, Dortmund, Tel. 0231 6961-111.

Schiffshebewerk
Mit Musik, Comedy, einem von Feuergeglanz umgebenen Hebewerk und Aktionen rund um die Ausstellung „U-Boote“. LWL-Industriemuseum Schiffshebewerk Henrichsburg, Am Hebewerk 26, Waltrup, Telefon 02363 9707-0

Sa. 29.6. 19.30 Uhr Premiere
Mo. 1.7./Di. 2.7./ Do. 4.7./ Sa. 6.7./ Di. 9.7. /Mi. 10.7./ Fr. 12.7.
Marat/Sade
Der Revolutionär Marat und der Marquis de Sade treffen in einer Anstalt aufeinander... Nach Peter Weiss. Kammerstücke, Königsallee 15, Bochum.

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

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

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

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

So. 30.6. 11 – 18 Uhr
Radtour
am Wesel-Datteln-Kanal entlang. Vom

Schiffshebewerk zur Schleuse Flaesheim und zur Lippe-Fähre in Haltern (36 km). LWL-Industriemuseum Schiffshebewerk Henrichsburg, Am Hebewerk 26, Waltrup, Telefon 02363 9707-0.

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

So. 30.6. 14.30 Uhr
Zeche Eimerweise
Offene Themenführung zu den Kleinzechen im südlichen Ruhrgebiet. LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, Nachtigallstr. 35, Witten, Tel. 02302 93664-0.

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

Mo. 1.7. 11 Uhr
#Dre@m_Island
Jung, gefrustet und auf der Suche nach dem Abenteuer – so landet eine Gruppe Teens auf #dre@m_island. Hier müssen sie sich ihren größten Ängsten stellen und können nur gemeinsam überleben. Zeche Eins, Prinz-Regent-Straße 50-60, Bochum.

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

Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen vorbehalten.
Weitere Infos z.B. unter:
www.lwl.org
www.kulturforum-witten.de
www.werk-stadt.com
www.lwl-industriemuseum.de
www.stadtmarketing-witten.de
www.stadt-hattingen.de

Der Verein für Orts- und Heimatkunde in der Grafschaft Mark (VOHM) lädt herzlich zum Vortrag am **6. Juni um 19 Uhr** im Märkischen Museum ein – Eintritt frei

Nationalsozialistischer Märtyrerkult im Ruhrgebiet zwischen „sakralisierter Politik“ und Christentum

Gerade das Ruhrgebiet war für die Nationalsozialisten in den Jahren vor 1933 ein schwieriges Terrain. Immer wieder kam es zu gewalttätigen Auseinandersetzungen mit Kommunisten. Um dem Sterben scheinbar Sinn zu verleihen, machten lokale NS-Funktionsträger jene Verstorbenen zu Märtyrern: Sie konstruierten Mythen als Teil einer NS-Heilsgeschichte und initiierten die Verehrung der Verstorbenen – beginnend bei den Beisetzungsfeiern bis hin zu groß inszenierten jährlichen Gedenktagen, Denkmalsetzungen und Wallfahrten. Der Vortrag zeigt auf, wie sich die westfälische NS-Bewegung im Märtyrerkult als eigenständiger Glaubensanbieter positionierte. Der Kult war Teil ihrer „sakralisierten Politik“. Gleichzeitig wird aufgezeigt, dass die NS-Bewegung im Ruhrgebiet christlich geprägt blieb.

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

1.7. 10 Uhr
Wanderung Montanweg Nord
„Auf den Spuren des Bergbaus in Sprockhövel“ 8 km, Wanderung ca. 2,5 h, Treffpunkt Nord Sprockhövel Gennebreck: Wuppertaler Str. 246. Heimat- und Geschichtsverein, Hauptstr. 85, Sprockhövel, Tel. 02324 / 7 99 59.

Vorschau Saalbau Witten
VVK-Info: Saalbaukasse 02302 5812441
Saalbau: Bergerstraße 25, 58452 Witten, Tel.: 02302 581 2441, Di – Fr: 10 – 13 Uhr und Di, Do, Fr: 16 – 19 Uhr

Fr. 20.9.
Nightwash live

Mi. 25.9.
Bernd Stelter
„Hurra, ab Montag ist wieder Wochenende“

Fr. 27.9.
Thorsten Bär
„Der Bär ist los!“

Fr. 11.10.
Herr Schröder
„World of Lehrkraft...“

Sa. 12.10.
Die Echse
„Echsooterik“

Wir für Sie vor Ort ... Gewinnen Sie 30 Euro

Auf dieser Seite finden Sie Kleinanzeigen, die alle mit Zahlen versehen sind. Bei drei dieser Anzeigen haben wir außerdem ein kleines Glückskleeblatt versteckt. Merken Sie sich die

drei Zahlen derjenigen Anzeigen, die mit einem Kleeblatt gekennzeichnet sind. Diese drei Zahlen und Ihren Absender (E-Mail-Adresse oder/und Telefonnummer nicht vergessen) schicken Sie per Postkarte ausreichend

frankiert an die **Image-Redaktion, Wasserbank 9, 58456 Witten** oder einfach per E-Mail an gewinnspiel@image-witten.de mit dem **Stichwort „Glücksklee Image“**. **Einsendeschluss** ist der 17.6.2019. Teilnahmeberechtigt sind alle über 18 Jahren mit Ausnahme der Mitarbeiter des „Image“-Magazins und deren Angehörige. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen. Der Gewinner des 30-Euro-Preises wird per E-Mail oder telefonisch benachrichtigt.

Glücksklee-Gewinnspiel Mai 2019
Die Gewinner von jeweils 30€ sind:
Renate Rütten, Witten; Jutta Riegel, Bochum; Bärbel Juelke, Hattingen. Image sagt herzlichen Glückwunsch.

Reiseservice
Gabriela Bierwirth
Goethestraße 29
45549 Sprockhövel
Mobil: 0173 8911748
gabi.bierwirth@reisepreisvergleich.de
www.gabi-bierwirth.reisepreisvergleich.de

Party-Service
Wir lieben Lebensmittel.
0 23 02/97 20 26
www.party-service-gruetter.de
EDEKA Markt Dominik Grütter
Wittener Straße 12 · 58456 Witten-Herbode

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

Elektroinstallation • Hausgeräte • Haushaltsartikel • Küchenmodernisierung
Kundendienst
ELEKTRO **SCHÖNEBORN**
Hauptstr. 46,
45549 Sprockh. Service ist unsere Tradition!
Tel.: 0 23 24/9 1957-0, Fax: 0 23 24/9 1957-29

eins//sechs
werbeagentur
Ihr Weg zu einer
Top-Webseite:
einssechs.de/webseite
Wasserbank 9, 58456 Witten
02302 98183-10

akf bank
der finanzpartner
»Kompromisslos kundenorientiert. Das ist meine akf.«
Ihr Spezialist für die Finanzierung mobiler Wirtschaftsgüter.
akf bank GmbH & Co KG
Niederlassung Witten
T +49 (0) 2302 2821-100
t.drueke@akf.de

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

Lanwehr Heizöl
Tel.: 02302/91 4250

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

Machen Sie Ihre Sicherheit zu unserer Aufgabe!
• Fenster- und Türsicherung
• Einbruchmeldeanlagen Funk & Draht
• Brandmeldeanlagen Funk & Draht
• Schließanlagen / Zutrittskontrolle
• Elektroarbeiten
NEU 0 % Finanzierung und günstiges Leasing möglich
für Privat und Gewerbe
Bebelstr. 19 · 58453 Witten
Tel. (02302) 2781 177
me-sicherheit.de

Image
Nächster Erscheinungstermin:
Donnerstag, 27.6.2019
Anzeigenschluss:
Freitag, 14.6.2019

eins//sechs
werbeagentur
Website passend für
Smartphone & Tablet?
einssechs.de
Wasserbank 9, 58456 Witten
02302 98183-10

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

Pfingsten: „Kemnade in Flammen“ lockt an den Stausee

Feuerwerk, Live-Musik, kulinarische Köstlichkeiten und ein großer Kunsthandwerkermarkt locken wieder an den Kemnader See. Die umstrittene Sicherheitsgebühr müssen die Besucher auch in diesem Jahr wieder entrichten - für den Veranstalter absolut notwendig.

Vom 7. bis 10. Juni findet wieder das große Volksfest „Kemnade in Flammen“ statt. Bei hoffentlich strahlendem Sonnenschein wird es wieder tausende von Besuchern an den Stausee ziehen. In diesem Jahr feiert das Festival seinen 35. Geburtstag.

Rares gegen Bares auf dem Markt der Kunsthandwerker, Live-Programm über vier Tage mit dem internationalen Top-Act „Hot Chocolate“, ein großes Kinderprogramm an den Pfingstfeiertagen, Food Trucks, Kirmes und natürlich das Feuerwerk sorgen für Stimmung am Stausee.

Frank Gerwers, Geschäftsführer der „eventkontor Ruhr GmbH“ erzählt: „Auch in diesem Jahr ist Kemnade in Flammen ein buntes und vielfältiges Volksfest für die ganze Familie mit vielen Attraktionen und einer Menge Musikprogramm, was sich sehen und hören lassen kann. Am Freitag, 7. Juni, 17 Uhr, öffnen wir unser Festivalgelände. Ein Top-Act ist auch in 2019 der Sänger Kieron. Mit im Gepäck hat er am Samstag seine Band aus namhaften Musikern, beispielsweise den Bassisten der Band Limp Biskit sowie die Sängerin BB Thomaz, die aus der TV-Show ‚The Voice of Germany‘ bekannt ist. Unser musikalisches Highlight ist in diesem Jahr am Pfingstsonntag der Auftritt der Band Hot Chocolate. Wer



Zu Pfingsten findet wieder die beliebte Veranstaltung „Kemnade in Flammen“ statt. In diesem Jahr präsentiert sich das Volksfest für die ganze Familie mit Feuerwerk, Musik, Kirmes und Kunsthandwerkermarkt zum 35. Mal. Foto: Veranstalter

kennt nicht ihre großen Hits wie ‚Sexy Thing‘ oder ‚Every 1’s a Winner?‘ Die WDR4 Band sowie die Comedian Achnes Kasulke werden durch das Programm führen. Selbstverständlich dürfen die kleinen Besucher nicht zu kurz kommen. Kids Club, Tanzen zum Mit- und Nachmachen, Akrobatik und Animation auf den Festwiesen lassen Kinderherzen höher schlagen. Live-Programm auf der Bühne gibt es an den Pfingsttagen, Sonntag von 14 bis 17 Uhr und am Montag von 12 bis 17 Uhr. Um 18 Uhr startet dann jeweils das musikalische Abendprogramm. „Alle freuen sich natürlich auch auf das große Abschlussfeuerwerk am Pfingstmontag gegen 22.45 Uhr“, so Gerwers.

Umstritten war in den letzten Jahren die Sicherheitsgebühr von zwei Euro, die an den Eingängen zum Festivalgelände erhoben wurde. Sie wird auch in diesem Jahr zu zahlen sein. „Wir werden das Gelände auch in diesem Jahr einfrieden und zwei Euro pro Erwachsener als Sicherheitsgebühr an den Eingängen Oveney und Heveney verlangen. Dem gestiegenen Sicherheitsbedürfnis der Besucher, vor allem aber auch dem Rückgang von Straftaten auf dem Festivalgelände wird dadurch Rechnung getragen. Untersagt ist auch die Mitnahme von Flüssigkeiten auf das Gelände und das Befahren mit dem Fahrrad. Hier ist bis zum jeweiligen Ausgang das Schieben des Rades notwendig. Für Radler und Inlineskater des Kemnader Sees, die nicht am Volksfest teilnehmen möchten und nur das Gelände durchqueren, wird es eine Zeitkarte geben und die Gebühr wird am Ausgang rückerstattet“, erklärt der Geschäftsführer.

Ein weiterer Höhepunkt des Festes wird der Kunsthandwerkermarkt sein. „Ein hochwertiges und sehr unterschiedliches Angebot werden die Händler präsentieren“, verspricht Peter Lihs von „pro-motion“, der den Markt organisiert und den Hattingern durch die Märkte in der Innenstadt bekannt ist. Er verspricht „Stöbern pur“.

Öffnungszeiten:

Freitag 17 - 00 Uhr
Samstag 14 - 00 Uhr
Sonntag 11 - 00 Uhr
Montag 11 - 23 Uhr

Ein weiterer Höhepunkt des Festes wird der Kunsthandwerkermarkt sein. „Ein hochwertiges und sehr unterschiedliches Angebot werden die Händler präsentieren“, verspricht Peter Lihs von „pro-motion“, der den Markt organisiert und den Hattingern durch die Märkte in der Innenstadt bekannt ist. Er verspricht „Stöbern pur“.

„Stöbern pur“.



Die Sicherheitsgebühr wird auch in diesem Jahr zu entrichten sein. Die Mitnahme von Flüssigkeiten auf das Festivalgelände ist untersagt. Foto: Veranstalter

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

Acht Stunden Höchstleistung, Hunderte von Highlights

Facettenreiches Programm in der „Nacht der Industriekultur“ – Etwa 2 000 Künstler vor Ort

Die „Nacht der Industriekultur“ fährt am Samstag, 29. Juni, ein facettenreiches Programm auf: An 50 Spielorten in 24 Städten zwischen Moers und Hamm stellen von 18 bis 2 Uhr über 2 000 Künstler vor Ort ihre Kreativität, ihre Vielseitigkeit und ihr Können unter Beweis. Die gesamte Metropole Ruhr ist auf den Beinen - Industriekultur pur.

„ExtraSchicht“ bedeutet: acht Stunden Höchstleistungen. Hunderte von Highlights zu Lande, zu Wasser und in der Luft. Tanz, Theater und Performance-Acts garantieren magische und poetische Momente – mit Tango, Akrobatik und einer großen Prise Glamour. Kurios und kurzweilig wird's in venezianischen Gondeln und auf alten Traktoren, beim Flirten mit einem Roboter oder beim Bingo um Mitternacht. Unter dem meterlangen Blitz oder im Blaulicht-Gewitter. In diesem Jahr nimmt die Nacht der Industriekultur die Besucher mit auf eine Zeitreise, in die Zukunft: mit einem Segelschiff auf einer futuristischen Odyssee in Duisburg, visionären Entwürfen für das Ruhrgebiet von morgen in Bochum und Virtual-Reality-Fußball in Dortmund. Doch auch der nostalgische Blick in die Vergangenheit kommt nicht zu kurz: historische Straßen- und Eisenbahnen, der Geruch einer Dampffördermaschine, 100 Jahre Bauhaus und der Sound von Rock'n'Roll und Rockabilly versetzen die Besucher in vergangene Zeiten.

Kulinarische Köstlichkeiten gibt es ohne Ende, und auch Wissensdurst und Bildungshunger werden gestillt: Der Blick durch Schlüssellocher und hinter die Kulissen mancher Spielorte gibt preis, was sonst verborgen bleibt, zum Beispiel im Stahl- oder Chemiewerk, bei einem Kran- und einem Kranebergerproduzenten, einer Druckerei und einer Brauerei. Besucher können sich auf alte und neue Gesichter freuen.

„ExtraSchicht“ bedeutet: acht Stunden Höchstleistungen. Hunderte von Highlights zu Lande, zu Wasser und in der Luft. Tanz, Theater und Performance-Acts garantieren magische und poetische Momente – mit Tango, Akrobatik und einer großen Prise Glamour. Kurios und kurzweilig wird's in venezianischen Gondeln und auf alten Traktoren, beim Flirten mit einem Roboter oder beim Bingo um Mitternacht. Unter dem meterlangen Blitz oder im Blaulicht-Gewitter. In diesem Jahr nimmt die Nacht der Industriekultur die Besucher mit auf eine Zeitreise, in die Zukunft: mit einem Segelschiff auf einer futuristischen Odyssee in Duisburg, visionären Entwürfen für das Ruhrgebiet von morgen in Bochum und Virtual-Reality-Fußball in Dortmund. Doch auch der nostalgische Blick in die Vergangenheit kommt nicht zu kurz: historische Straßen- und Eisenbahnen, der Geruch einer Dampffördermaschine, 100 Jahre Bauhaus und der Sound von Rock'n'Roll und Rockabilly versetzen die Besucher in vergangene Zeiten.

ExtraSchicht

Die Nacht der Industriekultur



29. Juni 2019

INFO: DAS GESCHIEHT IN HATTINGEN UND WITTEN

In Hattingen steht der älteste Hochofen im Ruhrgebiet. Wer hier eine Extraschicht einlegen möchte, darf sich von 18 bis 22 Uhr auf eine Klangstraße freuen (Instrumente zum Ausprobieren). Um 18.15/20.15/22.15 Uhr spielt die Salsaband „Macondito“. Ein Salsaworkshop rundet das Thema ab. Um 19/20.15/21.30 und 22.45 Uhr gibt das Klavierfestival Ruhr einen Einblick in die Welt der Tasten. Um 19 Uhr gibt es eine „Rattentour“ für Kinder und um 19.15/21.15/23.30 Uhr sorgt die Jazzband „Metschiya Lake“ und der Lindy Hop für Stimmung. Die Ausstellung „Boom“ lädt ein, sich mit dem Thema Strukturwandel zu beschäftigen. Auf der Møllering werden Stahl-Filme von Christoph Böll gezeigt. Der Förderverein erklärt in der Schaugießerei verschiedene Schritte des Gießens. Mit dem Feuerwehrmuseum, Henrichs-Allee 2, ist in der Nähe von LWL in Hattingen ein neuer Standort dazu gekommen. Auf 4 400 Quadratmetern stehen rund sechzig „Rote Riesen“ - Express-Führungen mit Musik der „Big Blast Company“ und „Los Regalos“ runden das Spektakel ab. In Witten ist die Zeche Nachtigall Standort der Extraschicht. Stollenführungen, historische Dampfzüge und Bauchredner Michael Walta mit Kohlenstück „Herr Schwatz“ sorgen für eine Zeitreise. Für musikalischen Schall sorgen ab 19 Uhr „Mother's Darling“ mit ihrem Erfolgshit „Wo willst du hin“. Zum Finale um Mitternacht heizen „Chapeau Bas“ mit einer Feuershow ein. Tickets 17 Euro. Infos unter www.extraschicht.de.



NaWit kämpft gegen Herkulesstaude

Sie werden bis zu vier Meter groß, sehen dekorativ aus, sind aber gleichzeitig auch ein Riesenärgernis: seit einigen Jahren breitet sich die Herkulesstaude in Witten, vor allem im Einzugsbereich der Ruhr, aus. Die Pflanze, auch bekannt als „Riesenbärenklau“ oder „Stalins Rache“, ist eine invasive Pflanze, die nicht in diese Breiten gehört und heimische Arten verdrängt. Flächendeckende Aktionen zur Eindämmung finden augenscheinlich nicht statt. Die Naturschutzgruppe Witten (NaWit) versucht immerhin, der unerwünschten Pflanze auf abgelegenen Ruhrwiesen zu Leibe zu rücken und so zumindest punktuell die Verbreitung aufzuhalten.

Dabei ist die Herkulesstaude nicht ungefährlich: der Saft der Pflanze ist phototoxisch und kann in Kombination mit Sonnenlicht zu schweren Verbrennungen der Haut führen, die Blätter sind scharf gesägt. Gelangt doch mal Pflanzensaft auf die menschliche Haut, sollte die betroffene Stelle schnell mit Seife und Wasser gewaschen und mindestens zwei Tage nicht der Sonne ausgesetzt werden. Flüchtige Berührungen beim Spazierengehen reichen. Wenigstens eine gute Seite: die Herkulesstaude ist ein guter Nährstofflieferant für Bienen.

So kam „Stalins Rache“ nach Deutschland

Die ersten Samenkörner der Herkulesstaude brachten Reisende aus dem Kaukasus mit zu den biologischen Gärten in Deutschland. Die Hoffnung war groß, nun bald über eine neue Futterpflanze zu verfügen. Doch den Kühen schmeckte das neue Futter nicht. Die Ernte wanderte auf den Kompost, die Versuchsfelder wurden untergepflügt, was aber blieb, war die Herkulesstaude. Die robuste Pflanze lebte weiter, Wind und Wasser übernahmen die Verbreitung in alle Richtungen - letztendlich auch bis nach Witten. Angeblich beschimpften die Polen den Eindringling aus dem Kaukasus als „Stalins Rache“.

Was hilft gegen die Herkulesstaude?

Bekämpfen lässt sich die Herkulesstaude, wenn ihre Wurzeln im Frühjahr mit einem scharfen Spaten zehn bis 15 Zentimeter unter der Erde abgestochen werden. Den Pflanzen, die es bis zur Blüte schaffen, sollten bis Mitte Juli alle Dolden entfernt werden, damit keine weiteren Samen ausgeworfen werden. Gelangen die Samen in die Erde, kann schon im Herbst die nächste Generation ans Licht treten. Eine einzige Pflanze bringt bis zu 50 000 Samen hervor. Diese sind übrigens über Jahre keimfähig. Dx

der fußt auf der Annahme, dass nicht nur die Wassermassen der Meere, sondern auch die Säfte der Pflanzen durch den Mond beeinflusst werden. Die Daumenregel dabei lautet: was nach unten wächst, säe oder pflanze mit abnehmenden Mond, was nach oben wächst, mit zunehmendem Mond. Der Pflanzensaft wird in den Phasen des zunehmenden Mondes mit voller werdender Sichel vom Mond angezogen und strömt in die oberen Pflanzenteile. Davon profitiert das Wachstum der Pflanzen oberhalb der Erde. Blatt-, Blüten- und Fruchtpflanzen sollten in dieser Phase ausgesät oder gepflanzt werden. Diese Zeit endet mit dem Vollmond, wenn Sonne und Erde den Mond in ihre Mitte nehmen. Die Heilkraft von Kräutern soll bei Vollmond ja am größten sein, weshalb sie

am besten zeitgleich gesammelt werden sollten. In der Phase des abnehmenden Mondes ziehen sich die Kräfte zurück in die Erde und kommen dem unterirdischen Wachstum zugute. Diese Wurzeltage sind günstig für die Ernte und das Einlagern von Früchten wie Möhren, Kartoffeln und Zwiebeln und - da sich die Säfte ja im Wurzelbereich der Pflanzen befinden - für den Heckenschnitt. In der Anwendung dieser Logik unterstützen diese Tage die Unkraut- und Ungezieferbekämpfung.

Es kommt auf das Sternbild an

Die Anthroposophin Maria Thun hat in ihren über 50 Jahre dauernden Versuchen festgestellt, dass die jeweilige Mondstellung in den einzelnen Sternbildern eine spezifische Kraft auf das jeweilige Pflanzenwachstum ausübt. Die Pionierin des Mondgärtnerns ermittelte daraus entsprechende Blatt-, Blüten-, Frucht- und Wurzeltage. Der interessierte Gärtner braucht jedoch nicht jedesmal den Blick zum Nachthimmel wenden - genaue Anweisungen sind in handelsüblichen Mondkalendern festgehalten. Dx

Insektenhotel für Nützlinge

Viele Insekten im Garten sind echte Nützlinge, die als natürliche Fressfeinde gegen Schädlinge vorgehen, bei der Bestäubung helfen und das ökologische Gleichgewicht im Garten bewahren. Um die nützlichen Tierchen bei ihrer Arbeit zu unterstützen, sollte dafür gesorgt werden, dass sie im Garten genügend Nistmöglichkeiten finden. In den unzähligen Löchern und Öffnungen im Insektenhotel nisten vor allem Wildbienen, die einzeln leben. Sie legen in den Röhren ihre Eier ab, zusammen mit einem Vorrat an Nahrung in Form von Pollen. Sehr gut lässt sich beobachten, wie sie die Öffnungen mit Lehm oder anderen Materialien wieder verschließen. Nach einiger Zeit schlüpfen dann die neuen Wildbienen. Sie suchen sich in der Umgebung Blütenpflanzen, deren Pollen sie einsammeln und bei dieser Gelegenheit bestäuben. So unterstützen sie die Arbeit der Honigbienen und sorgen für eine zuverlässige Bestäubung von Obststräuchern und Obstgehölzen. Ein Insektenhotel von Neudorff bietet den nützlichen Wildbienen ebenso Unterschlupf wie Florfliegen oder Ohrwürmern. Das Hotel wird in Handarbeit hergestellt und besteht aus unbehandelten natürlichen Materialien. Geeigneter Platz ist eine regengeschützte sonnige Stelle im Garten, auf der Terrasse oder dem Balkon. txn

Ein Insektenhotel bietet viele Nistplätze für nützliche Insekten, die für ein ökologisches Gleichgewicht im Garten wichtig sind. Foto: Neudorff/txn



Bommerholzer Baumschulen

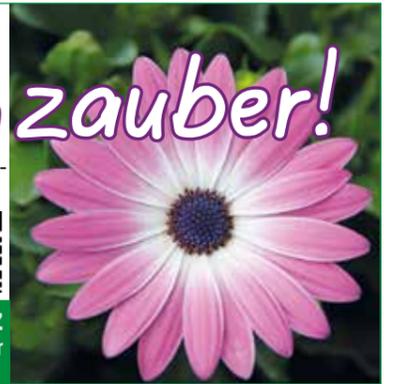
Blütenmeer - Blütenzauber!

Jetzt unser blühendes Sortiment an Stauden, Beet- und Balkonpflanzen sowie Rosen- und Ziersträuchern pflanzen!

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



GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU GMBH

MEISTER GÄRTEN RAHM

Gartenservice rund ums Jahr

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

...mehr als nur Steine

Für Haus und Garten

- Terrassenplatten aus Stein
- Pflastersteine und Palisaden
- Mauersteine und Felsen
- Splitt, Kies und Baustoffe
- Gabionen, Brunnen und Deko...

www.natursteinbrüche.de

Natursteinbrüche Bergisch Land GmbH, Hahnenfurth 5, 42327 Wuppertal

Fon +49 20 58 78 26 90

Raiffeisen
Hasslinghausen eG
In der Region gut beraten

Ihr Fachmarkt für Haus, Tier, Garten und Reitsport!
Neue Öffnungszeiten Mo.- Fr. 8:30 - 18:30 Uhr, Sa. 9:00 - 14:00 Uhr

Rathausplatz 15- 45549 Sprockhövel - 02339 - 92 15-0
info@raiffeisen-hasslinghausen.de - www.raiffeisen-hasslinghausen.de



Neue Looks für zeitlos schönes Wohnen XXL-Fliesen im Trend

VILLEROYBOCHFliesen_Halston_Wohnen_Holzoptik_versetzterVerband

Das aktuelle Fliesendesign zeichnet sich durch zeitlose Schönheit aus. Im Trend liegen dezent strukturierte Oberflächen, Groß- und Querformate sowie die natürlich schöne Naturstein- oder Holzoptik. Neben ihrer Designvielfalt bieten Bodenfliesen eine Reihe funktionaler Vorzüge. Denn Keramik ist zeitlebens schadstofffrei und damit raumluftneutral – und zählt zu den wohngesunden und ökologisch verträglichen Belagsmaterialien. Ob quadratisch oder im angesagten Querformat: XXL-Fliesen schaffen eine hochwertige, repräsentative Raumatmosphäre. Durch den geringen Fugenanteil entfalten großformatige Fliesen eine optisch homogene Flächenwirkung, die Räume optisch weitet und für eine wohltuend ruhige unaufgeregte Atmosphäre sorgt.

Keramischer Holzlook

Fliesen in angesagter Holzoptik sind heute in verschiedensten Holzarten und Farbtönen erhältlich. Der Clou: Mit sicht- und spürbaren Maserungen sind Holzinterpretationen der neuesten Generation auch haptisch kaum noch von echtem Holz zu unterscheiden. Neue Riegelformate ermöglichen einen authentischen Landhausdielenlook oder die Verlegung im klassischen Fischgrätmuster. Für ein Plus an Wohnkomfort sorgt der keramische Holzlook, weil die Oberfläche robust und pflegeleicht ist. Im Unterschied zu Holz überzeugt Keramik durch ihre besonders gute Wärmeleitfähigkeit auf energieeffizienten Fußbodenheizungen.

Zeitlos schön, stilistisch vielfältig: Natursteininterpretationen

„Keramischer Naturstein“ ist heute durch Reliefstrukturen sowie Farbverlauf und Musterung seinen natürlichen Vorbildern wie Schiefer, Sandstein oder Granit zum Verwechseln ähnlich. Insbesondere auf größeren Flächen und im angesagten Großformat erzielen Fliesen in Natursteinoptik eine besonders harmonische ebene Flächenwirkung, da die typischen – „Unregelmäßigkeiten“ des Natursteins gezielt gesetzt und dezent gestaltet sind.

Zement- und Betonoptik

Urbanner Wohnstil und modernes Loftambiente sind auch jenseits der Großstädte gefragt. Fliesen in Zement- und Betonoptik eignen sich dafür hervorragend. Einen authentischen „Estrich“-Charakter erzielen dabei Großformate, die mit schmaler Fuge verlegt und Ton-in-Ton zur Fliesenfarbe verfugt werden.

Feinsteinzeug im Ethno- und Vintage-Look

Eine ideale Zutat für den Vintage- bzw. Ethno-Look bieten die aktuellen Kollektionen mit verschiedensten Interpretationen von Zement-Fliesen und historischen Dekoren. Die freie Kombinationsmöglichkeit von zahlreichen Farb- und Dekorvarianten liefert einen riesigen Gestaltungsspielraum für die Umsetzung individueller Wohnkonzepte. Unter www.deutsche-fliese.de finden sich zahlreiche Beispiele für die individuelle Raumgestaltung mit Fliesen.



Mit der authentischen Anmutung von Eiche zaubert die Bodenfliese „Oak“ wohnliche Natürlichkeit ins Bad. Die Fliese im Holzdekor (verschiedene Formate, z. B. 30 x 90 cm) ergänzt sich harmonisch mit der Schnittdekor-Fliese „Verso“ der Serie „Sky“ (10 x 90 cm, Eichendekor in verschiedenen Farbstellungen).
© Deutsche Fliese / Agrob Buchtal

Tipps zur Sanierung und Finanzierung

Projekt Fensterwechsel

Risse am Rahmen, unzureichende Dämmeigenschaften oder schwergängige Schließmechanismen – und plötzlich wird deutlich: Die alten Fenster haben Schwachstellen. Auch die Haussanierung durch ein Wärmedämm-Verbundsystem ist ein guter Anlass, die Fenster neu zu planen. Wer den Austausch richtig angeht, muss weder hohe Kosten noch viel Schmutz fürchten.

Grundsätzlich gilt: Die energetische Qualität von Fenstern definiert sich über den sogenannten U-Wert, der die Durchlässigkeit eines Bauteils für Wärme beschreibt. Je kleiner dieser ist, desto besser ist das Fenster wärmedämmend. Bei 1,3 W/(m²K) sollte er laut Energieeinsparverordnung mindestens liegen. Entscheidend ist immer, dass der Wert des kompletten Bauteils, also von Glas und Rahmen zusammen mit der Fassadendämmung abgestimmt ist. Daher sind heute Fenster mit Dreifach-Isolierverglasung und hochwertigen Mehrkammerprofilen Standard. Kunststoffprofile in Klasse A-Qualität nach DIN EN 12608, wie sie Veka anbietet, rentieren sich gleich mehrfach: Wärmeverluste reduzieren sich deutlich, gleichzeitig steigen Schallschutz und Wohnkomfort.

Dank stahlverstärkter Rahmen und Flügel haben es Einbrecher deutlich schwerer, ins Haus einzudringen. Für Kunststofffenster sprechen zudem ihre geringen Instandhaltungskosten, da ein Anstrich nicht erforderlich ist und sie einfach zu reinigen sind.

Die besten neuen Fenster nutzen jedoch wenig, wenn sie nicht ordentlich eingebaut werden. Fachleute tauschen Fenster heute schnell, routiniert und sauber aus, ohne dass anschließend alles von einer dicken Staubschicht überzogen ist. Außerdem wissen sie über die technischen Details Bescheid. Ist zum Beispiel später eine Fassadendämmung geplant, können sie gleich die Anschlüsse dafür im Laibungsreich berücksichtigen.

Auf Qualität zu bestehen lohnt sich: Wer die energetischen Anforderungen erfüllt, kann bei der Finanzierung des Projekts mit staatlichen Fördermitteln rechnen. Dazu kommen der höhere Wiederverkaufswert und die gewonnene Behaglichkeit des Eigenheims. Der Fensterfachbetrieb vor Ort lässt sich unter www.veka.de finden. txn



Weniger Aufwand als gedacht: Moderne Kunststofffenster werden vom Fachbetrieb schnell und sauber eingebaut, verbessern die Energiebilanz des Hauses nachhaltig und sind oben-drein pflegeleicht.
Foto: Veka/txn

Plissee Verdunklung

Tagsüber Licht, Sonnenstrahlen und Helligkeit. Das tut der Seele gut. Aber nachts? Da benötigt der Körper maximale Dunkelheit zur Körperregeneration während des Schlafs. Durch Verdunkelungsplissees kann man den natürlichen Tag-Nacht-Rhythmus fördern und so Schlafstörungen durch Außenlicht reduzieren. In Wohnräumen sind Verdunkelungsplissees unvorteilhaft, da der Raum tagsüber deutlich abgedunkelt wird. Hier eignen sich besser blickdichte Stoffe, die das Tageslicht noch hindurchlassen.

Energie fürs Leben!

Wir laden den EN-Kreis auf:

- mit Förderung für Schulen, Vereine und Stadtmarketing
- mit Strom, Gas und Wasser – zuverlässig wie eh und je

AVU...
ENERGIE – wir denken weiter

www.avu.de/heimvorteil

Fensterfolien eine Alternative

Sie liegen direkt auf der Scheibe auf, nehmen also keinen Platz in Anspruch, brauchen keine besondere Pflege und schränken die Sicht nach außen nicht ein. Fensterfolien können vor zudringlichen Einblicken oder vor Sonne schützen, je nach Folieneigenschaften sind sie auch Hitze-, Blendschutz oder UV-Schutz. Sonnenschutzfolien können ein Garant für ein angenehmes Raumklima sein, denn die Räume heizen sich in den Sommermonaten nicht unnötig auf. Durch den zusätzlichen Blendschutz können Sie blendfrei arbeiten, denn wenn die Sonne nicht in die Räume scheinen kann, können Sie von dieser auch nicht geblendet werden.

Berkermann Bauelemente GmbH
Bauschlosserei

Wohnqualität und
Sicherheit vom Fachmann



- Fenster und Türen von **WERU**
- Markisen von **WAREMA**
- Sicherheit von **ABUS**
- Briefkästen von **RENZ**
- Insektenschutz von **NEHER**
- Tore von **HÖRMANN**

www.berkermann-bauelemente.de

Dachwartung ist Pflicht



Ist das Dach in einem schlechten Zustand, können Sturmschäden richtig teuer werden. Wurde die Wartung vernachlässigt, zahlt die Versicherung unter Umständen nicht.

Foto: Dachdecker Verband Nordrhein

ziert und auf Schäden und Schwachstellen hin untersucht werden. Die Dachwartung beugt nicht nur schweren Folgeschäden vor, sondern ist auch wichtig für den Versicherungsschutz.

Sturmschäden: Mangelnde Dachwartung kann teuer werden

Wenn ein starker Sturm das Dach beschädigt, zahlt das normalerweise die Gebäudeversicherung. Der so genannten „Sturmklausele“ zum Trotz wird längst nicht mehr jeder Schaden, der durch Stürme mit einer Windstärke von 8 und höher entsteht, reibungslos und in voller Höhe reguliert. Ist das Dach beispielsweise in einem schlechten Zustand, können Sturmschäden richtig teuer werden. Denn wer die Wartung vernachlässigt hat, muss mit dem teilweisen oder gar kompletten Verlust des Versicherungsschutzes durch die Gebäudeversicherung rechnen.

Gute Dachpflege minimiert auch Sicherheitsrisiken

Mit einer turnusmäßigen Dachwartung können Hausbesitzer dazu beitragen, das Risiko von Sturmschäden zu verringern. So sehen das auch viele Gerichte: In zahlreichen Urteilen bis hin zum Bundesgerichtshof wurde klargestellt, dass Hausbesitzer zur regelmäßigen Dachwartung durch qualifizierte Fachbetriebe verpflichtet sind. Mit dieser Vorsorgemaßnahme kommen Hausbesitzer ihren Obliegenheitspflichten als Versicherungsnehmer nach und müssen sich keine Sorgen um ihren Versicherungsschutz machen. Eine regelmäßige Dachwartung ist notwendig, um die Verkehrssicherheit gegenüber Fußgängern und parkenden Fahrzeugen zu gewährleisten. Schließlich ist die technische Umsetzbarkeit von Sicherungsmaßnahmen, die Schäden verhindern oder minimieren, gegeben und kann als „anerkannte Regel der Technik“ durchaus als Maßstab für eine Leistungspflicht herangezogen werden.

Das sind die größten Schwachstellen auf dem Dach

Während beim Steildach die Dachpfannen die größte Schwachstelle sind, muss beim Flachdach eher nach Rissen in den Bitumenbahnen der Abdichtung gesehen werden. Beim Dach-Check sollten deshalb folgende Stellen genau kontrolliert werden:

- ❶ **Steildach:** Ist die Dacheindeckung beschädigt oder locker? Ist der Schneefang stabil? Läuft das Wasser zuverlässig ab? Ist die Dachrinne verstopft oder ausgebeult? Sind die Anschlüsse rund um Schornstein, Dachfenster und Lüfterrohre dicht? Ist die Solaranlage beschädigt?
- ❷ **Flachdach:** Ist die Dachhaut intakt oder gibt es Haarrisse oder Beschädigungen? Sind die Anschlüsse zu Kamin, Lüfterrohren oder Gullys in Ordnung? Wird Regenwasser zuverlässig abgeführt?

Dachwartung dem Fachmann überlassen

Eine Sichtprüfung nach Augenmaß genügt den Anforderungen an die Obliegenheitspflichten kaum. Ratsam ist es, die Dachwartung einem Fachbetrieb zu überlassen, damit sie gründlich und fachmännisch ausgeführt wird. Erfahrene Dachexperten wissen am besten, worauf bei der Bestandsaufnahme des Dachzustands besonders geachtet muss. Mängel werden in einem Protokoll festgehalten und dem Hausbesitzer übergeben. Darin ist im Ergebnis zu sehen, ob das Dach repariert oder besser gleich saniert werden muss. *Quelle: Energie-Fachberater.de*

Holzfenster richtig streichen und pflegen

Mit guter Pflege bleiben Fenster und Dachfenster lange schön

Sie sorgen für besonderen Charme und natürliche Ausstrahlung: Holzfenster. Viele Hausbesitzer entscheiden sich deshalb auch bei einer Sanierung für neue Holzfenster. Sind die alten Fenster dicht eingebaut und in gutem Zustand, reicht ein neuer Anstrich für eine schöne Optik. Doch welche Pflege brauchen Holzfenster und wie werden sie richtig gestrichen? Mit diesen Tipps zum Pflegen und Lackieren geben Sie Fenstern den richtigen Schliff.

Hartnäckig hält sich der Glaube, dass Holzfenster zeitintensiv gepflegt werden müssen. Doch das ist oft gar nicht der Fall! Ein- bis zweimal jährlich sollten ohnehin alle Fenster (egal ob Holzfenster oder Kunststofffenster) inspiziert und gepflegt werden.

Diese Schritte zur Pflege sind nötig:

- ❶ Staub und Fremdkörper aus den Zwischenräumen mit dem Staubsauger entfernen.
- ❷ Rahmen mit Seifenwasser und weichem Tuch reinigen. Dann auf Schäden überprüfen.
- ❸ Eventuelle Schäden an der Beschichtung sofort ausbessern. Eine spezielle Holzpflegemilch frischt die Rahmen nach der Reinigung auf.
- ❹ Beschläge auf festen Sitz prüfen, bei Bedarf Schrauben nachziehen.
- ❺ Für leichtgängiges Schließen der Fenster die Beschläge ölen oder fetten.
- ❻ Fensterdichtungen mit Seifenwasser reinigen und mit säure- und harzfreien Fetten einfetten, damit sie nicht spröde und porös werden.

Neuer Anstrich für klar lackierte Holzfenster und Dachfenster

Bei klar lackierten Holzfenstern entsteht die besondere Optik durch die sichtbare Holzmaserung. Alle vier bis fünf Jahre erhalten sie einen neuen Anstrich. Sind die Fenster stark der Witterung ausgesetzt oder viel Feuchtigkeit in Bad und Küche, sollte alle zwei Jahre geprüft werden, ob ein neuer Anstrich nötig ist. Zuerst werden alle Oberflächen mit lauwarmem Seifenwasser gereinigt und dann getrocknet. Beschädigungen werden mit Holzpaste ausgebessert. Je nach Zustand der Holzfenster werden die Rahmen dann mit Schleifpapier der Körnung 80 bis 180 geschliffen und anschließend der Staub entfernt. Faustregel: Je besser der Lack noch erhalten ist, desto feiner das Schleifpapier. Für den ersten Voranstrich mit einem Lasurpinsel einen leicht verdünnten Acryllack auf Wasserbasis auftragen. Nach etwa drei Stunden Trocknungszeit die Oberflächen mit Schleifpapier Körnung 240 erneut anschleifen, den Staub entfernen und den Schlussanstrich aus unverdünntem Acryllack auf Wasserbasis auftragen.



Klar lackierte Holzfenster erhalten alle vier bis fünf Jahre einen neuen Anstrich.

Foto: VELUX Deutschland GmbH

Neuer Anstrich für weiß lackierte Holzfenster und Dachfenster Weiß lackierte Holzfenster brauchen im Durchschnitt nach gut sieben Jahren einen neuen Anstrich. Sie werden in der Regel mit Schleifpapier der sehr feinen Körnung 240 angeschliffen und die Oberfläche danach mit lauwarmem Wasser gereinigt. Nach 30 Minuten Trockenzeit den Acryllack-Voranstrich mit einem Lasurpinsel auftragen und mit einer Rolle nachbehandeln. Nach 30 Minuten eine zweite Lackschicht auf die gleiche Weise auftragen, den Lack nur noch trocknen lassen und schon sind die Arbeiten abgeschlossen.

Neuer Anstrich für weiß lackierte Holzfenster und Dachfenster

Weiße lackierte Holzfenster brauchen im Durchschnitt nach gut sieben Jahren einen neuen Anstrich. Sie werden in der Regel mit Schleifpapier der sehr feinen Körnung 240 angeschliffen und die Oberfläche danach mit lauwarmem Wasser gereinigt. Nach 30 Minuten Trockenzeit den Acryllack-Voranstrich mit einem Lasurpinsel auftragen und mit einer Rolle nachbehandeln. Nach 30 Minuten eine zweite Lackschicht auf die gleiche Weise auftragen, den Lack nur noch trocknen lassen und schon sind die Arbeiten abgeschlossen.

Quelle: Energie-Fachberater.de / Velux

Mehr Hygiene und Komfort im Bad dank WC-Innovationen

In asiatischen Ländern sind Dusch-WCs seit Jahrzehnten Standard. Solche Toiletten verbinden die Funktion eines WC's mit der eines Bidets. Sie ermöglichen die Reinigung des Intimbereichs mit warmem Wasser. In Europa nutzt man Bidets dafür, das braucht zusätzlichen Platz im Bad und bringt außerdem weniger Komfort. Hightech-Dusch-WCs bieten sogar das Anwärmen des Toilettensitzes und das Abspielen von Musik – aber im Vordergrund steht die persönliche Intimhygiene bequemer zu gestalten. Auch die spülrandlose Toilette gehört sicher zu den Bad-Trendthemen.

Komfort und ein Plus an Hygiene im Bad

Bei diesen WC's wird durch innovative Spülsysteme gewährleistet, dass das Wasser nach rechts und links strömen kann, auch ohne Hilfe des Spülrands. Durch den Verzicht entfallen die kaum einzusehenden Stellen, wo sich deshalb häufig Schmutz und Bakterien ansammeln. Toiletten ohne Spülrand sind einfacher zu reinigen als klassische Modelle. Auch berührungslose Armaturen kommen zunehmend in die privaten Bäder. Eine Bewegung in Richtung der Armatur reicht aus, um den Wasserfluss auszulösen. Einfache Gesten regeln sogar die Temperatur. Diese Funktionsweise berührungsloser Armaturen bedeutet Komfort und ein Plus an Hygiene im Bad, da die Armaturen nicht mehr ständig von unter Umständen schmutzigen Händen berührt werden. Übrigens gibt es solche Lösungen zudem für Toiletten und Seifenspender. In der Zukunft dürften Elemente zu erwarten sein, die auf Sprachkommandos reagieren.

Spülrandloses WC, Villeroy & Boch



Sie suchen's?

Wir haben's!

Ihr neues Bad!

Eltig

Besuchen Sie uns!

Die Bad-Ausstellung

An der Becke 11 • 45527 Hattingen
Tel. 02324 9633-0 • www.eltig.com

Wasch-WC von Geberit



Zünsler Buchsbäume in die Biotonne, Plastik und Glas nicht

Der Buchsbaumzünsler ist in vielen Gärten wieder aktiv, demzufolge steigt die Anzahl der Anfragen an die Abfallexperten im Schwelmer Kreishaus. Wohin mit den betroffenen Pflanzen?

„Auf gar keinen Fall auf den heimischen Kompost“, lautet die eindeutige Warnung von Elisabeth Henne, Abfallfachfrau der Kreisverwaltung. Denn: Die Eier und Raupen des Zünslers befinden sich an den Pflanzenteilen und können sich weiterentwickeln. Verhindern kann dies, wer auf die heimische Biotonne setzt. Ihr Inhalt landet in der Vergärungsanlage in Witten, dort hat der Schädling keine Chance auf ein Überleben. Bürger, die keine Biotonne oder zu große Mengen befallener Buchsbäume haben, können die Umladeanlagen in Gevelsberg (Hundeicker Str. 24-26) und Witten (Bebbelsdorf 73) anfahren. Dort werden die Pflanzen als Grünabfall zu den bekannten Bedingungen angenommen und ebenfalls so verwertet, dass der Zünsler keinen Schaden mehr anrichten kann. Während Zünsler-Buchsbäume in der Biotonne also bestens platziert sind, gilt dies weder für Kunststoff-

noch für Glas. „Plastik ist für uns schon länger ein Ärgernis. In letzter Zeit steigt aber leider auch der Glasanteil in der Biotonne. Dabei sollte jedem klar sein: Joghurtbecher und Weinflaschen, Marmeladenbehälter und Folien sind nicht kompostierbar. Was sollen sie also im Biomüll?“, fragt Henne.

Ihre klare Botschaft: Diese Störstoffe müssen mühsam und teuer aus dem Kompost entfernt werden, führen damit zu Arbeit und Ausgaben, die absolut vermeidbar wären.

In den Regalen des Einzelhandels finden sich auch zunehmend Produkte aus nachwachsenden Rohstoffen, versehen mit dem Hinweis „kompostierbar“. „Für die Vergärungsanlage in Witten-Bebbelsdorf, in der aus dem Biomüll der Bürger des Ennepe-Ruhr-Kreises Strom wird, ist dieses Geschirr aber nicht geeignet. Es gehört daher wie Einweggeschirr aus echtem Plastik bitte in die Restmülltonne.“

Fragen zum Thema Abfallentsorgung beantworten Elisabeth Henne, Telefon 02336/93 2332 und Karina Birka, Telefon 02336/93 2331. *pen*

Streuobstwiesen sind ein „unglaublicher Naturschatz“

Biologische Vielfalt: Grauschnäpper, Gartenrotschwanz und Grünspecht bald nicht zu sehen

Der 22. Mai wird seit 2001 als Internationaler Tag der biologischen Vielfalt gefeiert. Fast täglich können wir über den dramatischen Verlust der Artenvielfalt und die daraus resultierende Gefährdung und Zerstörung unserer Lebensgrundlagen lesen, sehen und hören. Die Medien sind voll davon, und das zu Recht.

Die Vereinten Nationen (UN) haben 1992 das Übereinkommen über die biologische Vielfalt beschlossen. Deutschland hatte in seiner ersten Biodiversitätsstrategie von 2001 das Ziel formuliert, das Artensterben bis 2010 stoppen zu wollen. „Das nächste angepeilte Ziel war dann 2020, doch das Scheitern ist klar. Die deutsche Politik hat das Ziel dann in dem im Herbst 2018 vorgestellten Bericht der Deutschen Nachhaltigkeitsstrategie auf 2030 vertagt“, sagt Bettina Mangold-Beyerle (2. v. l.) mit den Hüsings. Die Familie hat in Sprockhövel eine Streuobstwiese angelegt, auf der sie auch zahlreiche neue Obstbäume gepflanzt hat. Äpfel, Birnen, Kirschen, frisch oder eingelagert, Marmelade und Honig: alles in Bio-Qualität. Foto: Nabu EN



Bettina Mangold-Beyerle (2. v. l.) mit den Hüsings. Die Familie hat in Sprockhövel eine Streuobstwiese angelegt, auf der sie auch zahlreiche neue Obstbäume gepflanzt hat. Äpfel, Birnen, Kirschen, frisch oder eingelagert, Marmelade und Honig: alles in Bio-Qualität. Foto: Nabu EN

stände von den 1950er Jahren bis heute 75 Prozent. Streuobstwiesen gelten als „Hot Spot“ der biologischen Vielfalt, auf über 5000 Tier- und Pflanzenarten sowie auf über 3000 Obstsorten wird diese in Deutschland nach Angaben des Nabu-Bundesfachausschusses Streuobst geschätzt.

„Bei der Kartierung von Streuobstwiesen auf Sprockhöveler EN im Herbst 2018 wurde mir klar, welch ein unglaublicher Naturschatz und Bestandteil unserer Kulturlandschaft wir hier vor unserer Haustür haben. Leider werden viele dieser Streuobstwiesen mit ökologisch wertvollem Altbaumbestand immer noch beseitigt oder nicht mehr aktiv bewirtschaftet. Vom Höhenreich-

tum alter Bäume profitieren zum Beispiel die im Bestand gefährdeten Gartenschläfer, Haselmaus und Siebenschläfer sowie Fledermäuse. Wenn Pflege, Verjüngung durch Neupflanzungen und Schutz dieser wertvollen Biotope nicht mehr oder kaum noch stattfindet, sind selten gewordene Arten wie Feldsperling, Grauschnäpper, Gartenrotschwanz und Grünspecht bald nicht mehr zu sehen.

Ebenso gilt das für den stark im Bestand gefährdeten Steinkauz, dessen bundesweite Population zu 75 Prozent in NRW beheimatet ist und der auf Streuobstwiesen und Weiden in der Nähe landwirtschaftlicher Gehöfte angewiesen ist“, bedauert das Nabu-Mitglied.

Ein Steinwurf entfernt

Familie Hüsing wohnt idyllisch einen Steinwurf entfernt von der Stadtgrenze zu Wuppertal. Torsten Hüsings Vater hatte im Jahr 2000 die Idee, den alten Obstbaumbestand von fünf Apfelbäumen zu einer Streuobstwiese mit einer Fläche von 0,87 Hektar umzugestalten. Heute stehen 35 Obstbäume auf der Wiese. „Damals wie heute kommen wir in den Genuss der Streuobstwiesen-Fördergel-

der. Dafür verpflichten wir uns zu Baumpfleßmaßnahmen, Verzicht auf chemisch-synthetischen Pflanzenschutz oder Düngung der Wiese. Wir mähen die Wiese nicht vor dem 15. Juni, so blühen viele Gräser, Blumen und Kräuter und können sich versamen. Wir haben leider nur noch zwei alte Apfelbäume im Bestand, die älter als vierzig Jahre sind. Bei Neupflanzungen achten wir immer darauf, dass wir alte, selten gewordene, regionale Sorten auswählen. Die sind robuster, in Zeiten des Klimawandels ein wichtiger Aspekt“, sagt Torsten Hüsing, Landwirt in Nebenerwerb.

„Natürlich müssen wir den Bäumen Erziehungs-, Pflege-, oder Verjüngungsschnitte zukommen lassen, aber die Arbeit hält sich in Grenzen. Ein- bis zweimal im Jahr wird gemäht, die Mahd nutzt ein Nachbar als Futter für seine Kühe. Nächstes Jahr wird es noch mehr Bienen geben, eine Freundin ist Hobbyimkerin.“ Äpfel, Birnen, Pflaumen, Kirschen, frisch oder eingelagert, Saft, Marmelade und Honig: alles in Bio-Qualität „Das ist ein gutes Gefühl beim Essen, gerade, wenn man drei Kinder hat“, fügt seine Frau hinzu. info@nabu-ennpe-ruhr.de

Identität der Glückauftrasse

Gesamtkonzept für Rad- und Wanderweg

Die Glückauftrasse kennt die Iserlohner Landschaftsarchitektin Ina Bimberg inzwischen wohl sprichwörtlich so gut wie ihre Westentasche. Viele Stunden hat sie sich mit dem Rad- und Wanderweg in Sprockhövel befasst, ist ihn mehrfach zusammen mit ihren Mitarbeiterinnen auf dem Rad abgefahren.



Foto: Glückauf-Trasse/Prochnow

Das Ergebnis dieser mehrere Monate dauernden Arbeit präsentierte sie im Vortragssaal der Sparkasse Sprockhövel an der Hauptstraße 68. Dort wurde der Masterplan für die Glückauftrasse vorgestellt, den der gleichnamige Verein vor rund einem Jahr bei ihr in Auftrag gegeben hatte. Finanziert mit Geld der Sparkassenstiftung Sprockhövel und von „Vital NRW“ konnte so ein Gesamtkonzept für die weitere mögliche Entwicklung der Trasse erstellt werden. „Eine landschaftlich und kulturhistorisch außerordentlich reizvolle Wander- und Fahrradrouten, die mit ihren Angeboten aufgewertet und mit ihren Stärken besser in das Bewusstsein gerückt werden soll“, erklärt Ina Bimberg. Für den Verein ein wichtiger Meilenstein, der eine professionelle Grundlage für die weiteren Aktivitäten an der Trasse darstellt. Der Plan gibt sehr detaillierte Empfehlungen, wo, wie und was getan werden könnte, um das Ansehen des Weges aufzuwerten. Nicht alles wird der Verein alleine umsetzen können, etwa weil er aus satzungsrechtlichen Gründen in seinen Aufgaben begrenzt ist. Den Auftraggebern war aber wichtig, einen Plan zu bekommen, der alle Bereiche umfasst. So hat die Landschaftsarchitektin etwa auch Empfehlungen zur Bepflanzung gegeben. Hinter allen einzelnen Maßnahmen steht aber ein Ziel, der Glückauftrasse ein unverwechselbares Profil zu geben. Der Trassenverein wird sich bei der Umsetzung auf die selbst gesetzten Ziele bei Kunst, Kultur, Sicherheit, Bewegung und Geschichte konzentrieren.

Gefährliche Situationen

Überall, wo Zusatzschild angebracht ist



Derart gekennzeichnete Wege sind nicht benutzungspflichtig.

Bei dem in Niedersprockhövel auf beiden Seiten der Hauptstraße auf dem Bürgersteig eingerichteten Radweg handelt es sich um einen „Nicht-benutzungspflichtigen-Radweg“: Überall dort, wo am Gehweg-Schild das Zusatzschild „Radfahrer frei“ angebracht ist, darf der Bürgersteig durch Radfahrer genutzt werden, muss aber nicht. Diese grundsätzlich gute Möglichkeit, dem motorisierten Verkehr auszuweichen hat jedoch zur Folge, dass die den Radweg nutzenden Radfahrer aus dem direkten Blickwinkel der Autofahrer verschwinden. Insbesondere an Einmündungen kommt es dadurch immer wieder zu gefährlichen Situationen. Deshalb empfiehlt der ADFC auch, solche Wege nicht zu benutzen. Wenn zudem diese Flächen als Parkraum missbraucht werden und der Radfahrende auf den Bürgersteig oder die Straße ausweichen muss, stört er entweder den Fußverkehr oder gefährdet sich selbst. Andererseits wäre mindestens ein solcher Radweg an der Mittelstraße durchaus wünschenswert. Diese Straße ist so eng, dass Radfahrer bei Gegenverkehr faktisch nicht überholt werden dürfen, da sonst der nötige Sicherheitsabstand nicht eingehalten werden kann. Tatsächlich wird diese Vorschrift oft missachtet. So kommt es zu gefährlichen Situationen, und viele trauen sich gar nicht, dort zu fahren.

☐ Leserbrief

Mit dem Rad zur Arbeit ...

... von Sprockhövel nach Leverkusen-Wiesdorf: ein Erfahrungsbericht von Mathias Chantrain.

Obwohl ich schon seit der Gründung des ADFC-EN Mitglied bin, dachte ich immer, dass man bei einer einfachen Streckenentfernung von 55 Kilometern nicht den Arbeitsweg mit dem Rad fahren kann. Ok, ich habe es einmal gemacht: 60 Kilometer in vier Stunden und 15 Minuten. Ich hatte Urlaub und habe mich dann nachmittags abholen lassen. Aber dann kam die Sperrung der Leverkusener Brücke, und das große zeitraubende Chaos begann. Als Lösung des Problems habe ich für mich dann entdeckt: nicht die ganze Strecke, sondern nur das letzte Stück des Weges mit dem Fahrrad zu fahren über eine gut ausgebaute ehemalige Bahnlinie, die „Balkan-Trasse“.

Das Gute ist, dass ich flexibel entscheiden kann, wie lang die Wegstrecke sein soll, denn ab Burscheid sind es 17 Kilometer, ab Wermskirchen 25 Kilometer und ab Remscheid-Lennep 35 Kilometer bis zu meinem Arbeitsplatz.

Um Unentschlossene zu motivieren, schildere ich immer gern mein morgendliches Vergnügen: Ich lenke mein Auto auf den Parkplatz an der Trasse, falte mein Fahrrad auseinander und dann geht es los. Ein paar Nebelschleier liegen noch auf den Weiden entlang des Weges, die Sonne kommt langsam über den Horizont und ich sause fast ohne Kreuzungen zur Arbeit. Angekommen habe ich schon einen halben Urlaubstag hinter mir und steige energiegeladener in die Arbeit ein.



Mathias Chantrain fährt mit dem Rad zur Arbeit

Folgende Ratschläge an diejenigen, die es dieses Jahr auch versuchen möchten: ▶ sich am Anfang nicht zu viel vornehmen, also einen Tag ohne Zeitdruck wählen, vielleicht am Wochenende vorab den Weg ausprobieren ▶ die ersten Fahrten nur dann machen, wenn kein Regen angesagt ist ▶ den Arbeitgeber fragen, ob er ein Dienstfahrrad-Leasing anbietet, denn mit einem neuen Fahrrad macht es noch mehr Spaß

Außerdem: ▶ macht es wahnsinnig viel Spaß ▶ fördert Motivation und Zufriedenheit ▶ verbessert die Gesundheit ▶ ist oftmals die schnellste städtische Fortbewegung bei Strecken unter 5 Kilometern ▶ spart eine Menge Geld ▶ trägt zur Verbesserung des Klimas bei ▶ wirkt aktiv dem Verkehrsinfarkt entgegen und auch dem Herzinfarkt

Meine Bilanz der letzten beiden Jahre: 2017 bin ich 3500 Kilometer gefahren und 2800 in 2018, dieses Jahr habe ich Mitte März immerhin schon 350 Kilometer auf dem Tacho... das Jahr ist noch jung. Ich würde mich freuen, wenn mein Bericht einige Menschen zur Nachahmung motiviert so wie bereits mehrere meiner Arbeitskollegen. Bitte versucht auch Ihr aktiv, andere zur Aktion zu bringen und berichtet mir über Eure Erfolge. Liebe radelnde Grüße Matthias

Ökoprofit 2019: kleine Maßnahmen mit großer Wirkung

Unternehmen unter die Lupe genommen – Ziel ist, Einsparungsmöglichkeiten umzusetzen

Kleine Maßnahmen, große Wirkung: Zehn Unternehmen haben ihre Produktions- und Wirkungsstätten unter die Lupe genommen und viele Einsparungsmöglichkeiten zugunsten der Umwelt entdeckt. Ziel des Projekts ÖKOPROFIT der Energie-Effizienz-Region Ennepe-Ruhr-Kreis ist es, diese Einsparungsmöglichkeiten im Betrieb zu identifizieren und umzusetzen. Zehn Unternehmen haben im vergangenen Jahr ihre Betriebe genau angeschaut und viele Möglichkeiten entdeckt, Energie – und schlussendlich auch bares Geld – zu sparen.

Zehn Teilnehmer aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis

Folgende Unternehmen haben an der vierten Runde ÖKOPROFIT teilgenommen: Avola Maschinenfabrik A. Volkenborn GmbH & Co.KG, die AZ Ausrüstung und Zubehör GmbH & Co. KG beide aus Hattingen, das Werk von Ervin Germany GmbH in Sprockhövel, das Hallenbad Herbede sowie das Freibad Annen, ebenfalls aus Witten sind das Christoperus Haus e.V. und die Firma Filter System Technik. Püschel Elektrotechnik GmbH aus Wetter, die Ennepetaler Sander GmbH, die TS Gesellschaft für Transport- und Sicherungssysteme mbH aus Gevelsberg sowie und Otto Vollmann GmbH & Co. KG (Gevelsberg) der Vollmann Group.

Effizienter mit kleinen Veränderungen

ÖKOPROFIT bezieht die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aktiv in die Entwicklung und Umsetzung von Maßnahmen ein. Dadurch kommt die Analyse zum einen näher an die täglichen Prozesse vor Ort heran und stärkt zum anderen damit deren Engagement für den eigenen Betrieb. Durch effizientere Produktionsverfahren können Wasser- und Energieverbrauch, die eingesetzten Ressourcen und auch der Abfall reduziert werden.

Für Uwe Träris, Vorstand der AVU, ist das ein wichtiger Schritt: „Das Thema Energiewende ist absolut up to date und ich bin sehr froh, dass die AVU mit der EER und ÖKOPROFIT schon so früh die Zeichen der Zeit erkannt hat. In der Praxis heißt das, dass wir seit 2011 gemeinsam mit unserem Beteiligungsunternehmen – der AHE – die Unternehmen in der Region aktiv bei den Themen Abfallwirtschaft, Energieeffizienz und dem Einsatz von Erneuerbarer Energie unterstützen.“

Zu den teilnehmenden Unternehmen:

Avola Maschinenfabrik A. Volkenborn GmbH & Co.KG; HAT

Das Familienunternehmen wird heute in der fünften Generation geführt und ist in Deutschland Marktführer im Bereich Baukreissägen. Im Rahmen von ÖKOPROFIT konnte es bereits insbesondere im Bereich der Entsorgung, durch Abfallmanagement und Lagermaßnahmen sparen.

Filter System Technik

Das Spezialunternehmen für Filterreinigung sowie Strahltechniken aus Witten hat schon zum zweiten Mal bei ÖKOPROFIT teilgenommen. Auch dabei sind viele weitere Einsparmöglichkeiten entdeckt worden, beispielsweise durch Regenwassernutzung, Wärmerückgewinnung und LED-Arbeitslampen.

Ervin Germany GmbH, Sprockhövel

In den USA gegründet stellt das Unternehmen Edelstahlstrahlmittel für den Weltmarkt her. Das Werk in Sprockhövel wurde 2008 eröffnet und wächst seitdem stetig. Hier wurde unter anderem das Prozess- und Kühlwassersystem für Einsparungen umgebaut, die Hallenbeleuchtung durch LEDs ausgetauscht und die Wiederverwendung von Verpackungsmaterialien angeregt.



Für Landrat Olaf Schade (unten, Mitte) ist Ökoprofit im Ennepe-Ruhr-Kreis nach vier Durchgängen und mit inzwischen 53 zertifizierten Betrieben eine Erfolgsgeschichte: „Seit 2013 nutzen Unternehmen aus allen Städten dieses Angebot. Wenn es darum ging, der Umwelt Koh-

lendioxid und Abfall zu ersparen, weniger Strom und Wasser zu verbrauchen und damit am Ende auch noch Kosten zu senken, waren die jeweiligen Teilnehmer ebenso kreativ wie effektiv. Vielfach ist auch klargeworden, wie viel man bereits mit vielen Kleinigkeiten erreichen kann.“



Ironman Till Schaefer gibt Fitness-Tipps

Sport ist für Till Schaefer Passion und Beruf zugleich. Der mehrfache Ironman im Trikot vom PV-Triathlon Witten arbeitet hauptsächlich als Lehrer für Sport und Mathematik. Für Image gibt der austrainierte Athlet gerne einen Einblick in sein Fitnessprogramm. Ein Schwerpunkt neben seinem Schwimm-, Rad- und Lauftraining lag in den zurückliegenden Monaten auf dem Ausbau von wichtigen Grundlagen im Kraft-, Koordinations- und Beweglichkeitsbereich:

(1) Stabilisation der Rücken-, Bauch-, Gesäßmuskulatur

zur optimalen Wasserlage beim Schwimmen, dem stabilen Sitz und dem Halten einer aerodynamischen Position auf dem Rad und einem aufrechten Laufstil:

- Unterarmstütz mit Variationen (Anheben eines Armes, Anheben eines Beines, diagonales Anheben eines Armes und eines Beines)
 - Seitstütz mit Variationen (Anheben und Halten des oberen Beines, Auf- und Abbewegen des oberen Beines)
 - Standwaage (Im Vierfüßlerstand Arm und Bein diagonal anheben)
- Bei den Übungen ist auf eine saubere Ausführung zu achten. Kann die Position nicht mehr gehalten werden, sollte eine Pause gemacht werden.

(2) Tabata – Übungen

Beim Tabatatraining wechseln sich 20 Sekunden hohe Belastung mit 10 Sekunden Pause ab. Diese Kombination aus Belastung und Erholung wird achtmal wiederholt. Ein Durchgang dauert dementsprechend 4 Minuten. Diese Blöcke können dann beliebig oft wiederholt werden. Schon eine geringe Anzahl von beispielsweise drei bis fünf Durchgängen führt zu einem messbaren Körperfettabbau und einer Verbesserung der maximalen Sauerstoffaufnahme. Durch die hohen Belastungen wird eine große Menge Energie (Kalorien) verbrannt. Wird im Anschluss nicht direkt zucker- oder kohlenhydrathaltig gegessen, setzt sich der Trainingseffekt noch mehrere Stunden fort.

Für das Tabatatraining gibt es zudem zahlreiche zugeschnittene Musik, die motivierend wirkt und die Belastungs- und Pausenzeiten vorgibt. Sie findet man leicht bei Streamingdiensten wie Spotify. „Ich habe im Anschluss an das Stabilisations zwei Durchgänge à 4 Minuten mit vier verschiedenen Übungen durchgeführt. Durch die motivierende Musik und die abwechslungsreichen Übungen sind sogar meine Schülerinnen und Schüler der 5. und 8. Klasse begeistert und wärmen sich so zu Beginn des Unterrichts zwischen 8 und 12 Minuten auf“, berichtet Till Schaefer.

Hinweis für Einsteiger: Zunächst leichtere Übungen verwenden und mit wenigen Durchgängen starten, da sonst Muskelkater und sogar Überlastungen vorprogrammiert sind.

Zu den Übungen, die der Triathlet bis zu bis dreimal in der Woche durchführt, zählen:

- Burpees (Liegestütz mit anschließendem Hockstretksprung; einfachere Variante: Auf den Boden legen und aufstehen oder nur Liegestütz oder Hockstretksprünge bzw. Kniebeugen)
- Jumping Lunge (gesprungene Ausfallschritte; einfachere Variante: Ausfallschritte ohne Sprung)
- Mountclimber (Bergsteiger: Liegestützposition und wechselseitig nach vorne ziehen der Knie bis unter die Brust)
- Jumping Jack (Hampelmann)

(3) Lauf-ABC

Übungen des Lauf-ABC dienen zur Verbesserung der Koordination und der Laufökonomie. Dazu zählen Fußgelenksarbeit, Skippings, Anfersen, Kniehebelauf, Wechselsprünge, Hopselauf und Sprunglauf.

Diese Übungen können zweimal wöchentlich nach einem kurzen Aufwärmen vor einem Lauftraining durchgeführt werden. Es ist auch sehr gut möglich, sie in ein Tabatatraining einzubauen.

(4) Beweglichkeitstraining

Ausgiebiges Dehnen der Bein-, Rumpf- und Oberkörpermuskulatur nutze ich zur Verletzungsprophylaxe, zur Vorbeugung von Dysbalancen und zum Erhalt der Bewegungsamplitude gerade für einen langen Laufschrift und das Halten einer aerodynamischen Position auf dem Rad. Bauen Sie Sport in Ihr Leben als feste Größe in Ihren Alltag ein und bewegen Sie sich regelmäßig. Besonders hilfreich sind feste Trainingszeiten. Suchen Sie nach Gleichgesinnten, die Sie in einem Sportverein oder beispielsweise an der Volkshochschule finden. dx



Fest der Autoparty: Zwei Tage Spaß auf dem Hüttengelände

Auf dem Gelände des LWL-Industriemuseums Henrichshütte präsentierte sich die Hattinger Autoparty mit einem bunten Familienprogramm – vor allem aber mit Zwei- und Vierrädern soweit das Auge reichte. Erstmals waren Oldtimer dabei – und der Eintritt wie immer frei.



Erstmals bei der Autoparty dabei war der Motorsportclub Sprockhövel (MCS). Der neue Vereinsvorsitzende der Autoparty Markus Lück (52) hatte Neuerungen in die Veranstaltung gebracht. „Er hat uns zum ersten Mal angefragt, ob wir nicht mitmachen wollen“, erinnert sich Vorstandsmitglied und Tourenwart Peter Schönbach. Elf Autos hat der MSC zur Verfügung gestellt. Und die waren immer belagert von interessierten Autofans. Oldtimer gehen eben immer. Doch auch die neue Elektromobilität hatte ihren Platz, ebenso wie viele verschiedene Modelle von Zwei- und Vierrädern, die von den zahlreichen Herstellern präsentiert wurden. Und damit nicht nur das Männerherz höher schlagen konnte, gab es handwerkliche Stände zu be-

wundern, die unter anderem auch Schmuck anboten. Für die Kinder lockte das Erlebnisland Sparkasse. Hubschrauberrundflüge vermitteln einen Eindruck über das Festgelände von oben. Auch das Bühnenprogramm sorgte für Stimmung - vor allem die Deutsche Welle mit der Band „Die goldenen Reiter“ ließ Erinnerungen wach werden. Am Sonntag war bis zum großen Regen alles gut - der allerdings sorgte für ein abruptes Ende von zwei gelungenen Festtagen. Die Bühne hatte übrigens erstmalig einen neuen Standort bekommen - ganz am Ende des Festgeländes. Das kam bei vielen Besuchern auch gut an. Nach dem Fest ist vor dem Fest: Jetzt setzen sich die Autohändler zusammen und diskutieren, was es beim nächsten Mal geben wird. *anja*



Fotos: Meckler/Pielorz

In Zukunft elektromobil unterwegs

Die Elektromobilität ist ein wichtiger Baustein für die Zukunft auf der Straße. „Deshalb wollen wir unsere Dienstwagenflotte ergänzen und haben ein Elektrofahrzeug ausgeschrieben“, so Volker Hoven, Beigeordneter der Stadt Sprockhövel. „Wir haben bereits vor zwei Jahren von einem örtlichen Energieversorger ein gebrauchtes Fahrzeug gekauft. Jetzt haben wir die Chance genutzt, mit Hilfe der Landesförderung ein neues Fahrzeug kaufen zu können“, erklärt er. „Die Mitarbeiter der Stadt Sprockhövel, denen das Fahrzeug zur Verfügung steht, sind vor allem auf Kurzstrecken unterwegs. Wenn der Motor noch kalt ist, fallen besonders viele Schadstoffe an. Ein E-Fahrzeug hat hier eine deutlich günstigere Bilanz vorzuweisen. Wir haben in unserer Ausschreibung ausdrücklichen Wert auf Nachhaltigkeit gelegt und freuen uns, dass unser heimisches Autohaus ProCar Automobile BMW die Ausschreibung gewonnen hat.“

Filialeleiter Andreas Nitzschke und Verkäufer Timo Lich von ProCar Automobile BMW können noch mehr erklären: „Das Fahrzeug kostet rund 50.000 Euro. Bis zu 350 Kilometer kann das E-Fahrzeug unterwegs sein, bevor es neu aufgeladen werden muss. Die Innenausstattung besteht aus recyceltem Material und ist biologisch abbaubar. Das genutzte Leder ist mit Olivenextrakt gegerbt. Unser Werk in Leipzig produziert außerdem mit hoher ökologischer Verträglichkeit – wir nutzen die Kraft von Windrädern“, so die Automobil-Experten. Bodo Middeldorf, MdL, verkehrspolitischer Sprecher der FDP-Landtagsfraktion, Stadtverband- und Fraktionsvorsitzender der FDP Sprockhövel, war bei der Übergabe des Fahrzeugs an die Stadt Sprock-



Foto: Bodo Middeldorf MdL mit dem Beigeordneten der Stadt Sprockhövel Volker Hoven. Foto: Pielorz

hövel dabei und ergänzt: „Nordrhein-Westfalen ist das Bundesland mit der höchsten Förderung der E-Mobilität. Die Landesregierung hält diese Förderung für sehr wichtig und wir freuen uns, dass die Stadt Sprockhövel diesen Weg mit uns geht. Der Bewilligungsbescheid für dieses Fahrzeug hat eine Höhe von fast 20.000 Euro. Das zeigt, wieviel uns Nachhaltigkeit bedeutet.“

Leistung um 3 Grad steigern Eine Pkw-Klimaanlage kann nicht nur kühlen

Wenn alles funktioniert, vergisst man schnell, dass das keine Selbstverständlichkeit ist. Das gilt auch – oder gerade besonders – für Klimaanlagen im Auto. Die müssen regelmäßig gewartet werden, damit sie funktionstüchtig bleiben, das ist klar, und damit sich beispielsweise keine unliebsamen Lebewesen im Auto einnisten wie Schimmelpilze oder Bakterien.

Und sonst? Die Kfz-Reparaturkostenversicherung der „GAV“, ein Unternehmen des „Deutsche Eisenbahn Versicherung Sach- und HUK-Versicherungsvereins“ (DEVK) sagt: „Ja, es stimmt: Die Klimaanlage des Autos sollte das ganze Jahr laufen.“ Fachleute warnen: „Wenn die Klimaanlage im Auto zu lange nicht benutzt wird, geht sie kaputt.“ So etwas zu reparieren, kann dann teuer werden. Der wohlgemeinte Ratschlag der GAV lautet daher: Klimaanlage an.

Eine Pkw-Klimaanlage kann nicht nur kühlen, sie kann auch wärmen. Und gerade in der feuchtkalten Jahreszeit – das kann mittlerweile jede sein – ist es wichtig: Eine Klimaanlage entfeuchtet die Luft. Damit beugt sie Schimmel und Moder im Auto vor. Es gebe also überhaupt keinen Grund, sie nicht zu benutzen.

Satz gilt, seit es Technik gibt

Es kann immer etwas kaputt gehen. Dieser Satz gilt, seit es Technik gibt. Und erst recht seit der Erfindung des Autos. Und noch mehr, seit der Erfindung computergestützter Steuergeräte an Bremsen, Lenkung, Licht, Fahrwerk oder Motor. Die Reparaturen dafür sind nicht billiger geworden, die Fehlerquellen zahlreicher.

Um die bestmögliche Leistung aus der Klimaanlage herauszuholen, sollten Fahrzeugbesitzer nicht nur die Innenraumfilter checken und gegebenenfalls erneuern, sondern auch im Rahmen des Klimageservices den Trockner ersetzen lassen, raten Mitarbeiter der „Quinton Hazell Deutschland GmbH“, eines Herstellers von Kfz-Ersatzteilen. Da der Trockner ein Verschleißteil sei und wie Öl- oder Pollenfilter eine begrenzte Lebensdauer habe, sollte er regelmäßig ausgetauscht werden. So lasse sich die Leistung um bis zu 3 Grad steigern. *openPR*



Moderne Autos haben meist – auch schon in den unteren Preisklassen – eine Klimaanlage. So weit, so schön. Aber diese Anlagen funktionieren nicht wie von selbst. Hier gilt besonders: die Wartungsintervalle einhalten. Und man kann selber dazu beitragen, dass die Anlagen länger halten, wirksam bleiben und und nicht ungesund werden. Foto: Mike/Pixabay

Der Sozialwissenschafts-Leistungskurs lud vor der Europawahl die Abgeordneten der im Bundestag vertretenen Parteien zu einer Podiumsdiskussion in die Wilhelm-Kraft Gesamtschule ein. Die Themen, die an diesem Abend zur Diskussion standen, waren Flüchtlingskrise, Klimawandel & Umweltschutz und das Demokratiedefizit innerhalb der EU sowie die Zukunft der EU. Bis



Foto: Kreuzkamp



WKG-Schüler diskutierten mit Politikern vor der Europawahl

auf den Abgeordneten der FDP erschienen alle Parteivertreter pünktlich und konnten an der Debatte teilnehmen. Die SPD, Grüne und Linke waren davon überzeugt, man müsse in Bezug auf die Flüchtlingskrise die Seenotrettungsorganisationen legalisieren und eine legale Zuwanderung fördern, da dies der Menschenwürde entspreche. Die CDU und AfD sahen dies ein wenig anders und betonten, es ginge nicht darum, Menschenleben zu gefährden, sondern die Menschen davon abzuhalten, sich von Schlepperorganisationen überhaupt erst auf diese gefährlichen Gewässer locken zu lassen. Zum Thema Umweltschutz & Klimawandel waren sich die Parteien bis auf die AfD allgemein einig, dass der Ausstieg aus Kohle- und Atomenergie wichtig ist und erneuerbare Energien weiter gefördert werden müssen. Alle Parteien betonten, dass das Elektroauto keine zuverlässige Methode für umweltfreundliches Fahren in der Zukunft sein wird, da nicht nur die Produktion von Batterien umweltschädlich ist, sondern der Strom momentan zum größten Teil ebenfalls aus umweltschädlichen Quellen kommt. Deswegen wollen sie Projekte wie Autos mit Wasserstoffbrennzellen vorantreiben, um eine gute Alternative zum Verbrennungsmotor zu besitzen. Dazu wollen sie den Umwelt- und Klimaschutz, vor allem die Grünen, stärker fördern innerhalb Europas und im Ausland. Ob die AfD den Klimawandel leugnet, wie der Vertre-

ter der Linken aus dem Parteiprogramm zitierte, konnte den Aussagen des AfD-Vertreters nicht eindeutig entnommen werden. Was das Thema Demokratiedefizit in der EU & Zukunft der EU anbelangt, waren sich alle Parteien einig, zumindest was die Zukunft angeht. Die Frage an die Abgeordneten war, ob sie in zehn oder zwanzig Jahren einen Europäischen Staat für möglich hielten. Dies verneinten alle Parteien, da es in der EU zu viele EU-Gegner gäbe und Länder wie Polen, Italien und Ungarn dies nicht mitmachen würden. Ob sie diesen Staat gerne hätten, ist dann wieder eine andere Sache. CDU, Grüne, die Linke, SPD und FDP haben nämlich, entweder in ihrem Wahlprogramm oder beim Wahlmatten angeben lassen, dass sie für einen Europäischen Staat wären. Allein die AfD äußerte sich negativ zu diesem Thema, da sie die Politik von Brüssel wieder in die nationalen Parlamente tragen möchte. Ein Austritt aus der EU, ein sogenannter Dexit in dem Falle, sei jedoch nur eine mögliche Option für die AfD, wenn es keinen anderen Ausweg gäbe, ansonsten wären auch sie für einen Verbleib in der Europäischen Union. Zusammenfassend: Ein hochinteressanter Europa-Abend mit großem Unterhaltungswert, der die Bedeutung der EU deutlich unterstrich. Der Text ist vom Schüler Jean-Luc Kappel aus der derzeitigen Jahrgangsstufe Q1 verfasst und von Herrn Uessem überarbeitet worden.

MSC lädt traditionell ein

Veranstaltungsort ist nun zum zweiten Mal das Gelände des IG-Metall Bildungszentrums in Sprockhövel und nicht, wie in den vielen Jahren davor, bei Hegemann. Der Standortwechsel war notwendig, weil das Gelände der Kornbrennerei Hegemann seit dem letzten Jahr leider nicht mehr zur Verfügung steht. Das neue Gelände mit seinen vielen Möglichkeiten hat sich im letzten Jahr bestens bewährt und bietet zudem trotzdem noch das altbekannte, gemütliche Flair.

Am Pfingstsonntag dreht sich beim **Treffen des MSC Sprockhövel e.V. im ADAC** alles um die Baujahre 1990 bis 1999, am Pfingstsonntag treffen sich die Fahrzeuge ab Baujahr 1989 und älter. Ebenfalls am Sonntag startet ab 13 Uhr die 28. touristische Oldtimerausfahrt „Rund um Sprockhövel“ für alle Fahrzeuge der Baujahre ab 1994 und älter. Im letzten Jahr fanden sich ca. 200 Youngtimer zur Auftaktveranstaltung ein. Am Sonntag fanden ca. 550 Oldtimer den Weg nach Sprockhövel. Der MSC Sprockhövel e.V. im ADAC hofft auch für dieses Jahr, dass es wieder ein gelungenes Wochenende für alle Besucher und den Verein wird.

Allgemeines zum Verein
1952 taten sich einige motorsportbegeisterte Menschen in Sprockhövel zusammen und gründeten den MSC Sprockhövel e.V., der sich kurz nach seiner Gründung als Ortsclub dem ADAC anschloss. Mitglieder des MSC nahmen in allen Sparten an Motorsportveranstaltungen, insbesondere Rallyes teil. Mitte der 80er verschob sich das Veranstal-

tungsgebiet des MSC Sprockhövel dann von Bestzeitveranstaltungen in Richtung Motortouristik (Heimatwettbewerbe, Zielfahrten, Sternfahrten), Oldtimertreffen und Oldtimerausfahrten. Seit der Jahrtausendwende bewegt sich der Club auch vermehrt in der Youngtimer-Szene. Heute sind viele unserer Mitglieder aktive Motorsportler im Oldtimerbereich und aktive Motorsportfunktionäre.

Der MSC trifft sich jeden Donnerstagabend im Clublokal Metamorphose, Hauptstraße 4, in Sprockhövel. Gäste sind zu diesen Abenden immer herzlich willkommen.



Zu Pfingsten sticht die Hoffnungsflotte wieder in See

Vierzig Kinder werden mit sunshine4kids zum ersten Mal auf Segeltour gehen. Sie haben ein Elternteil durch Krankheit, Mord oder Selbstmord verloren oder sind selbst sehr krank. Und sie kommen alle aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis. Ihr Ziel: durch Hoffnung das Leben packen.

Sie haben Vater, Mutter, Bruder oder Schwester verloren. Sie sind schwerkrank. Sie wurden missbraucht und gedemütigt. Ihr Vater hat die Mutter ermordet. Die Mutter hat ihrem Leben selbst ein Ende gesetzt und sie haben ihre Mutter gefunden - das sind die Schicksale von Kindern aus dem Ennepe-Ruhr-Kreis, die mit der „Hoffnungsflotte“ des Sprockhöveler Vereines sunshine4kids in See stechen. Pfingsten findet auf dem IJsselmeer die erste Tour 2019 statt. Danach gibt es eine Hamburger Hoffnungsflotte und im August geht es an die Ostsee.

Was 2007 klein begann, hat große Ausmaße angenommen: Gaby Schäfer (45) gründete damals den Sprockhöveler Verein „sunshine4kids“. Der Verein spezialisierte sich auf Segelangebote für Kinder in (extrem) schwierigen Lebenssituationen. Sie hat sich allerdings nicht vorstellen können, welche Dimensionen diese Hilfe annehmen würde. „Noch nie haben wir so viele harte und kaum vorstellbare Schicksale von Kindern gehabt wie bei dieser Hoffnungsflotte zu Pfingsten“, erzählt Gaby Schäfer beim Kennenlerntag in Sprockhövel in der „Oase“ am Fritz-Lehmhaus-Weg, dem Kinder- und Jugendtreff des Vereines, der aber offen ist für jeden Sprockhöveler.

Vierzig Kinder zwischen 10 und 17 Jahren werden neun Tage auf dem IJsselmeer unterwegs sein, begleitet von vierzig Erwachsenen. Ehrenamtliche Skipper, Ärzte, Therapeuten und viele andere Menschen, denen diese Kinder am Herzen liegen, werden alles tun, um ihnen sorgenfreie Tage zu ermöglichen. „Wir sind mit verschiedenen Institutionen vernetzt, die mit den Kindern Kontakt haben. Das können Einrichtungen sein, in denen die Kinder leben oder Krankenhäuser oder Trauergruppen - das ist unterschiedlich. 13 Segelyachten werden auf dem IJsselmeer unterwegs sein und jeweils zwei bis



Gaby Schäfer (Bildmitte im sunshine-T-Shirt) macht mit, als die Kinder in Gruppen am Kennenlerntag den Tanz erlernen, den sie später auf dem Hoffnungsflottenfest präsentieren werden. Foto: Pielorz

vier Kinder an Bord haben. Am 13. Juni werden wir in Lemmer am IJsselmeer ein großes Hoffnungsflottenfest feiern. Die Besatzung von jedem Boot hat mit den Kindern etwas einstudiert und das zeigen sie dann ihren Angehörigen, die zum Fest dazu kommen“, so Gaby Schäfer. Präsentieren werden die Kinder dann auch einen ganz besonderen Tanz, den sie in Sprockhövel mit Than eingeübt haben - er ist ein Meister in richtig coolen Moves. Die Gründung des Vereines vor zwölf Jahren war nicht das Ergebnis einer spontanen Idee, sondern die Konsequenz eines tragischen Unglücks. Damals verunglückte der Ehemann von Vereinschefin Gaby Schäfer tödlich bei einem Verkehrsunfall und die junge Frau stand mit ihren zwei Kindern allein im Leben. Damals entdeckte sie mit ihren Kindern im „Unterwegs sein“ und im Segeln auf dem Wasser eine ganz besondere Kraft. Diese Kraft und Hoffnung Kindern zu vermitteln, das ist ihr und den vielen Helfern ein Anliegen. Rund 2000 Kinder und Jugendliche waren in den zwölf Vereinsjahren unterwegs, immer begleitet von einem erfahrenen Therapeutenteam. „In der Regel neh-

men wir immer eine Mischung von Kindern mit, die das Projekt kennen und Neulingen. Diese Hoffnungsflotte zu Pfingsten startet komplett mit Kindern, die noch nie auf einem Segelboot waren“, erzählt Gaby Schäfer. Der Kennenlerntag startete deshalb natürlich im nassen Element - im Hallenbad bot der Schwelmer Tauchclub ein Schnuppertauchen an, an dem 21 der Kinder teilnahmen. Das Ergebnis: alle waren begeistert und einige möchten den Tauchschein erwerben - was man ihnen kostenneutral ermöglichen möchte. „Alle unsere Angebote sind für unsere Kinder nicht mit Kosten verbunden. Wir haben ein großes ehrenamtliches Netzwerk mit vielen helfenden Händen, die das ermöglichen“, so Gaby Schäfer. Dazu gehört auch das Unternehmen Creditreform Hagen. Sie haben eine Bootspatenschaft und die Auszubildenden des Unternehmens nehmen regelmäßig an der Hoffnungsflotte teil - verbesserte Sozialkompetenz inklusive. Kontakte zu Til Schweiger, Veronica Ferres und Patricia Kelly, Treffen mit Politikern, Auszeichnungen wie die Zugehörigkeit zu den besten Sozialprojekten Deutschlands, der Menschlichkeitspreis

von „Bild der Frau“ oder der Verdienstorden des Landes NRW, helfende Hände von Skippern (es gibt sogar unter ihnen jemanden, der selbst einmal als Kind an der sunshine4kids-Flotte teilgenommen hat), Unternehmern und Privatpersonen - all das trägt dazu bei, dass die Kinder und Jugendlichen eine unbeschwerte und sorgenfreie Zeit an Bord genießen können. „Die zweite Hoffnungsflotte führen wir mit zwanzig krebskranken Kindern in Hamburg durch. Eine dritte Hoffnungsflotte wird es im August in der Ostsee geben. Hier ist noch eine Teilnahme möglich“, so Schäfer. Die Hoffnungsflotten - sie sind auch ein Garant für die schönen Momente. Wenn bei strahlendem Sonnenschein die Kids Lieder wie „An Tagen wie diesen“ singen, wenn sie Zusammengehörigkeit, Wärme und Liebe spüren und erkennen, dass sie nicht allein mit ihrem Schicksal sind - oder wenn jemand wie Tim als sunshine-Kind zur Hoffnungsflotte kam, in eine Ausbildung zum Bürokaufmann vermitteln wurde und jetzt als Skipper an Bord ist - an Tagen wie diesen wächst ein sozialpädagogisches Projekt über sich selbst hinaus. *anja* Kontakt: www.sunshine4kids.de

„Gehirne der Städte“ arbeiten im Archivbereich zusammen

Im Sommer 2018 zog das Sprockhöveler Stadtarchiv nach Hattingen. Eine politisch gewollte Kooperation mit dem Hattinger Stadtarchiv im Rauendahl machte das möglich. Mehr Platz und optimale klimatische Raumbedingungen erleichtern hier die Archivarbeit.

Die Geschichte des Sprockhöveler Stadtarchivs hat mehrere Umzüge und viele Diskussionen gesehen und gehört. Nach der Gründung 1986 noch vor Inkrafttreten des Archivgesetzes war das Gehirn der Stadt zunächst mit dem ersten Stadtarchivar Martin Sturm im Rathaus untergebracht. 1991 übernahm Karin Hockamp seinen Job - bis heute.

Zu diesem Zeitpunkt hatte das Stadtarchiv seinen Platz hoch unterm Dach in der Gevelsberger Straße 13. 2008 dann der nächste Umzug nach Niedersprockhövel in leerer Zuzug und zur damaligen Zeit nicht mehr benötigte Pavillons an der Mathilde-Anneke-Schule. Immer wieder waren die Bedingungen des Stadtarchivs ein Thema: Statik, zu hohe Luftfeuchtigkeit in den Räumen (optimal für die Lagerung von Papier sind 14 bis 16 Grad und eine Luftfeuchtigkeit unter 50 Prozent und keine direkte UV-Strahlung), zu wenig Platz - irgendwas war immer. Das änderte sich auch nicht, als erneut über einen Umzug nachgedacht wurde, weil die Mathilde-Anneke-Schule die Pavillons benötigte. Viele Standorte wurden angesehen und bedacht. Zu teuer oder nicht geeignet zur Archivierung von Papier oder auch viel zu abgelegen und daher für die Öffentlichkeit kaum zugänglich - irgendwas war immer. Dann die Idee mit dem Umzug nach Hattingen im Rahmen einer interkommunalen Zusammenarbeit. Zunächst stieß die Idee in der Politik auf Skepsis, doch nach einer vor-Ort-Besichtigung konnte man sich langsam mit dem Gedanken anfreunden. So kam es 2018 zum Umzug. 500 laufende Regalmeter - aneinandergereiht ergeben sie eine Dimension von der heutigen Lage des Archivs im Rauendahl bis zur Ruhr - mussten verpackt, transportiert und wieder ausgepackt werden. So ganz fertig ist man bis heute nicht. Aber es wird! „Schon 2016, nach dem politi-

schen Beschluss, haben wir mit den Vorbereitungen für den Umzug begonnen“, berichtet Stadtarchivarin Karin Hockamp. Von Anfang war klar: Beide Archive bleiben eigenständig. „Das war der Politik auch wichtig. Das Sprockhöveler Archiv sollte nicht in das Hattinger Archiv integriert werden.“

Doch es gibt viele thematische Überschneidungen. „Die historischen Verflechtungen sind sehr zahlreich und die Kooperation bezüglich der Zugriffe auf das jeweils andere städtische Datennetz muss auf jeden Fall noch verbessert werden“, so Hattingens Archivar Thomas Weiß. Das sei vor allem auch deshalb sinnvoll, weil die Mitarbeiter oft nur in Teilzeit, also stundenweise, vor Ort arbeiteten und so die Bearbeitung von Anfragen besser gewährleistet seien. Und die gibt es reichlich: Vor allem die standesamtlichen Akten werden nachgefragt. Die Ahnen- und Erbenforschung beschäftigt viele Menschen. Auch die Öffentlichkeitsarbeit wird immer wichtiger. „Der Stadtarchivar hockt nicht einsam hinter verstaubtem Papier, sondern er trägt die Geschichte der Stadt nach außen“, so Weiß. Die logistische Planung beim Umzug war nicht zu unterschätzen. „Man musste schon genau wissen, wo was hinkommt. Man muss auch Lücken lassen für weitere Bestände. Richtig intensiv dauerte der eigentliche Umzug allerdings nur etwa fünf Tage“, so Hockamp.

Immer mehr Nachfragen

Im letzten Jahr waren die Ratsmitglieder der Stadt Sprockhövel vor dem Umzug einmal gucken. Etwa siebzig bis achtzig Menschen nutzen das Sprockhöveler Archiv zu jährlichen Besuchen. Viele von ihnen recherchieren zu Themen, die auch das Hattinger Archiv betreffen und sie finden es natürlich praktisch, jetzt beide Archive unter einem Dach zu haben. Außerdem haben Anfragen per Telefon und per Mail



Ein gutes Team v.l. hinten Hattingens Stadtarchivar Thomas Weiß, neben ihm Sprockhövels Stadtarchivarin Karin Hockamp. Davor v.l. die Sprockhöveler Archivmitarbeiter in Teilzeit Philipp Maass und Daniela Franz, die Auszubildende Marlene Klutzny, die von Thomas Weiß für die Stadt Sprockhövel zur Fachangestellten für Medien- und Informationsdienste, Fachrichtung Archiv, ausgebildet wird, und Benedikt Weiß als studentischer Mitarbeiter. Es fehlt Joshua Crell, der im Stadtarchiv den Bundesfreiwilligendienst absolviert. Foto: Pielorz

stark zugenommen. „Dabei hat die Archivszene Nachwuchsangel“, sagt Thomas Weiß und findet: „Am besten ist es, man bildet selbst aus und das machen wir ja auch.“ Das Archivteam beider Städte besteht aus zehn Mitarbeitern. „Die interkommunale Kooperation ist eine erfolgreiche Sache“, sagen alle und finden das Arbeitsklima prima. Spannende Herausforderungen bringt die Zeit mit sich - zum Beispiel die Digitalisierung. „Wir müssen aber trotzdem die Originale vorhalten, denn das Papier sagt auch etwas aus über die Entstehung des Dokumentes“, erklärt Karin Hockamp und ergänzt: „Außerdem muss bei der Digitalisierung natürlich berücksichtigt werden, dass die Dokumente auch

nach einem langen Zeitraum immer noch lesbar sind, auch wenn Hard- oder Software nicht mehr aktuell sind oder es kein Update mehr gibt.“ Was sich beide Teams wünschen, ist ein gemeinsamer Archivordner, auf den auch beide Teams zugreifen können - dazu müssen auch die Systeme kompatibel sein. Sprockhövels Stadtarchivarin Karin Hockamp hat 2018 einen Dreijahresvertrag bis 2021 unterschrieben - mit sieben Wochenstunden. In Teilzeit arbeiten ihr Daniela Franz und Philipp Maass zu. Auch Joshua Crell, der seinen Bundesfreiwilligendienst ableistet, gehört dazu. Und Azubi Marlene Klutzny. Diese wird fertig, wenn für Karin Hockamp 2021 das Berufsleben endet. anja



Nach wetterbedingten Hallenspielen konnte der neue Erste Vorsitzende Ton Alblas (v.r.) und Sportwart Stephan Rath zu Saisonbeginn auch draußen Tennis spielen. Foto: Verein

TGH feiert die Saisonöffnung

Bei der TG Hiddinghausen hat die Tennissommersaison begonnen. Regenbedingt mussten zu Saisonbeginn die ersten Bälle des Tages noch in der Halle gespielt werden.

Im Laufe des Tages hatte der Tenniswettergott dann ein Einsehen, so dass der neue Erste Vorsitzende Ton Alblas und Sportwart Stephan Rath auch draußen Tennis spielen konnten. Die TGH begrüßte auch zwei neue Vereinsmitglieder. Sie profitierten von dem Angebot der TG Hiddinghausen und bekamen die Mitgliedschaft für das Jahr 2019 geschenkt. Dazu der neue Vorsitzende: „Wir möchten allen die Möglichkeit bieten, Tennis beim TG Hiddinghausen für sich zu entdecken und neben dem freien Spiel alle Angebote wie Training und Mannschaftsspiel ausgiebig kennenzulernen. Das gilt für Kinder und Jugendliche ebenso wie für Erwachsene und ganze Familien.“

Der Vorteil ist die angrenzende Halle des Sportparks, so sind die Spieler unabhängiger vom Wetter. „Entdecken Sie den Tennisstar in sich und lassen Sie sich motivieren von Vorbildern wie Angeli- que Kerber oder Alexander Zverev“, regt Ton Alblas an. Für die Teilnahme am Sommertraining bestehen noch verschiedene Möglichkeiten. Alle Mitglieder und sportbegeisterten Sprockhöveler sind zum Mitspielen eingeladen. Für die Gemeinschaft nach dem Spiel sorgt die Gastronomie mit Nicos italienischen Köstlichkeiten. Über die Angebote der TG Hiddinghausen kann man sich auf der Anlage an der Albringhauser Straße unter Ruf 0 23 39/32 22 und www.tg-hiddinghausen.de informieren.

Frühlingsfest TuS Hiddinghausen Spiel- und Sportfest „inklusive“

Sonja Duggan, Erste Vorsitzende des Vereins, begrüßte fast 100 Kinder mit Eltern sowie Freunden zum Frühlingsfest des TuS Hiddinghausen und wünschte allen bei Würstchen vom Grill, Kaffee, Kuchen und Säften von der Saftbar einen schönen Nachmittag.

Die Kinder tummelten sich zum Beispiel auf dem neuen Bewegungsparcours, der von der Sparkassenstiftung Sprockhövel dem TuS Hiddinghausen übergeben wurde, und zwar von Daniel Rasche, Vorstandsmitglied der Sparkasse, und Werner Sauerwein, Vorsitzender der Stiftung. Auch am Schminktisch standen die jungen Besucher Schlange und hatten anschließend farbenfrohe Gesichter.

Gut besucht war auch die Schnurrad-Tombola zugunsten der Kinder- und Jugendabteilungen mit vielen Preisen. Der TuS Hiddinghausen hat sich in den letzten Monaten sehr gut weiterentwickelt und im Kinderbereich durch neue Angebote einen großen Schritt nach vorne getan. Der Verein ist eine vom LSB anerkannte kinderfreundliche Einrichtung. Infos von Sonja Duggan, Telefonnummer 023 39/9 29 46 76, im Internet unter der Adresse www.tus-hiddinghausen.de



Die Kinder konnten sich auf dem neuen Bewegungsparcours tummeln, der von der Sparkassenstiftung Sprockhövel dem TuS Hiddinghausen übergeben wurde. Auch am Schminktisch standen die jungen Besucher Schlange und hatten anschließend farbenfrohe Gesichter.

Hüpfburg, Lebkücher, Spielmobil, Torwandschießen, Dosenschießen, Schminkstation, Fahrradparcours und und und: Die Teilnehmer des „inklusive“ Spiel- und Sportfestes auf dem Sportplatz des Hiddinghauser FV hatten die Qual der Wahl. Anlässlich des Tages des Behindertenprotests hatte die Kreisverwaltung, unterstützt vom Hiddinghauser FV, dem DRK Sprockhövel und der Feuerwehr Hiddinghausen, eingeladen.

„Seit mehr als zwei Jahrzehnten dient dieser Tag bundesweit nicht nur dazu, auf die Situation von Menschen mit Behinderung aufmerksam zu machen. Es geht auch und vor allem um den Einsatz für mehr Barrierefreiheit, weniger Diskriminierung und ein gleichberechtigtes Miteinander“, erläutert Klaus Langewiesche vom Sachgebiet Inklusion. Schöne Broschüren, Absichtserklärungen und Manifeste - der Weg zu einer inklusiven Gesellschaft, zu einem Alltag, der für Menschen mit Behinderungen ebenso selbstverständlich ist wie für Menschen ohne Behinderung, ist viel beschrieben.

„Wer das bunte und bewegte, laute und lebensfrohe Miteinander hier und heute erleben darf, der bekommt eine Ahnung davon, wie Inklusion ganz praktisch aussehen kann und muss“, zeigte sich Landrat Olaf Schade beeindruckt von den gemeinsamen Aktivitäten der rund 150 Gäste. Gekommen waren die Schüler der Förderschule Hiddinghausen und der Wittener Kämpfenschule, die Kinder der beiden Hiddinghauser Kindertagesstätten sowie Erzieher, Lehrer und Eltern. Bei ihren Aktivitäten ging es nicht um die Frage: „Behindert oder nicht behindert?“ Diskutiert wurde vielmehr darüber, welches Angebot als nächstes gemeinsam angestrebt werden soll.

TERMINE AWO-ORTSVEREIN HIDDINGHAUSEN

- **5.6., 16 Uhr: „Komm und mach mit“** Bürgerbegegnungsstätte, Jahnstraße 6, Hiddinghausen
- **12.6.: „Ausflug“** Treffpunkt: Bürgerbegegnungsstätte, Jahnstraße 6, Hiddinghausen, Uhrzeit noch nicht bekannt
- **19.6., 16 Uhr: „Spieleabend“** Bürgerbegegnungsstätte, Jahnstraße 6, Sprockhövel-Hiddinghausen



Großzügige Spende für Sesam-Stiftung



Von links nach rechts: Willibald Limberg, Vorsitzender der Sesam Stiftung, Christian Limberg, Stellvertreter, Claus Jacobi, Bürgermeister Gevelsberg und Frau Doris Entrup, DEH. Foto DEH

Der Vorsitzende der Sesam-Stiftung, Willibald Limberg, nahm aus den Händen der Geschäftsführerin der Firma DEH (Doris Entrup Haselbach) einen Scheck in Höhe von 3000 Euro entgegen. Die Chefin, Doris Entrup und Sohn Alexander Haselbach, hatten im letzten Jahr beschlossen, die alljährlichen Präsente an ihre Kunden zu streichen und die dafür vorgesehene Geldsumme an ein gemeinnütziges Institution zu vergeben. Bei der Spendenübergabe war auch der Gevelsberger Bürgermeister Claus Jacobi anwesend, der dieses Engagement der Familie Entrup sehr begrüßt hat. Bürgermeister Jacobi lobte während dieser Übergabe in einer kleinen Ansprache das große Engagement der Sesam-Stiftung Sprockhövel, die er schon seit Jahren bei ihren Tätigkeiten begleitet hat. Willibald Limberg und Sohn Christian, Vorsitzender und sein Stellvertreter, bedankten sich und versicherten, die finanziellen Mittel sinnvoll einzusetzen.

Wirtschaftsförderung des EN-Kreises zu Gast Die „Juwelen“ herausstellen

Wichtigstes Ergebnis des Besuchs ist das Vorhaben, den Tourismus in der Stadt zukünftig zu verbessern.

Der Geschäftsführer Jürgen Köder folgte der Einladung des Beigeordneten Volker Hoven, der seit jüngstem für Wirtschaftsförderung und Tourismus zuständig ist.

Zusammenarbeit zukünftig verbessern

„Zusammen haben wir beraten, wie wir die gemeinsame Zusammenarbeit zukünftig intensivieren und verbessern können. Noch läuft das Ausschreibungsverfahren für die Wirtschaftsförderung der Stadt Sprockhövel, die bald neu besetzt sein wird. Dennoch wollten wir die Zwischenzeit nutzen und gestalten“, sagt Volker Hoven. Eine zentrale Aufgabe war die zukünftige Präsenz auf Tourismusmessen. Hier wollen wir uns noch besser präsentieren. Das Herausstellen von Sprockhövels Tourismusjuwelen und die überregionale Vermarktung der lokalen Alleinstellungsmerkmale sollen hierbei das Ziel sein.



Jürgen Köder (li.) und Volker Hoven (re.) haben Ziele festgelegt. Ein zusätzlicher Beratungspunkt bei ihrem Treffen war die Wirtschaftsförderung vor Ort und die notwendige Stärkung der hiesigen Unternehmer und Handwerker.

Foto: Stadt Sprockhövel



Rundfahrt Rursee und Bad Münstereifel

Nach einer 2-stündigen Rundfahrt auf dem Rursee bringt der Bus die Gäste zu der schönen Stadt Bad Münstereifel mit ihrem historischen Zentrum und dem City-Outlet. Hier ist die Teilnahme an einer Stadtführung möglich. Anmeldung ab dem 3.7.2019, an der Fahrt können 100 Personen teilnehmen.



„Romeo und Julia“

Die facettenreiche Geschichte des wohl berühmtesten Liebespaares der Weltliteratur wird auf der Freilichtbühne Hamm-Heessen aufgeführt. Den Zuschauern wird empfohlen, ein Sitzkissen zur wärmeren Ausstattung der überdachten Sitzplätze mitzubringen. Anmeldung ab 6.8. bis zum 16.8.2019, an der Fahrt können 50 Personen teilnehmen.

INFO „AKTIV UNTERWEGS“

Das Fahrtenprogramm für Bürgerinnen und Bürger aus Sprockhövel im Alter von 50plus. Bei den jeweiligen Ausflügen können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer an verschiedenen Haltestellen im Stadtgebiet abgeholt und zurück gebracht werden. Begleitet werden die Fahrten durch Mitarbeiterinnen des städtischen Seniorenbüros. Die Anmeldungen werden ausschließlich persönlich im städtischen Bürgerbüro in Haßlinghausen oder in Niedersprockhövel entgegengenommen. Jeder kann eine Fahrt verbindlich buchen und maximal 4 Personen anmelden. Ausführliche Informationen, wie Preise und Anmeldeformalitäten, entnehmen Sie bitte der Broschüre „Aktiv unterwegs“, die Sie zum Beispiel in den Bürgerbüros, im städtischen Seniorenbüro, im Sanitätshaus „Besser Leben“ oder den Freiwilligenbörsen erhalten und auf der Homepage der Stadt Sprockhövel einsehen können. Auskünfte erteilt auch das Seniorenbüro unter Rufnummer 02339/917-311 oder 02339/917-356. Anmeldungen sind hier nicht möglich.

Besonders brillantes Projekt

Zuvor konnte man sich bei der Jahreshauptversammlung des Heimat- und Geschichtsvereins Sprockhövel persönlich von einem ganz besonders brillanten Projekt mit großem Alleinstellungsmerkmal in der Region überzeugen, dem „Stock & Scherenberg Erbstellen“, das 30. Besucherbergwerk in NRW mitten in Sprockhövel. Der Bildvortrag von Uwe Peise, dem Initiator des Projektes, beeindruckte nachhaltig. Eine Einladung ins Rathaus war obligatorisch. Bei einem gemeinsamen Termin soll überlegt werden, wie das Projekt von Seiten der Stadt touristisch unterstützt werden kann.



Zusammen mit Bürgermeister Ulli Winkelmann (3.v.l.) und dem Beigeordneten Volker Hoven (Mitte) besuchte das neue Team der Wirtschaftsförderung die Geschäftsführer Klaus (v.l.) und Christian Geller in den Räumlichkeiten an der Gutenbergstraße 2 in Niedersprockhövel.

Bürgermeister und Beigeordneter zu Gast Familiengeführter Fachhandelsbetrieb: Sortiment breit aufgestellt

Der zweifach ansässige Fachhandelsbetrieb Schuhhaus Geller in Haßlinghausen und Niedersprockhövel ist weit über die Stadtgrenze bekannt.

Seit der Gründung im Jahr 1986 versorgt der familiengeführte Fachhandelsbetrieb Geller die Bürgerinnen und Bürger mit einem breit aufgestellten Sortiment an Damen-, Herren- und Kinderschuhen sowie Mode und Accessoires.

Ergänzt wird das Warenangebot vor allem durch Spezialgrößen, Outdoor-, Sport- und Freizeitschuhe. Ein starker und attraktiver Einzelhandel vor Ort ist die Seele jeder belebten Innenstadt und Voraussetzung für eine gu-

te Nahversorgung. Insbesondere die Sortimentstiefe macht das Schuhhaus Geller zu einem wichtigen Impulsbringer für Sprockhövel; es leistet hierdurch einen wichtigen Beitrag für die beiden Einzelhandelsstandorte. Die beiden ambitionierten Geschäftsführer Klaus und Christian Geller, sein Sohn, setzen verstärkt auf die persönliche Betreuung vor Ort. Die Kunden profitieren von der individuellen Beratung und den enormen Kenntnissen der Verkäufer.

Zusammen mit dem Bürgermeister Ulli Winkelmann und dem Beigeordneten Volker Hoven besuchte das neue Team der Wirtschaftsförderung, Myrjam Pas-

sing und Michelle Großmindorf, die Räumlichkeiten in der Gutenbergstraße 2 in Niedersprockhövel. Unter anderem wurde auch der Lagerraum für die Warenausgabe präsentiert.

Hier befinden sich die Waren für alle fünf Filialen, welche das Schuhhaus Geller unter anderem in Umgebungsstädten besitzt. Das Angebot in der Mittelstraße wird derzeit durch zwei Sonderpostengeschäfte ergänzt.



MSC bei der 20. Oldtimermeile

Der MSC Sprockhövel hat in Bochum mit elf Fahrzeugen einen Querschnitt deutscher Automobilgeschichte präsentiert; von der Isetta, dem Kabinenroller über Opel GT, Manta A, VW Bus T3, Ford Mustang bis hin zum VW Polo, Opel Kadett und einem Mercedes 500 SL. Der MSC Sprockhövel hat in der Kategorie „Größter Club“ den zweiten Preis für seine 11 Exponate bekommen. In der Kategorie „Schönstes Nutzfahrzeug“ ging der dritte Preis an den Sportleiter Marco Iba mit seinem T3-Wohnmobil.

Müllabfuhr verschoben

Fibel zeigt Termine

Durch die bevorstehenden Feiertage zu Pfingsten verschieben sich, wie auch in der Abfall-Fibel gezeigt, die Abfuhrtermine, und zwar folgendermaßen:

Bioabfall und Altpapier

Revier 1 und 1B auf Dienstag, den 11. Juni
Revier 2 und 2B auf Mittwoch, den 12. Juni
Revier 3 und 3 B auf Donnerstag, den 13. Juni
Revier 4 und 4 B auf Freitag, den 14. Juni
Revier 5 und 5 B auf Samstag, den 15. Juni

Stadt Seniorenbüro
SPROCKHÖVEL

Seniorentanz Party mit Live-Musik

Nächster Termin:
Samstag, 15. Juni, 14 Uhr

Eintritt: 3 Euro
Sporthalle Haßlinghausen,
Geschwister-Scholl-Straße 12,
45549 Sprockhövel

Image

Nächster Erscheinungstermin:

Donnerstag, 27.6.2019

Anzeigenschluss: Freitag, 14.6.2019

Image

Titelbild: Saisonöffnung des Sprockhöveler Freibades, Foto: Dr. Anja Pielorz
Herausgeber: Monika Kathagen, Wasserbank 9 · 58456 Witten
Verlag und Redaktion: Kathagen-media press
E-Mail: uk@kamk.de, www.image-witten.de **☎ 023 02/98 38 980**

Anzeigen und Redaktion: B. Bohner-Danz, M. Dix, C. Hamacher, M. Kathagen, U. Lindner, J. Meckler, Dr. Anja Pielorz, R. Schletter, T. Strehl (Es gilt die Verlagsanschrift)
Verteilung: SDW Prospektwerbung, Bochum
Druck: BONIFATIUS GmbH Druck – Buch – Verlag, Paderborn

Erscheinungsweise und Auflage: Monatlich, kostenlos, Auflage 16.500 Exemplare. Haushaltsverteilung u. a. in Niedersprockhövel, Haßlinghausen, Obersprockhövel, Gennebreck, Niederstüter, Hiddinghausen und Elfringhausen.

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

HAMMERTALER BAUSTOFFE

Alle Artikel nur so lange der Vorrat reicht! Angebote gültig bis 30.06.2019. Preise inkl. MwSt.

Neu



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

Maschinenvermietung

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

Gardencover

Mit dem Abdeckgewebe GARDEN-
COVER wird das Unkrautwachs-
tum wirkungsvoll vermindert und
der Pflegeaufwand im Garten
spürbar reduziert.
26,25 m² (kleine Rolle) 40,61 €
100 m² (große Rolle) 154,70 €



1⁵⁵
pro m²



7⁹⁹
pro Sack

Hornspäne 2,5kg

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



36⁹⁰
pro Stück

Active Strickjacke

dunkelgrau- oder grau-meliert
in versch. Größen.



ab
8⁹⁹
pro Sack

Grassamen

1 kg Sack (versch. Sorten),
auch in 10 kg verfügbar



Hammertaler Baustoffe GmbH
Im Hammertal 99a
58456 Witten

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

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

Internet:
www.hammertaler-baustoffe.com

Unser Lagerprogramm

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