

# StadtMagazin

Witten

April / Mai 2022

## ›Flieg mit mir‹

Zu Gast bei Vollzeitkünstlerin Dagmar Dörken Vogt



### Wer kommt, wenn nichts mehr geht?

DLRG – ohne diese Menschen geht es nicht



### Mutig, frech und unbezähmbar

Dem Tiger auf der Spur



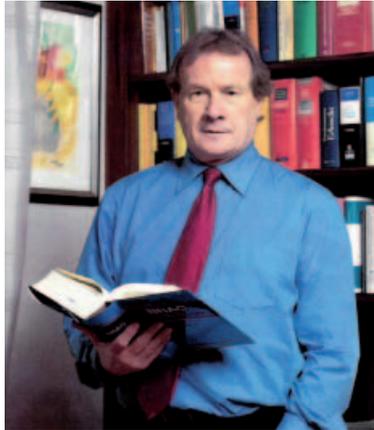
### DRK Witten: Mehr als nur Blaulicht

Überrascht werden und stets Neues entdecken

# REINHARD SCHAUWIENOLD

## RECHTSANWALT UND NOTAR A.D.

Ihr Partner für Erb-, Familien- und Immobilienrecht



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



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

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

Raus damit ...



... rein damit!



### Ihre Vorteile im Überblick:

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

**RotoProfipartner**



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



\* Über 90% unserer Produkte



Das Stadtmagazin  
bei Facebook

# Ein Magazin nur für Sie

*Aber der Engel sprach zu den Frauen:  
Fürchtet euch nicht! Ich weiß, dass ihr Jesus,  
den Gekreuzigten, sucht. Er ist nicht hier;  
er ist auferstanden, wie er gesagt hat.  
Kommt und seht die Stätte, wo er gelegen hat.*

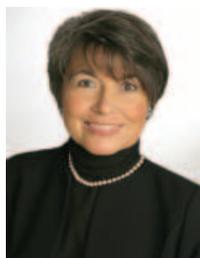
Matthäus 28, 5–6

Alles blüht, Frühling! Wie wunderschön –  
wäre da nicht ...

Haben wir uns vor einigen Wochen noch  
über Corona, Masken und ein paar Peti-  
tessen aufgeregt, so sieht es seit über ei-  
nem Monat um einiges dramatischer aus.  
Uns wird bewusst, wie wichtig Frieden  
ist, was es bedeutet, wenn dieser gefähr-  
det ist. Und das alles wegen eines Man-  
nes, der den Hals nicht voll genug be-  
kommt – möge er daran ersticken!

Eigentlich müsste für alle Menschen auf  
unserer schönen, leider an vielen Stellen  
geschundenen Erde genug da sein, doch  
die Ungleichheit der Verteilung, die Hab-  
gier so einiger Zeitgenossen, die offenkun-  
dige Dekadenz verursachen die massiven  
Ungerechtigkeiten.

Die Zeiten der Gemütlichkeit, der satten  
Zufriedenheit sind fragil geworden.  
Unser Bundespräsident hat uns ja schon



Erika Killing-Overhoff  
Verlagsleitung



Antje Dittrich  
Redaktionsleitung

darauf eingeschworen, dass wir mit ›här-  
teren Tagen‹ rechnen müssen.

Mit ein paar Einschränkungen kann man  
leben. Auch Öl und Mehl werden wieder in  
den Regalen der Supermärkte stehen,  
wenn die Vorratskammern der Hamsterer  
zu platzen drohen. Vielleicht werden wir  
im kommenden Winter in den Wohnungen  
einen Pullover mehr anziehen müssen,  
vielleicht etwas weniger viel und schnell  
Autofahren, etwas mehr darauf achten,  
keinen Strom zu vergeuden. Das sind Pro-  
grammpunkte, die wir locker bewerkstelli-  
gen können. Wahrscheinlich ist es damit  
allein aber nicht getan. Das Ausmaß für  
die Wirtschaft ist kaum absehbar. Das be-  
währte Kaufmannsgesetz, dass man sich  
nicht in die Abhängigkeit von einem oder  
nur wenigen Auftraggebern, Kunden oder  
Lieferanten begeben darf, war wohl unse-  
rer Regierung nicht bekannt. (???)

Wünschen wir uns inständig, dass der  
Krieg in der Ukraine bald beendet ist,  
dass er sich nicht weiter ausbreitet. Frie-  
dengespräche, so man ihnen denn trauen  
darf, werden geführt, parallel dazu wird  
weiter zerstört. Unzählige Milliarden  
werden verbrannt, Menschen sterben.

Ostern ist nah. Die Christen feiern die  
Auferstehung Jesu und den Sieg des Le-  
bens über den Tod. Wir dürfen also trotz  
der schlimmen Geschehnisse voller Hoff-  
nung sein.

In diesem Sinne wünschen wir Ihnen von  
Herzen ein schönes Osterfest – und blei-  
ben Sie optimistisch!

Alles Gute, Ihr  
Correctum-Verlag  
E. Killing-Overhoff

Das nächste Stadtmagazin erscheint  
Anfang Juni 2022. Redaktionsschluss ist  
am 16. Mai 2022.

## Impressum

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

**Herausgeber:** Correctum Verlag

**Redaktion:** Erika Killing-Overhoff (verantwortl.), Antje Dittrich,  
Pia Lüddecke, Christian Hirdes

### Anzeigen:

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

### Satz und Layout:

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

### Druck:

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

**Titelbild:** Skulptur von Dagmar Dörken Vogt;  
Foto Kerstin zu Pan

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



**BERND  
WOLF**



BERND WOLF - Das besondere liegt im Detail

**Gerling**  
Juwelier seit 1899

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



29



6



45

## Inhalt

DLRG – ohne diese Menschen geht es nicht . . . . . 6

Glück zum Anziehen: Modefrühling 2022 . . . . . 8

Leuchtkraft und Lebensfreude. . . . . 10

Ein Erlebnis aller Sinne . . . . . 11

Kinderrätsel. . . . . 12

Tipps für Kids . . . . . 13

Schattenseiten und Lebensbilder. . . . . 13

DRK Witten: Mehr als nur Blaulicht. . . . . 14

Vorhang auf für die Freiluftsaison . . . . . 16

Der AHE-Containerdienst: bequem, schnell und individuell . . . 18

Kurze Bauzeit – feuchte Häuser? Was Bauunternehmen und Bauherren tun können . . . . . 19

Stadtwerke Witten fördern weiter grüne Energie und E-Mobilität. . . . . 21

Akkus für E-Autos, Pedelecs und Co.: Das gilt es zu beachten 22

Thorsten Hirsch übernimmt Kfz-Service Frank Kioschis . . . 24

Fit für den Frühling und die Straße! . . . . . 25

Muttentalfest 2022 – Familienspaß in der Natur . . . . . 26

»Die Welt mit jeder Reise ein kleines bisschen besser machen« . . . . . 27

Ein Tag Urlaub ganz in der Nähe . . . . . 28

Freizeitbad Heveney startet mit neuem Spray Park und Strandfeeling in die Sommersaison . . . . . 29

Rechtstipp aus der Kanzlei Schauwienold. . . . . 30

Wenn die Worte fehlen · Logopädie am EvK . . . . . 32

Medikamente sind keine geeigneten Urlaubsmitbringsel . . . 34

**bewährte Leistung • bekanntes Team**

**Jahr für Jahr seit 2010 Werkstatt des Vertrauens**

**NEU: CARAVAN FACHBETRIEB**

■ Dekra-geprüfter Fachbetrieb für Unfallinstandsetzung

■ Caravan Fachbetrieb

■ Fachbetrieb für Glasscheibenreparatur und -ersatz

■ Smart-Repair: Ausbeulen ohne Lackieren

■ Hagelschadenzentrum

**35 Jahre Giesselbach!**

Cörmannstr. 16 · 58455 Witten  
Tel.: 0 23 02 / 2 30 32  
www.autolackiererei-giesselbach.de

**E|HANDWERK**

**ELEKTRO ROESLER**

Verbinden Sie hohe Wohnqualität und **Energiesparen**

- Energieeffizienz-Beratung
- Intelligente Gebäudetechnik
- Elektro-Komfortlösungen
- Moderne Hauskommunikation
- E-CHECK Prüfung nach VDE mit Energiespar-Beratung
- Blitz- und Überspannungsschutz
- Beleuchtung
- Einbruchmeldeanlagen

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

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

Rücken fit mit Musik ..... 35  
 Let's dance ..... 35  
 Die Stunde des Wolfes ..... 36  
 ASB Hebammenzentrale Ennepe-Ruhr: Schwangere und Hebammen zusammenbringen ..... 39  
 ›Back to Business‹ ..... 39  
 ›Lift your voice!‹: Einfach mal wieder gehört werden ..... 40  
 AWO Seniorenzentrum: Die zweijährige Fahrt in der Achterbahn ..... 41  
 40 Jahre Altenzentrum St. Josef ..... 42  
 Tagespflege am Mühlengraben läutet die warme Jahreszeit ein ..... 43  
 Endlich wieder Sport! ..... 44  
 Um die Wette schwimmen, radeln und laufen beim Witten Triathlon ..... 45  
 Lecker, bunt und vielseitig: Linsen ..... 46  
 Dem Tiger auf der Spur ..... 49  
 Zwei Jahre ZeitRaum ..... 51  
 Öko-Marke ›Naturzeitbestattung‹ fördert Nachhaltigkeit bis zuletzt ..... 51  
 Die Dichterstunde: William Butler Yeats ..... 52  
 Die Straße, Spiegel der Gesellschaft ..... 53  
 Schatzkisten für den Schulwechsel ..... 53  
 Zu Gast bei Vollzeitkünstlerin Dagmar Dörken Vogt ..... 54  
 Interview mit ›Earny‹ Bernd Dussin ..... 56  
 Im Gespräch mit Superintendentin Julia Holtz ..... 58  
 Osterfeuer erleuchtet die Feiertage ..... 58  
 Dies & Das ..... 60  
 Rätselspaß ..... 62



**Pioniere sind selten allein erfolgreich**

Carl Benz war der Erfinder. Doch Bertha Benz machte das Auto als Fahrerin weltweit bekannt.

[zepttrum-adamsen.de](http://zepttrum-adamsen.de)

**DR. ADAMSEN**

Wirtschaftsprüfung  
 Steuerberatung  
 Unternehmensberatung

IMMER AN IHRER SEITE

**30 Jahre Studienkreis**  
 Die Profi-Nachhilfe

**Angst vor langfristigen Lernlücken?**  
 Schon über 3.000 Schülern in Witten haben wir geholfen: professionell und individuell.

**30 % Jubiläumrabatt\* für 3 Monate und systematisch lernen!**  
 \* Bei Anmeldung mit Laufzeitvertrag

Studienkreis Witten, Marktstraße 1  
 Eingang durch die Passage Bahnhofstraße  
 Leitung: Maria Gockel, Gymnasiallehrerin **Tel. 2 69 96**  
[www.studienkreis.de](http://www.studienkreis.de)



# DLRG – ohne diese Menschen geht es nicht

## Wer kommt, wenn nichts mehr geht?

Alter: 28 Jahre. Aktiv bei der DLRG: seit 28 Jahren. Sternzeichen: passenderweise Fische. Sonstige Eigenschaften: sehr freundlich und hilfsbereit. Dieser kurze Steckbrief beschreibt einen ersten Blick auf Vanessa Vogel, Leiterin der Verbandskommunikation der DLRG – Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft im Bezirk Witten e. V. Leiterin der Verbandskommunikation, das ist man nicht von Beruf. Es ist ein Ehrenamt, eine Freizeitaktivität, die dem Gemeinwohl dient. »Ohne Ehrenamt gäbe es auch keine DLRG«, erklärt Vanessa Vogel. »Ob Bundes- und Landesverband, Bezirks- oder Ortsgruppe: Unsere Organisation wird auf allen Ebenen fast ausschließlich von ehrenamtlicher Arbeit getragen, wobei es mir persönlich eher schwerfällt, als ›Arbeit‹ zu betiteln, was ich einfach unglaublich gern mache. Mitarbeitende im Hauptamt gibt es auf Ebene des Bundes- und Landesverbands.«



Training an der heimischen Ruhr

### Eine echte Familie

Oftmals hört man innerhalb der DLRG-Gemeinschaft den Vergleich mit einer regelrechten Familie, und dieser Terminus ist hier augenscheinlich wörtlich zu nehmen. Sei es beim Training, im Einsatz oder während einer Pandemie – bei der DLRG hält man zusammen, wie Vanessa Vogel ausführt: »Ob es nun die Hochzeit, der Geburtstag oder ein anderer Anlass ist ... Eigentlich sind die DLRG-Kolleg\*innen immer dabei, stehen Spalier, werden zu Trauzeugen, heizen die Party an oder sind ganz einfach eine Hilfe, wo man gerade Hilfe benötigt. Das ist nicht einfach nur ein Verein. Das ist viel, viel mehr. Als wir aufgrund der Pandemie nicht zusammen trainieren konnten, haben wir uns beispielsweise online ausgetauscht, haben Spiele gespielt – einfach, weil wir einander gefehlt haben. Das sind echte Freundschaften, eben ein Stück Familie.«

### Vielfältige Einsatzgebiete

Dieser Zusammenhalt mag auch aus vielen gemeinsamen Erlebnissen und Einsatzgebieten resultieren, denn die DLRG besteht nicht nur aus Rettungsschwimmerinnen und -schwimmern, Schwimmlehrerinnen und -lehrern. »Das sieht nur auf den ersten Blick so aus«, meint Vanessa Vogel mit einem Lächeln. »Tatsächlich ist es aber so, dass wir neben der originären Aufgabe der DLRG, nämlich Nichtschwimmer\*innen zu Schwimmer\*innen und Schwimmer\*innen zu Rettungsschwimmer\*innen auszubilden, auch im Bereich des Katastrophenschutzes tätig sind. Zu unseren Aufgaben gehören dann auch der Deichbau und Deichsicherungen, Evakuierungen und logistische Unterstützung zu Wasser. Wir haben verschiedene Bootskategorien, mit denen wir im Katastrophenfall bedarfsgerecht unterstützen. Sei es für den Einsatz von Tauchern oder eben für den Transport besonders schwerer Gegenstände, wie beispielsweise Sandsäcke. Diese Vielfalt macht die DLRG eben auch interessant: Je nach persönlichen Vorlieben kann man sich in unterschiedlichsten Themengebiete



© Foto: DLRG Witten

Vanessa Vogel ist seit frühester Kindheit bei der DLRG aktiv dabei.

ten engagieren oder sich spezialisieren. Der Bereich des Strömungsretters ist hier nur ein Beispiel. In Witten konnten in den vergangenen Jahren erfolgreich zwölf Kolleg\*innen für die Rettung in stark strömenden Gewässern ausgebildet werden. Wie wichtig das auch in unseren Breiten ist, ahnt man nicht nur im Hinblick auf die Flutkatastrophe des letzten Sommers.«

**»Baywatch« im Sommer an der Küste**

Als Rettungsschwimmer\*in der DLRG ist man jedoch nicht unbedingt ausschließlich an heimischen Gewässern im Einsatz, wie Vanessa Vogel weiter berichtet: »Im Sommer unterstützen wir den zentralen Wasserrettungsdienst an der deutschen Küste jährlich mit etwa 20 Kräften aus dem gesamten DLRG-Bezirk Witten. Für circa zwei bis drei Wochen sind wir Rettungsschwimmer\*in, Ersthelfer\*in, Bootsführer\*in oder auch Einsatzleiter\*in an den deutschen Stränden. Wir erhalten dafür eine tägliche Aufwandsentschädigung von 5,00 bis 8,00 Euro, werden beköstigt und bekommen eine Erstattung der Kosten für die An- und Abreise. Die Urlauber\*innen vor Ort leihen sich dann gern einmal un-



Streife fahren im Ostseebad Damp

© Foto: DLRG Witten

sere Rettungsbojen für ein Foto und posieren natürlich, wie in der bekannten »Baywatch-Serie.« Wenngleich die Realität wohl eher von einer Fernsehserie abweichen mag, so weiß Vanessa Vogel jedoch aus eigener Erfahrung zu berichten, wie wichtig diese Arbeit ist: »Im Sommer 2019 war ich selbst bei einem solchen Fall dabei, bei dem früh am Morgen, kurz vor Dienst-antritt ein Vater mit seinem Kind in der Ostsee in Not geriet. Zwar lernen wir, die Merkmale einer Notsituation aus der Ferne zu deuten, es selbst zu erleben, war dennoch prägend: Im brusttiefen Wasser wären die beiden fast ertrunken. Allerdings hörte man allenfalls ein leises Murmeln. Kein Winken, kein Schreien. Ertrinken ist still. Ertrinken, das sieht nicht so aus wie im Fernsehen, nicht wie bei »Baywatch.« Glücklicherweise haben wir die Notlage früh genug erkannt, sodass wir die beiden mit einem Schock an Land bringen und betreuen konnten. Das ist kein Einzelfall. Oft genug beobachten wir, wie Menschen im Sommer bei starker Unterströmung auf allen Vieren aus knietiefem Wasser kommen, weil sie durch die Strömung von den Beinen gerissen werden. Wenn solche Situationen positiv ausgehen, dann wissen wir, wofür wir trainieren.«

**Der Weg zur Mitgliedschaft**

Umso wichtiger ist es, dass es Menschen gibt, die sich engagieren – sei es bei der DLRG oder bei anderen Hilfsorganisationen. Ohne diese Menschen geht es nicht. Auch deshalb hat das Land NRW unter dem Motto »Wer kommt, wenn nichts mehr geht?« eine breit angelegte Imagekampagne gestartet, die für das ehrenamtliche Engagement wirbt. Vanessa Vogel: »Wir sind sehr froh darüber. Meistens kommen unsere Mitglieder aus anderen Beweggründen zu uns. So müssen sie beispielsweise eine Rettungsschwimmausbildung im Rahmen weiterer Zwecke absolvieren oder schicken ihr Kind zu einem unserer Schwimmkurse. Auf diese Weise werden sie aufmerksam und bekommen eine besondere Perspektive auf unsere Arbeit, spenden oder werden aktives Mitglied. Dennoch: Eine Landesinitiative hilft auch hier. Da bin ich froh, dass solche Dinge für uns getan werden!«

**»Deine Spende rettet Leben«**

So ist das Motto dieser Initiative einprägsam, denn wenn die Not erst einmal da ist, dann braucht es die Retter, und die kann man unterstützen. Sei es durch Spenden, auf die die DLRG angewiesen ist, oder aber ganz aktiv als ehrenamtliches und ausgebildetes Mitglied der DLRG-Familie. Jede finanzielle und jede aktive Unterstützung rettet buchstäblich Leben – in einer Familie, die nicht nur im Einsatz, sondern auch privat ein eingeschworenes Team ist. Ein Blick in dieses Team, in die Welt, die Vanessa Vogel seit inzwischen 28 Jahren nicht missen möchte, lohnt sich doch allemal, nicht wahr? Nicht zuletzt, weil Ertrinken eben nicht ist wie im Fernsehen. Vielmehr weil jemand da sein muss, wenn nichts mehr geht. Jemand, der es bereits anpackt oder gerade in diesem Moment diese Zeilen liest. Jemand wie Vanessa Vogel oder vielleicht auch jemand wie Sie!



Einsatz der DLRG beim Sommerhochwasser 2021

© Foto: DLRG Witten

**DLRG – Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft Bezirk Witten e. V.**  
 Alle Informationen zur Mitgliedschaft und anderen Möglichkeiten zur Unterstützung unter: <https://bez-witten.dlrg.de>



© Foto: AdinaVocu / Pixabay

# Glück zum Anziehen

Die Natur mit ihren strahlenden Nuancen von Zitronengelb bis Lavendellila dient vielen Modemacher\*innen als Inspiration.

## Modefrühling 2022

Alle Jahre wieder weht ein sanfter Frühlingswind die Modetrends von den Laufstegen in die Geschäfte und auf die Straßen der Stadt. Was ist angesagt, und sind die neuen Ideen auch für uns Normalsterbliche tragbar? Wir haben uns ein wenig umgeschaut.

## Werkstatt & Service: Wir sind für Sie da!



**LEIF  
HOFFMANN**

Dein Fachhändler für  
Elektrohauseräte mit Kunden-  
dienst in Witten-Bommern

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

**electroplus**

Für Mich. Vor Ort. Vom Fach.

100 JAHRE

**HOFFMANN**

ELEKTROHAUSERÄTE | KUNDENDIENST

www.electroplus-hoffmann.de

Bommerfelder Ring 110 Tel. 02302 / 3757  
58452 Witten-Bommern  
E-Mail: service@electroplus-hoffmann.de

### Weniger ist mehr

Es wird wieder mehr Haut gezeigt! In kaum einer Saison der letzten Jahre haben die Designer\*innen so viel mit transparenten Materialien und Cut-outs experimentiert wie im Frühjahr 2022. So wird der Körper des Menschen selbst zum Mittelpunkt des modischen Geschehens. Neben sinnlichen Abendkleidern mit Schlitz finden auch freizügig geschneiderte, teils asymmetrische Tops, Röcke und Hosen sowie Roben aus Tüll, durchsichtigen plastikähnlichen Stoffen oder dünnem Chiffon ihren Weg in den Kleiderschrank. ·Weniger ist mehr· gilt hier allerdings auch bei der Wahl der Farben: Kombiniert werden meist dezente, einfarbige Kleidungsstücke, die den Blick auf Haut und Figur lenken. Wer's tragen kann ...

### Knallfarben

Wenn die Tage wärmer werden, wartet die Natur mit den aller schönsten, schillerndsten Farben auf. Warum diese leuchtenden



© Foto: Pixabay

Sommertrend 2022: Knallfarben

Blau wie der Ozean



© Foto: Shrikesinmaster / Pixabay

Töne von Zitronengelb über Flamingopink bis hin zu Sommerwiesengrün oder Südseeblau nicht an die Frau beziehungsweise den Mann bringen? Der Trend hat sogar einen Namen, er nennt sich ›Dopamin-Look‹ und soll nachweislich die Laune heben. Denn die bunten Nuancen wirken wie Glückshormone zum Anziehen. Wir finden: eine tolle Idee, die nach dem langen grauen Winter gerade rechtzeitig kommt, aber auch Mut erfordert. Wer sich nicht traut, das volle Knallfarben-Programm durchzuziehen, kann mit auffälligen Accessoires als Eyecatcher tolle Akzente setzen.

**Disco-Feeling**

Pailletten sind nur etwas für die Disco? Von wegen! Die Outdoor-Saison zeigt, dass alles, was glitzert und funkelt, auch hervorragend beim Flanieren, Spazieren oder auf der nächsten Gartenparty funktioniert. Mit metallischen Nuancen in Silber und Gold wird die Einkaufsmeile zum roten Teppich, der Marktplatz zum Cat-

Transparenz ist in.



© Foto: dkrasav/seva / Pixabay

walk, die Gartenwiese zur Tanzfläche. Und warum eigentlich nicht? Glamour ist hier auch ein Statement: Jeder Moment des Lebens ist kostbar, wir sollten es genießen und feiern, selbst oder gerade dann, wenn die Medien mal wieder mit schlechten Nachrichten überquellen. Was passt da besser als ein schönes Kleid, das schimmert, als ob sich die Sterne der Sommernacht in ihm verfangen hätten? Für einen alltagstauglichen Look können die Glitzer-Teile gut mit gröberen Materialien wie Denim und Leinen kombiniert werden. Und ach ja, der Disco-Style geht auch für Männer.



© Foto: Victoria\_Borodina / Pixabay

Wer sich traut, zeigt Haut.

*Annette Hauptmann*  
 FOTOCRATTE

#FROHEOSTERN

www.foto-hauptmann.de  
 58452 Witten, Hauptstr. 8, Tel. 02302/57845

# Leuchtkraft und Lebensfreude

## Kompressionsstrümpfe von Juzo sind echte Hingucker

Wer sagt eigentlich, dass Kompressionsstrümpfe nicht bunt und trendy daherkommen dürfen? »Viele Leute denken, solche Strümpfe gibt es nur in klassischen Hauttönen«, so Dagmar Richter, Verkäuferin im Sanitätshaus Richter in der Innenstadt. »Dabei bieten wir sie auch in superschönen Modifarben an!«



© Foto: Juzo

Venenerkrankungen wie Krampfadern, Thrombosen oder Entzündungen können Menschen jeden Alters betreffen. Statistiken zufolge leiden rund 60 Prozent der Bevölkerung immerhin an einer Venenschwäche. Neben den bekannten Risikofaktoren wie Übergewicht, Bewegungsmangel und Hormonschwankungen (z. B. durch die Pille oder eine Schwangerschaft) können auch äußere Einflüsse wie Schuhe mit hohen Absätzen oder zu heiße Bäder zu Beschwerden führen. »Dies macht sich dann häufig durch

kleine Veränderungen wie Hautrötungen oder Besenreiser bemerkbar«, erklärt Verkäuferin Lotte Hartmann. »Auch schwere oder schmerzende Beine können ein Warnsignal sein.«

Hier leisten medizinische Kompressionsstrümpfe gute Dienste: Sie üben leichten Druck auf die Venen aus und fördern so den Bluttransport aus den Beinen zurück zum Herzen, verhindern Wassereinlagerungen, lindern vorhandene Beschwerden und beugen Komplikationen vor.

»Das Schöne: Dank hochwertiger Mikrofasern und knalliger Farben sind viele Kompressionsstrümpfe heute gar nicht mehr als solche zu erkennen«, sagt Dagmar Richter. Insbesondere die neuen Trend Colours von Juzo sind echte Hingucker: Die sechs Töne ›Purple Smash‹, ›Grey Bam‹, ›Blue Wham‹, ›Orange Pop‹, ›Yellow Wow‹ und ›Petrol Boom‹ verbinden Retro-Charme mit Leuchtkraft und Lebensfreude. Für noch mehr Extravaganz sorgen die Batik-Varianten.

Übrigens: Eine Entlastung der Venen kann unter Umständen auch für gesunde Menschen sinnvoll sein, zum Beispiel als Prophylaxe bei langen Flugreisen oder Autofahrten. »Hier empfehlen wir spezielle Flug- und Reisestrümpfe, die Sie ohne ärztliche Verordnung bekommen«, verrät Lotte Hartmann.



Lotte Hartmann (li.) und Dagmar Richter



**JETZT**  
IN SCHWUNG KOMMEN

**DIE NEUE EpiTrain®**  
DREIFACH-WIRKUNG FÜR MEHR BEWEGUNG

- LINDERT DIE BESCHWERDEN
- UNTERSTÜTZT DIE BEWEGLICHKEIT
- FÖRdert DEN HEILUNGSPROZESS

Lassen Sie sich jetzt beraten.

SANITÄTSHAUS **Richter**  
GmbH & Co. KG

Beethovenstraße 5  
58452 Witten  
Tel. 0 23 02 / 5 80 95-0  
**Helfen ist unser Handwerk**

Traditionskaufhaus  
**GASSMANN**

UNSER ANGEBOT FÜR SIE:

**KRUPS**  
Elektrischer Omelett Trio F234.70  
• Für 3 Eier • Messbecher mit Eierstecher  
• Summenrignal • 300 Watt • EK-Nr.: 312040

Witten, Bahnhofstr. 32a • Herbede, Meesmannstr. 53

›Schemmann's Genuss & Style‹

## Ein Erlebnis aller Sinne

Strahlende Gesichter, herzliches Lächeln, gemütliches Plauschen beim Gläschen Sekt oder Latte Macchiato ... Am ›Mädelsabend‹ am 8. März anlässlich des Weltfrauentags herrschte wirklich eine herrliche Atmosphäre bei ›Schemmann's Genuss & Style‹. Den Besucher\*innen war deutlich anzusehen, wie sehr sie das Beisammensein und das lässige, familiäre Flair genossen. »Es war wirklich ein tolles Event, auch wir haben uns so gefreut, endlich mal wieder mit den Leuten sprechen und quatschen zu können«, berichten Peter und Monika Schemmann sichtlich begeistert.



Am ›Mädelsabend‹ am 8. März herrschte eine herrliche Atmosphäre bei ›Schemmann's Genuss & Style‹.

### Neues Mode-Highlight: Riani

Überhaupt sind sie sehr glücklich, dass die Besucherzahlen nach dem Covid-Winter mittlerweile wieder spürbar zunehmen. Peter Schemmann: »Unsere Kundinnen und Kunden wissen unser außergewöhnliches Angebot rund um Fashion und Feinkost extrem zu schätzen. Aus diesem Grund wird das Repertoire auch regelmäßig mit neuen Produkten erweitert.« »Ein total beliebtes Highlight ist unser neues Mode-Label Riani – italienische Leichtigkeit gepaart mit deutscher Wertarbeit – das kommt super gut an«, erzählt Monika Schemmann. »Übrigens freue ich mich riesig über die Explosion der Farben bei den aktuellen Kollektionen. Aber auch, wer es lieber puristisch mag, wird definitiv fündig

bei modischen Kombinationen in Schwarz-Weiß von sportlich bis elegant. Und feststeht: Bei uns steht die individuelle Beratung an erster Stelle!«

### ›Mode muss verführen!‹

Und noch auf eine weitere neue Marke dürfen wir uns demnächst freuen! Monika Schemmann: »Ab Juni flasht bei uns das Modelabel Marc Cain mit Fashion für die anspruchsvolle Kundin, die unkomplizierte, luxuriöse Mode liebt und den Wunsch hat, sich individuell zu kleiden. Eine Hommage an die moderne Frau unter der Maxime ›Mode muss verführen!‹ Übrigens werden bei uns die beiden Marc Cain-Linien Sports und Collections erhältlich sein. Mein Tipp: Folgen Sie uns einfach auf Instagram und/oder Facebook, und schon sind Sie auf dem Laufenden über unser umfangreiches Angebot. Vor allem aber werden Sie über weitere Events informiert – eine tolle Sache!«



Das neue Mode-Label Riani kommt ausgesprochen gut an.

### ›Schemmann's Genuss & Style‹

Ruhrstr. 21 · 58452 Witten  
Genuss Tel. 0 23 02 / 2 02 00 97  
Style Tel. 0 23 02 / 42 07 50  
Mo. – Fr. 10–18.30 Uhr, Sa. 10–16 Uhr  
www.schemmanns.de

Schemmann's  
**Genuss & Style**

Unser neues Highlight!



Herrlicher / IVI / HIGH  
Sportalm Kitzbühel  
RUNDHOLZ  
HERZENSANGELEGENHEIT  
Thomas Sabo / Pandora

Coming soon

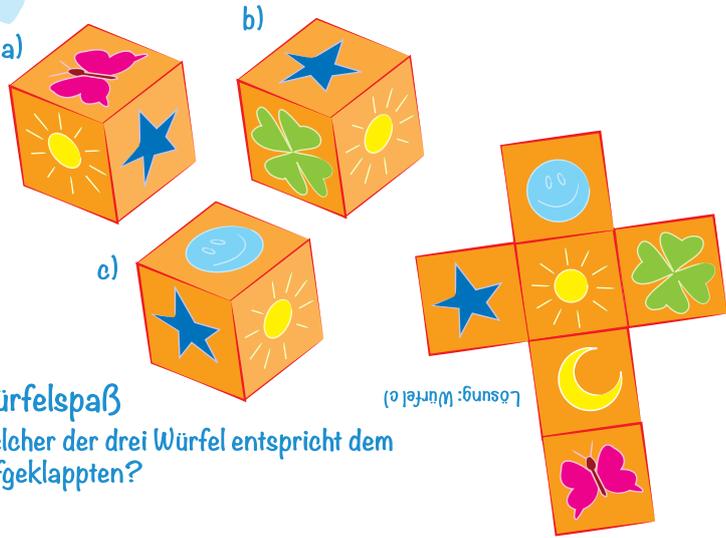
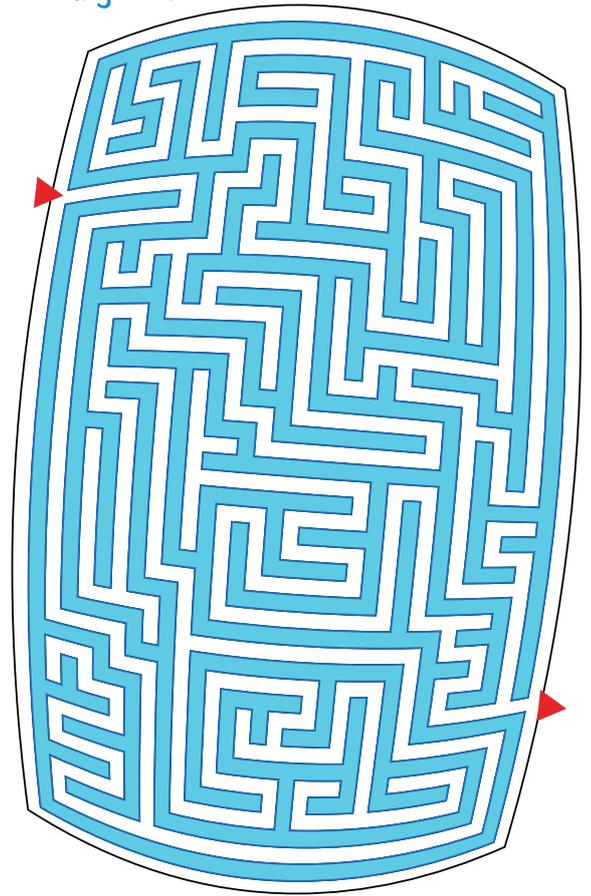
MARCCAIN



Schemmann's Genuss & Style  
Ruhrstraße 21 · 58452 Witten  
Tel. 0 23 02 – 42 07 50  
www.schemmanns.de

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

### Labyrinth

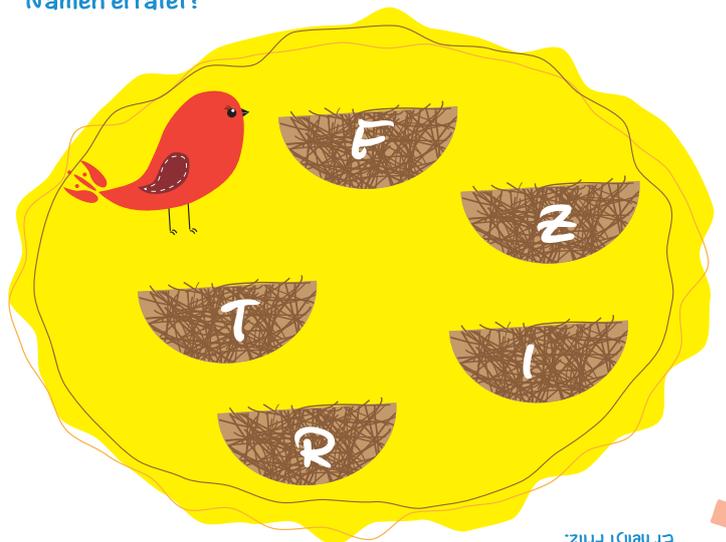


**Würfelspaß**  
Welcher der drei Würfel entspricht dem aufgeklappten?

Lösung: Würfel a)

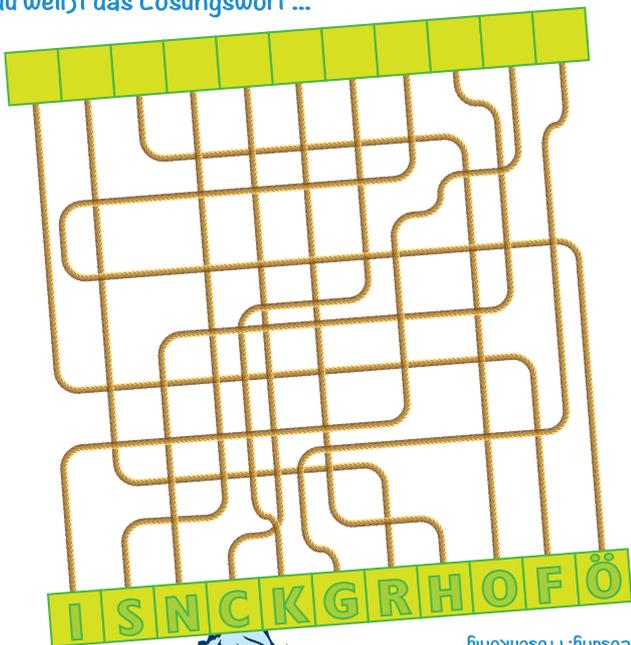


**Wie heißt er?**  
Huch – alle Nester sehen gleich aus. In welcher Reihenfolge muss der süße Piepmatz die Nester anfliegen, damit ihr seinen Namen erratet?



Lösung: Er heißt Fritz.

**Fadenwirrarr**  
Bringe die Buchstaben in die richtige Reihenfolge und du weißt das Lösungswort ...

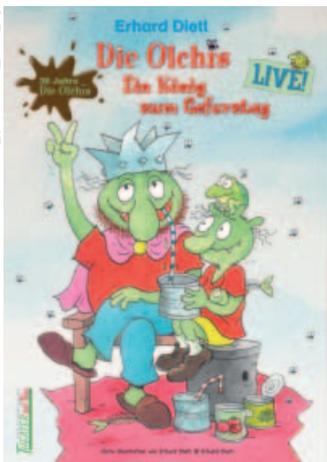


Lösung: Froschkönig



## Fliegenschiss und Olchifurz, das Leben ist doch viel zu kurz!

© Foto: Theater auf Tour



Muffel-Furz-Teufel! Die Olchis bekommen Besuch von einem richtigen König! Olchi-Oma ist entzückt. Aber der unerwartete Gast hält die Olchi-Familie mit seinen königlichen Extra-Wünschen ganz schön auf Trab. Bis Olchi-Opa schließlich der Krangelplatz ...

Bei den Kids sind die Olchis Kult. Und auch viele Eltern haben die schmutzigen Grünlinge liebgewonnen. Das Theater auf Tour bringt den Text von Kinderbuchautor Erhard

Dietl mit Musik von Bastian Pusch auf die Bühne. Heraus kommt ein verrückt freches und witziges Kindermusical für die ganze Familie.

Achtung: Es handelt sich um den Ersatztermin für die ausgefallene Vorstellung am 08.02.2022 – bereits erworbene Tickets behalten ihre Gültigkeit.

### ›Die Olchis – Ein König zum Gefurztage‹

Kindermusical  
18.05. · 16 Uhr · Saalbau Witten

## Hört die Bäume flüstern!

© Foto: PublicDomainImages / Pixabay



Wer aufmerksam den Wald betritt, kann sie reden und tuscheln hören: Die Bäume erzählen Geschichten aus alten Zeiten, Witze und spannende Ereignisse. Auch ihre Vorlieben und Nöte verraten sie uns.

Die Expedition ›Waldgeflüster‹ der VHS richtet sich an Kinder von sechs bis zehn Jahren, die gemeinsam mit einer erwachsenen Begleitperson spielerisch mehr über den Wald und seine Bewohner erfahren möchten. Ausgangspunkt der

anderthalbstündigen Tour ist der Parkplatz am Rechenzentrum Volmarstein in Wetter. Wetterfeste Kleidung nicht vergessen!

### ›Waldgeflüster‹

Waldexpedition für Kinder mit Begleitperson  
22.04. · 10.30 Uhr  
04.06. · 17 Uhr  
Anmeldung bei der VHS

## BUCHtipp

### Leonie und ihr Kater auf heißer Spur

Leonie ist sich sicher: Ihr Kater Bobby war in einem früheren Leben ein Wachhund. Daher kommt seine besondere Nase für Verdächtiges. Bobby kann zwar nicht sprechen, Leonie versteht ihn trotzdem. Aber warum knurrt er immer, wenn die neuen Nachbarn in der Nähe sind? Das ist doch eine ganz harmlose Familie. Nur übertrieben ordentlich und immer nachts unterwegs. Irgendetwas stimmt da doch nicht. Leonie will es ganz genau wissen ...



Der neue Jugendroman von Oliver Uschmann und Sylvia Witt ist eine packende Mischung aus Krimi und humorvoller Unterhaltung. Mit Witz und Spannung motiviert die fein gebaute Geschichte auch Kinder, denen das Lesen noch nicht leichtfällt. Erwachsene wiederum erfreuen sich daran, wie der Roman in Wort und Bild das Landleben, den Dorf-Adel und die seltsamen Nachbarn in ›lorioteskem‹ Weise satirisch zuspitzt.

Oliver Uschmann und Sylvia Witt:

›Lange Krallen‹ · ab 10 Jahren  
GULLIVER  
Von BELZ & Gelberg  
11,00 Euro

## Schattenseiten und Lebensbilder

In den sozialen Medien gehören Hass, Beleidigungen und Bedrohungen erschreckend oft zum Alltag. Im Pop-Up-Container des Stadtarchivs vor dem Saalbau wurden im August 2021 Hatespeech-Kommentare aus dem World Wide Web sichtbar und hörbar gemacht.



© Foto: Dana Schmidt

Welche Reaktionen lösten die Hass-Kommentare bei den Besucher\*innen der Ausstellung aus? Die Wirkung wurden im Archivcontainer filmisch begleitet und dokumentiert. Etwa 300 Interessierte und 50 Interviewteilnehmer\*innen verhandelten das Thema miteinander. So entstand ein Video von etwa 35 Minuten, das am 5. Mai in der WERK°STADT vorgeführt wird.

Anlässlich der Video-Premiere stellen die Integrationsagenturen der Caritas und des Deutschen Roten Kreuz in Zusammenarbeit mit der Wittener Journalistin Barbara Zabka auch ihr Buchprojekt ›Lebensbilder. Angekommen – Viele Lebenswege führen nach Witten‹ vor. Zwölf Flüchtlingsfamilien aus unterschiedlichen Herkunftsländern erzählen hier ihre Geschichten.

### ›Gib Hatespeech keine Chance!‹ · Video-Premiere

›Lebensbilder. Angekommen – Viele Lebenswege führen nach Witten‹ · Buchvorstellung  
05.05. · 16.30 Uhr · WERK°STADT

# DRK Witten: Mehr als nur Blaulicht

## Überrascht werden und stets Neues entdecken

Chris hat einen neuen Job. Er arbeitet jetzt beim Deutschen Roten Kreuz in Witten. »Natürlich weiß ich, dass das DRK eine riesige und facettenreiche Organisation ist. Man bewirbt sich ja nicht einfach irgendwo«, erzählt er. »Die Fülle an Wirkungsfeldern hat mich dann aber doch etwas überrascht.«



Henry Hilfreich, das Maskottchen des DRK Witten, stimmt die Kinder des Heldencamps auf neue Abenteuer ein.

### Aktiv für junge Menschen

Man kennt sie, die Einsatzwagen des DRK, die mit Blaulicht und Martinshorn Kreuzungen passieren, um da zu helfen, wo Hilfe dringend benötigt wird. Ja, auch wenn es um das Blutspenden oder um verschiedenste Hilfsangebote für Senioren geht, mag so manchem das Deutsche Rote Kreuz als erste Adresse für dieses Thema in den Kopf kommen. Viele von uns dürften jedoch, ähnlich wie Chris, überrascht sein, all die anderen Aktivitäten dieses sozialen Trägers, insbesondere für die noch jungen Menschen unserer Gesellschaft, zu entdecken. »Das ist in der Tat nicht, woran man als erstes denkt«, sagt Chris. »Dabei ist es ein besonders erfüllender Bereich für uns Mitarbeiter, denn die Arbeit mit jungen Bürgerinnen und Bürgern trägt natürlich viel Zukunft und Aufbruch in sich!«

### Kita beim DRK

Zukunft und Aufbruch werden selbst den noch ganz jungen Erdenbürger\*innen beim DRK in Witten geboten. So betreibt die Institution hier eine Kita-Gruppe für Kinder aus Familien mit Fluchthintergrund und in vergleichbaren Lebenslagen zwischen zweieinhalb und sechs Jahren. Ungewöhnlich gut ist der Betreuungsschlüssel, wie Andrea Reifenberger, Erzieherin der Kita, erläutert: »Wir können uns hier um Kinder kümmern, die beispielsweise noch keinerlei Deutschkenntnisse

haben oder aus anderen Kulturen stammen. Dabei ist es nicht nur beeindruckend, wie nach einigen Jahren kleine, sprachlich und sozial völlig in sich gefestigte Persönlichkeiten in die institutionelle Kindertagesbetreuung oder auch in die Schule entlassen werden, sondern auch, wie viel ihre Eltern aus dieser Zeit mit ihren Kindern und anderen Eltern mitnehmen!«

### Schutzraum für junge Mädchen

Das DRK Witten bietet jungen Menschen neben Entwicklungsmöglichkeiten auch geschützte Räume. Ein Beispiel hierfür ist die Mädchenwohngruppe »Rosa«, eine Einrichtung für Teenagerinnen und junge



Chris Bungart, kaufmännischer Auszubildender im Gesundheitswesen beim DRK Witten

Frauen. »Dabei haben wir es ursächlich mit ganz verschiedenen Lebensgeschichten der jungen Bewohnerinnen zu tun. Das können häusliche Problemstellungen, aber auch ganz andere und individuelle Herausforderungen sein, die entsprechende Hilfestellungen benötigen«, gewährt Leiterin Verena Fußmann einen kleinen Einblick in den Hintergrund der Einrichtung. »Teil des Konzepts ist es allerdings, nicht allzu viel über diesen Schutzraum preiszugeben. Dafür bitte ich um Verständnis.«

### DRK zum Mitmachen

Deutlich offener geht es dagegen beim Jugendrotkreuz in Witten zu. Hier treffen sich die »Young Heroes« der 7- bis 11-Jährigen, jeweils dienstags, sowie die etwas älteren Helden zwischen 12 und 17 Jahren immer freitags. Dazu kommen ergänzende Termine für spezielle Erlebnisse: gemeinsame Ausflüge, Müllsammel-Aktionen, Themenpartys oder die Beteiligung am Annenstraßenfest. »In unserer Jugendorganisation geht es uns primär darum, den jungen Menschen die Begeisterung für das gemeinsame Engagement, das Ehrenamt und die Gemeinschaft zu vermitteln. Wir leben die Werte des DRK und die Freude am Helfen«, so Jan Drewers aus der Jugendrotkreuzleitung. »Dafür steht auch unser Heldencamp, unsere Ferienfreizeit im Sommer. Hier fahren etwa 100 Kinder, 30 Betreuer und ein engagiertes Team von weiteren Helfern los, um Abenteuer in der Natur zu erleben. Oft wird dadurch auch die Leidenschaft für ein späteres Ehrenamt beim DRK geweckt. Das freut uns natürlich sehr!«

Die Palette der Wirkungsstätten des DRK Witten ließe sich von der offenen Ganztagschule (OGS) über das Café Schelle mit der Schülerhilfe oder das Autismus-Therapiezentrum (ATZ) weiter und weiter erläutern. »Aber dann wäre meine Entdeckungsreise ja schon zu Ende«, entgegnet Chris. »Das finde ich beim Deutschen Rot Kreuz in Witten gerade so spannend: das wirklich vielfältige Angebot und stets Neues zu entdecken!«

### DRK-Kreisverband Witten

Annenstraße 9 · 58453 Witten  
Tel. 0 23 02 / 910 16-0

info@drk-witten.de · www.drkwitten.de

[www.arbeitsagentur.de/ausbildungklarmachen/](http://www.arbeitsagentur.de/ausbildungklarmachen/)

# Für die passende Karriere! #AusbildungKlarmachen

Jetzt Ausbildungsplatz sichern!

Kontakt: 02302 - 929 450

[Hagen.252-Berufsberatung-vor-dem-Erwerbsleben@arbeitsagentur.de](mailto:Hagen.252-Berufsberatung-vor-dem-Erwerbsleben@arbeitsagentur.de)

#AUSBILDUNG  
#KLARMACHEN



**Bundesagentur für Arbeit**  
bringt weiter.



**Haustechnik Rose**  
Ihr Profi in Sachen Bad und Wärme

*... weil SERVICE für uns an erster Stelle steht!*

Manuel Rose  
Sanitär- und Heizungsbauermeister  
Knapmannstraße 14 a  
58453 Witten

Büro: 0 23 02 / 39 92 75  
Fax: 0 23 02 / 39 92 79  
Mobil: 01 78 / 71 34 335  
E-Mail: m.rose@haustechnik-rose.de

**BERATUNG PLANUNG MONTAGE**

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

# Vorhang auf für die Freiluftsaison

So machen Sie Balkon oder Terrasse frühlingstfit

Endlich Frühling! Mit den wärmeren Temperaturen locken entspannte Stunden auf Terrasse oder Balkon. Doch der Blick nach draußen bringt erst mal Ernüchterung: Regen und Kälte haben der kleinen Freiluftoase ganz schön zugesetzt. Die einst hellen Steine sind moosgrün verfärbt. In den Rillen dazwischen sammeln sich Unkraut und Dreck. Und auch die Pflanzenkübel bieten ein eher trauriges Bild. Jetzt heißt es: Ärmel hochkrepeln und das »grüne Wohnzimmer« auf Vordermann bringen!

### Ran an den Dreck – mit Schwamm und Seife

Am Anfang steht die Grundreinigung: Pfützen und nasses Laub werden beseitigt, verstopfte Abläufe freigelegt, Oberflächen geschrubbt. Algen und Moose, die sich gerne in feucht-kaltem Klima ansiedeln, lassen sich mit einem handelsüblichen Grünbelag-Entferner gut bekämpfen. Allerdings enthalten diese Produkte ag-



Garten- und Landschaftsbau  
**Ulrich Menke**  
GÄRTNERMEISTER

Westfalenstraße 21-25 · 58455 Witten  
Tel.: 0 23 02 / 91 28 91 · Mobil: 01 71 / 6 91 71 27  
[www.menke-galabau.de](http://www.menke-galabau.de)

*...damit's natürlich wird!*



**Elektro Herbrechter GmbH**

Elektroinstallation  
Sprech- & Videoanlagen  
Beleuchtungsanlagen  
Rollladenantriebe



Elektroheizung  
Satellitentechnik  
EIB-Gebäudesystemtechnik  
E-Check

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



© Foto: jeglaat / Pixabay



**KÄLTE SCHRADER KLIMA**

Beratung - Planung - Verkauf - Service

- **Klimaanlagen**  
für Wintergärten, Dachgeschosse, Schlafzimmer, Kinderzimmer, Büros, Praxen ...
- **Über 50 Jahre Erfahrung**
- **Montage**  
Lassen Sie die Montage durch unser qualifiziertes Fachpersonal durchführen!

**Kälte - Klima Schrader** · Ardeystraße 70 A · 58452 Witten · Telefon: 0 23 02 / 1 80 08 · [www.kaelte-schrader.de](http://www.kaelte-schrader.de)



**!!! Raumklimaanlagen aktuell mit 35 % BAFA-Förderung !!!**

**Sprechen Sie uns an, wir informieren Sie gerne!**

**Der richtige Fachbetrieb, wenn es um Klimaanlagen geht!**

gressive chemische Inhaltsstoffe, weshalb man sie bei Holzböden zuerst an einer unauffälligen Stelle testen sollte. Als ökologische Alternative eignet sich die Anwendung eines Hochdruckreinigers oder – etwas mühsamer, aber nicht minder effektiv – die Kombi aus Schwamm und biologisch abbaubarer Seifenlauge. Letztere Methode hat noch einen entscheidenden Vorteil: je sanfter die Putzaktion, desto schonender für den Untergrund. Böden aus Weichholz sollten zum Abschluss geölt oder gewachst werden, um sie vor Witterungseinflüssen zu schützen.



© Foto: Cocoparisienne / Pixabay



### Wie geht es den Pflanzen?

Nun können Sie sich endlich Ihren Balkonkästen widmen. Auch hier empfiehlt sich eine kurze Bestandsaufnahme. Nicht alle Pflanzen dürften den Winter überlebt haben. Manche entpuppen sich jedoch als überraschend widerstandsfähig. Klarheit verschafft der sogenannte ›Borkentest‹: Dazu kratzen Sie einfach mit dem Fingernagel am Gehölz. Sind die Zweige unter der Borke bräunlich oder grau, ist dies ein schlechtes Zeichen. Kommt jedoch frisches Grün zum Vorschein, stehen die Chancen gut, dass die Pflanze noch einmal austreibt. Ein besonders robuster Zeitgenosse ist zum Beispiel der Bambus: Er rollt sich bei Kälte zusammen, erwacht aber mit Wärme und Wasser zu neuem Leben. Wenn es keine frostigen Nächte mehr gibt, kann man ihn dann zurückschneiden und zudem neue Kräuter und Blumen aussäen. Darüber freuen sich auch die Insekten.

Jetzt geht es ans Verschönern, Einrichten und Dekorieren. Hier lohnt es sich, kurz innezuhalten und zu überlegen, wie man seinen Open-Air-Bereich überhaupt nutzen will: Planen Sie Familienfeste, Geburtstage und Grillabende in großer Runde? Oder wünschen Sie sich eher eine ruhige Rückzugsmöglichkeit zum Träumen und Abschalten? Das ist die Frage, wenn Sie im Möbelhaus oder Baumarkt zwischen dem supergemütlichen, aber sperrigen Schaukelstuhl und dem praktischen, platzsparenden Ensemble aus Tisch und Klappstühlen stehen. Holzmöbel wirken wunderbar rustikal, sind aber auch empfindlicher als solche aus Metall. Farbenfrohe Kissen, Polster und Teppiche verbreiten wohnliche Atmosphäre, benötigen jedoch ebenfalls eine gewisse Pflege. Achten Sie beim Kauf auf wasserabweisende, farbechte, waschmaschinentaugliche Stoffe. Und, in Zeiten des Klimawandels umso wichtiger: Vergessen Sie den Sonnenschirm nicht!

### Ist die Statik noch intakt?

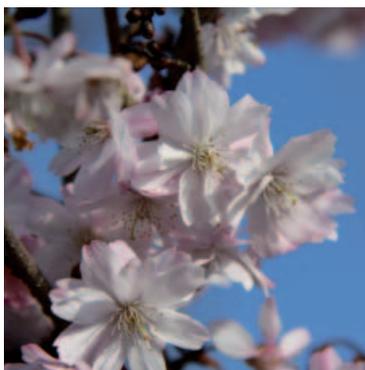
Bevor die Gartenmöbel herausgeholt werden, ist eine Inspektion sinnvoll, um Schäden durch Frost und Feuchtigkeit auszuschließen. Dies sei auch eine Frage der Sicherheit, sagen Experten: Balkon und Terrasse zählen zu den gefährdetsten Bauelementen von Gebäuden, da sie Wind und Wetter schutzlos ausgeliefert sind und Feuchtigkeitsschäden im schlimmsten Fall zu einer Beeinträchtigung der Statik führen können. Darauf sollten Sie besonders achten: Haben sich Sprünge gebildet oder Bodenplatten angehoben? Gibt es Abplatzungen, Wasserflecken oder Rostspuren an der Fassade unterhalb der Konstruktion? Ist das Gelände noch fest und intakt? Können Sie alle diese Fragen zufriedenstellend beantworten, steht der Einleitung der Outdoor-Saison nichts mehr im Wege.

### Ein Ort zum Feiern und Träumen

Jetzt geht es ans Verschönern, Einrichten und Dekorieren. Hier lohnt es sich, kurz innezuhalten und zu überlegen, wie man seinen Open-Air-Bereich überhaupt nutzen will: Planen Sie Familienfeste, Geburtstage und Grillabende in großer Runde? Oder wünschen Sie sich eher eine ruhige Rückzugsmöglichkeit zum Träumen und Abschalten? Das ist die Frage, wenn Sie im Möbelhaus oder Baumarkt zwischen dem supergemütlichen, aber sperrigen Schaukelstuhl und dem praktischen, platzsparenden Ensemble aus Tisch und Klappstühlen stehen. Holzmöbel wirken wunderbar rustikal, sind aber auch empfindlicher als solche aus Metall. Farbenfrohe Kissen, Polster und Teppiche verbreiten wohnliche Atmosphäre, benötigen jedoch ebenfalls eine gewisse Pflege. Achten Sie beim Kauf auf wasserabweisende, farbechte, waschmaschinentaugliche Stoffe. Und, in Zeiten des Klimawandels umso wichtiger: Vergessen Sie den Sonnenschirm nicht!

**Bommerholzer**  
Baumschulen

... viel mehr Natur erleben



Starten Sie mit uns in den Frühling!



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

Beste Qualität und fachliche Beratung sind in unserer Baumschule selbstverständlich!

www.bommerholzer-baumschulen.de  
Bommerholzer Str. 98  
58456 Witten  
Tel. 0 23 02 / 6 60 50



# Der AHE-Containerdienst

## Bequem, schnell und individuell

AHE? Das sind doch die, die sich bei uns in Witten um die gelben Säcke und blauen Tonnen kümmern und mehrere Wertstoffhöfe im Ennepe-Ruhr-Kreis betreiben?! So weit, so richtig. Weniger bekannt ist, dass der Entsorger zusammen mit den Tochterfirmen Hinrichs und Vorberg auch einen professionellen Behälter- und Containerdienst für alle Kreisstädte und Hagen anbietet.



Dieser mobile Wertstoffbehälter kann sieben Kubikmeter Abfall aufnehmen.

### 24-Stunden-Service

»Bei Umbaumaßnahmen, Entrümpelungen oder Haushaltsauflösungen sind wir der richtige Ansprechpartner«, nennt Vertriebsleiter Michael Piecha einige typische Einsatzgebiete im privaten Bereich. »Natürlich können Sie klassisch Sperrgut anmelden. Dabei müssen Sie aber in der Regel längere Vorlaufzeiten einplanen, und der Termin wird Ihnen von der Stadt vorgegeben. Wir stellen Ihnen den Container bei Bedarf innerhalb von 24 Stunden vor die Tür. Sie entscheiden, wann und wie lange er stehen bleibt. Falls der Behälter auf einer öffentlichen Fläche aufgebaut wird, beantragen wir gerne auch die nötige Genehmigung bei der Behörde. In diesem

Sinne bieten wir einen bequemen Rundum-Service – aus der Region, für die Region.«

### »Wir entwickeln maßgeschneiderte Lösungen«

Insgesamt sind mehrere tausend AHE-Container in unterschiedlichsten Größen im Einsatz. Die kleinsten beanspruchen gerade einmal einen Kubikmeter Platz und passen problemlos in jede Einfahrt. Die größten haben ein Fassungsvermögen von 36 Kubikmetern und sind zum Teil sogar begehbar. Neben offenen Containern finden sich solche mit abschließbaren Deckeln, Klappen oder Türen, sodass ausrangierte Möbelstücke oder Schubkarrenladungen voller Gartenabfälle problemlos hineinbefördert werden können. Für regelmäßig auftretende Gewerbeabfälle empfehlen sich sogenannte Umleerbehälter, die über längere Zeiträume an einer Stelle verweilen und regelmäßig geleert werden. Und dann gibt es noch die automatisierten Pressbehälter, in denen Abfälle wie Folien oder Papier vor Ort zu platzsparenden Ballen verpresst werden. »Bei Industrie, Handwerk und Handel herrschen ganz spezifische Anforderungen«, weiß Michael Piecha. »Wir besichtigen das Betriebsgelände und entwickeln maßgeschneiderte Lösungen, abhängig von der Menge und Art des Abfalls sowie den Örtlichkeiten.«



Michael Piecha (Vertriebsleiter und Prokurist)

### Ziel: Wiederverwertung

Sinn und Zweck ist es, einen möglichst hohen Anteil zu recyceln und in den Wertstoffkreislauf zurückzuführen. Gemischte Gewerbeabfälle werden daher erst einmal in der Recyclinganlage sortiert. Bauschutt wird als Material im Straßenbau wiederverwertet, Papier bzw. Pappe gepresst und an Papierfabriken weitergegeben. Gartenabfälle landen in der Vergärungsanlage in Witten, wo sie der Gewinnung von Bio-Strom dienen – ein wichtiger Beitrag in Zeiten, in denen die Preise von Öl und Gas in die Höhe schießen. Bodenaushub findet Verwendung im Garten- und Landschaftsbau, immer vorausgesetzt, dass die Erde ökologisch unbedenklich ist. »Dies ist meist bei privaten Gartenbauprojekten der Fall, etwa wenn jemand eine Grube für einen Pool aushebt«, berichtet Michael Piecha. Anders sieht es bei Industrieböden aus, die häufig mit Schadstoffen belastet sind. »Wir führen dann eine Reinheitsanalyse durch und prüfen, ob das Material auf der Deponie entsorgt werden muss oder als Wertstoff für Auffüllmaßnahmen im GaLa-Bau infrage kommt.« Erhöhte Schutzvorkehrungen gelten zudem bei Sonderabfällen wie Farben, Lacken, Altöl oder Chemikalien. »Hier bieten wir entsprechende Behälter und Fahrssysteme wie zum Beispiel Saugwagen, mit denen flüssige Stoffe sicher abgesaugt werden können, etwa an der Tankstelle.«

Containerdienst auf dem Weg zum Kunden



# Kurze Bauzeit – feuchte Häuser?

## Was Bauunternehmen und Bauherren tun können

Häuser werden heute immer schneller und immer dichter gebaut. Diese positiven Errungenschaften haben leider auch ihre Schattenseiten: Nicht ausreichend getrocknete Neubauten werden häufig zu früh bezogen – und in der Folge oft nur unzureichend gelüftet und beheizt. Schimmelpilzbefall ist dadurch vorprogrammiert.



© Foto: ISOTEC

Wohnräume müssen mindestens zwei bis drei Mal täglich kräftig gelüftet werden, dauerhaft gekippte Fenster sind die schlechteste Variante.

»Das sehr schnelle Bauen mit nur kurzen Austrocknungszeiten hat das Problem der Schimmelpilzbildung in Neubauten verschärft«, erläutert Christian Geißler, der mit dem ISOTEC-Fachbetrieb auf die Sa-

nierung von Feuchte- und Schimmelschäden spezialisiert ist. »In den ersten beiden Jahren müssen die Bewohner die Baufeuchte erst einmal ›rauswohnen‹, das heißt verstärkt lüften und heizen, um die Baufeuchte abzuführen und das Haus richtig zu trocknen«, so der Fachmann. Wohnräume müssen mindestens zwei bis drei Mal täglich kräftig gelüftet werden. Stoßlüftung und Querlüftung bei komplett geöffneten Fenstern sind dafür am besten geeignet, dauerhaft gekippte Fenster die schlechteste Variante.

»Der Luftaustausch, also der Austausch von feuchter Raumluft gegen trockenere Außenluft, erfolgt in den Wintermonaten bei Stoß- oder Querlüftung 200 Mal schneller als durch gekippte Fenster«, betont ISOTEC-Fachmann Christian Geißler »Das Lüften über gekippte Fenster führt

hauptsächlich zu starken Energieverlusten und zur Auskühlung fensternaher Wandbereiche, auf denen dann die feuchte Raumluft kondensiert und Schimmelpilz entsteht.« Ist dennoch Schimmel entstanden, dann Vorsicht! Schimmelpilze sollten stets vom Fachmann entfernt werden. Dies gilt insbesondere, wenn der Befall eine Fläche von einem halben Quadratmeter erreicht hat, so das Umweltbundesamt.

Weitere Informationen unter  
[www.isotec-sprockhoevel.de](http://www.isotec-sprockhoevel.de)

### ISOTEC-Fachbetrieb

Abdichtungssysteme Bobach GmbH & Co. KG  
Lagerstr. 4 · 45549 Sprockhövel  
Tel. 0 23 39 / 92 90 20  
Büro Witten Tel. 0 23 02 / 2 77 84 49

## Nasse Wände? Feuchter Keller?

ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.

Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Bobach

Büro Witten

☎ 0 23 02 - 2 77 84 49

[www.isotec-sprockhoevel.de](http://www.isotec-sprockhoevel.de)



**ISOTEC**  
Wir machen Ihr Haus trocken



Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

## Ihr Ansprechpartner für Polstermöbel

**10%  
Neukunden-  
Rabatt**

Inh. J. Lasberg  
Annenstr. 87  
58453 Witten

Tel. 0 23 02 / 9 14 22 66  
Fax: 0 23 02 / 9 14 22 67  
Mobil: 0170 / 1 90 11 35

[www.polsterei-witten.de](http://www.polsterei-witten.de) · [info@polsterei-witten.de](mailto:info@polsterei-witten.de)



## Grundstücksverwaltung Mühlenbroich GmbH & Co. KG

[www.muehlenbroich.com](http://www.muehlenbroich.com), Tel. 02302 55081

Mit Kompetenz und Expertise zum Erfolg ...



## Zuhause aufladen: Mit unserem „Rundum-E-Mobil“-Paket

- Bereitstellung der Wallbox nach individueller **Beratung**
- Abrechnung als **fares Miet-Modell**
- Günstige Konditionen im Tarif Stadtwerke Mobil mit **100 % Ökostrom**
- **Förderbonus** zum Einstieg in die E-Mobilität

# Klimaschutz fängt vor der Haustür an

## Stadtwerke Witten fördern weiter grüne Energie und E-Mobilität

Wer möchte nicht das Klima schützen und dabei auch noch Kosten sparen? Was theoretisch gut klingt, lässt sich in der Praxis jedoch gar nicht immer so leicht umsetzen. Damit sich beispielsweise ein Elektrofahrzeug lohnt, muss ein unkompliziertes und barrierefreies Aufladen rund um die Uhr möglich sein. Um E-Mobilität für mehr Menschen erschwinglich zu machen, bemühen sich die Stadtwerke Witten in einer gemeinsamen Initiative mit der Stadt Witten und der Wohnungsgenossenschaft Witten Mitte um den schrittweisen Ausbau der Ladeinfrastruktur.

### Jeder kann Standorte für Stromstationen vorschlagen

»Zusammen mit der Koordinierungsstelle Stadterneuerung und Klimaschutz der Stadt Witten arbeiten wir intensiv an der Identifizierung und Realisierung bedarfsgerechter Standorte für Ladesäulen«, berichtet Sören Braun, Gruppenleiter für den Bereich E-Mobilität. Bereits vor gut einem Jahr wurde zu diesem Zweck der sogenannte eMobility Spotter eingerichtet. Auf dieser Plattform können Wittener Bürgerinnen und Bürger ihre Ideen für neue Stromstationen übermitteln, die dann auf Machbarkeit geprüft werden. »Die Resonanz war so gut, dass wir über 165 Standortvorschläge erhalten haben. Über den Zuspruch freuen wir uns natürlich sehr. Es zeigt, wie viele sich für das Thema interessieren. Lade-Infrastruktur macht vor allem da Sinn, wo Menschen verweilen. Gleichzeitig müssen wir aber auch die Wirtschaftlichkeit im Blick behalten. Daher können wir nicht alle vorgeschlagenen Standorte realisieren. Dennoch freuen wir uns über jeden Vorschlag und hoffen, dass viele diese Möglichkeit nutzen.«



© Foto: Sascha Krecklau

### Ladepunkte im Stadtgebiet werden verdoppelt

Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Insgesamt 26 neue Ladepunkte, die mit 100 Prozent Ökostrom gespeist werden, sind anvisiert – dies bedeutet eine Verdoppelung der öffentlichen Stationen im Stadtgebiet. Parallel realisiert der regionale Energieversorger auch Projekte, die aufgrund von weltweiten Liefer Schwierigkeiten bei Wallboxen und Ladesäulen bisher noch nicht umgesetzt werden konnten. »Vorschläge können weiterhin über den eMobility Spotter eingereicht werden«, sagt Sören Braun. »Diesen finden Sie über die Website [witten.stadtwerkedrive.de](http://witten.stadtwerkedrive.de) unter ›Laden in Witten‹.«

### »Das Interesse an Systemen zur nachhaltigen Stromerzeugung steigt deutlich«

Ein weiteres Trendthema ist der Solarstrom. Bereits zum Ende des Jahres 2020 waren in Witten 810 Photovoltaik-Anlagen nach dem EEG-Gesetz in Betrieb – ein stolzer Zuwachs von 8 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Die gemeinsame Leistung dieser Anlagen betrug 17.500 KW. Und die Zahl wächst weiter. »Das Interesse an Systemen zur nachhaltigen Stromerzeugung steigt deutlich«, bemerkt Energieberater Christian Dresel. »Insbesondere Eigenheimbesitzer\*innen erkennen die Vorteile und Einsparmöglichkeiten.« Auch hier unterstützen die Stadtwerke: von der ersten Beratung über die individuelle Planung bis zur fachgerechten Installation. Ob sich die Sonnenenergie auch finanziell lohnt, können Interessierte auf der Stadtwerke-Website unter dem Punkt ›solar‹ übrigens mit ein paar Mausklicks einschätzen.



© Foto: Sascha Krecklau

### PV-Anlage kaufen oder pachten?

Ebenfalls gut zu wissen: Man kann Solaranlagen auch pachten. »Schon mit nur 55 Euro monatlich lässt sich beim Pacht-Modell eine wirtschaftliche Anlage realisieren, die bis zu 35 Prozent des eigenen Strombedarfs deckt«, erklärt Christian Dresel. »Über die Anlagenlebensdauer spart man rund 9.000 Euro an Stromkosten.« In den 18 Jahren Vertragslaufzeit übernehmen die Stadtwerke selbstverständlich die Rundum-Betreuung mit regelmäßiger Wartung. Nach Ablauf der Pacht geht die Anlage in den Besitz des Hauseigentümers über – und erzeugt dann noch für viele weitere Jahre klimafreundlichen Solarstrom.

#### eMobility Spotter

[witten.stadtwerkedrive.de/laden-in-witten](http://witten.stadtwerkedrive.de/laden-in-witten)

#### PV-Anlagen

[www.stadtwerke-witten.de/solar](http://www.stadtwerke-witten.de/solar)

Tipp aus der Verbraucherzentrale

# Akkus für E-Autos, Pedelecs und Co.: Das gilt es zu beachten

## Ist es gefährlich, den Akku kleiner Fahrzeuge ohne Aufsicht aufzuladen?

Wichtig beim Laden der Akkus von Elektrollerrollern, E-Bikes oder Elektrokleinstfahrzeugen ist, dass Sie nur vom Hersteller zugelassene Ladegeräte verwenden, da es ansonsten gefährlich werden kann. Sie sollten Ladegeräte außerdem nur in sicherer Umgebung einsetzen. Auf gar keinen Fall sollten Sie sie unter extremen Temperaturen oder in feuchten Umgebungen einsetzen, da es ansonsten zum Brand kommen kann. Achten Sie auf die Herstellerangaben. Platzieren Sie das Ladegerät nicht in der Nähe von brennbaren Materialien und optimalerweise in der Nähe eines Brandschutzmelders. Steinböden sind

für den Ladevorgang gut geeignet. Akkus sollten möglichst nicht über Nacht in Wohnräumen geladen werden.

## Sind zusätzliche Brandschutzvorkehrungen in der eigenen Garage nötig?

Es sind keine zusätzlichen Brandschutzvorkehrungen nötig. Jedoch muss eine Elektrofachkraft die Installation der Ladeeinrichtung (Wallbox) ausführen. Im Gegensatz zu haushaltsüblichen Steckdosen (sogenannte Schutzkontaktsteckdosen) sind fest installierte Ladeeinrichtungen für eine Dauerbelastung ausgelegt und bieten eine höhere Betriebs- und Brandsicherheit. Das Laden an haushaltsüblichen Steckdosen sollten Sie vermeiden. Falls es

unvermeidbar ist, sollten die Steckdose sowie der gesamte Stromkreis zunächst durch eine Elektrofachkraft überprüft werden.

## Was tun, wenn's dampft?

Wenn ein Akku heiß wird oder zu dampfen beginnt, trennen Sie diesen von der Ladeeinrichtung und bringen ihn schnellstmöglich ins Freie. Falls der Akku bereits brennt, sollten Sie den Raum verlassen und die Tür schließen sowie die Feuerwehr rufen. Sobald der Akku aufgrund eines sich selbst verstärkenden Aufheizungsprozesses überhitzt und es zur Entzündung oder Explosion kommt (thermisches Durchgehen oder engl. Thermal Runaway



Bruchstr. 58

45525 Hattingen

Tel. 02324 - 68 65 00

[www.hyundai-smolczyk.de](http://www.hyundai-smolczyk.de)



Seit 1991 Ihr kompetenter Ansprechpartner in Sachen Hyundai



© Foto: lassedesignen - stock.adobe.com

genannt), haben Sie als Laie keine Chance, diesen zu löschen, und Ihre Gesundheit ist durch Gasfreisetzungen und den Brandrauch gefährdet. Tipp: Den Akku möglichst nicht lange unbeaufsichtigt laden.

#### Ist es ein Risiko, Akku oder E-Fahrzeug lange der Sonne auszusetzen?

Akkus für E-Bikes, E-Scooter und Co. sind für das Parken in der Sonne ausgelegt. Allerdings sollten Sie schattige Plätze bevorzugen, da es der Akku am liebsten kühl mag. Kommt es aber zu einem Kurzschluss, weil der Lithium-Ionen-Akku etwa beschädigt ist oder zu heiß wurde, wird eine Kettenreaktion (thermisches Durchgehen) ausgelöst. Diese führt dann sehr wahrscheinlich dazu, dass sich Elektrolytdämpfe entzünden. Der Akku fängt an zu brennen oder explodiert. Damit ist im Normalfall aber nicht zu rechnen. Das Problem auch bei E-Bike-Akkus besteht darin, dass sie extrem viel Energie speichern. Folglich können die Folgen einer Kettenreaktion sehr heftig sein.

#### Wie lagere ich den E-Bike-Akku richtig?

Wird der Akku längere Zeit nicht genutzt, ist eine Aufladung auf 30 bis 60 Prozent und die trockene Lagerung bei 10 bis 20 Grad Celsius zu empfehlen. Ein Tipp für den pfleglichen Umgang mit Pedelec-Akkus: Akku nicht leer fahren, sondern möglichst nach jeder Fahrt nachladen. Moderne Akkus können mit solchen Teilladungen umgehen.

#### Was sollte ich tun, wenn der Akku heruntergefallen ist?

Vorsicht ist geboten, wenn der Akku starke Kratzer oder Dellen aufweist. Hinweise auf eine Beschädigung des Akkus sind eine

verminderte Leistung oder wenn sich der Akku aufbläht. Bei letzterem ist besondere Vorsicht angesagt. Ist der Akku heruntergefallen, sollten Sie ihn beobachten und, falls er sich erwärmt oder heiß wird und/oder Dampf austritt, müssen Sie ihn sofort ins Freie bringen sowie weiter beobachten und eventuell die Feuerwehr rufen. Ansonsten sollten Sie den Akku zum Händler bringen und auf Beschädigung überprüfen lassen.

#### Dürfen E-Bikes nur ohne Akku auf Autos transportiert werden?

Es ist empfehlenswert, den Akku während des Transports zu entfernen, damit keine Feuchtigkeit in die Batterie eindringen kann. Außerdem sollten die Batterien vor Stößen geschützt transportiert werden.

#### Wie sollte ich mit einem brennenden Akku in der Wohnung umgehen?

Bringen Sie gefährdete Personen in Sicherheit und verlassen Sie sofort die Wohnung. Schließen Sie die Tür, warnen Sie die Nachbarn und verständigen Sie die Feuerwehr.

#### Wie sind gebrauchte Akkus zu entsorgen?

Wegen der Brandgefahr einen verbrauchten Akku niemals über den Hausmüll entsorgen! Außerdem enthalten Pedelec-Akkus wertvolle Metalle wie Lithium, Kupfer, Aluminium und Kobalt. Alt-Akkus bringen Sie deshalb am besten zu dem Händler zurück, bei dem sie gekauft wurden. Das gilt besonders für defekte Teile! Händler sind laut Batteriegesetz verpflichtet, Akkus zurückzunehmen und dem Recycling zuzuführen. Dazu zählen auch ältere Varianten. Auch städtische Recyclinghöfe nehmen oft ausgediente Akkus an.

## EROLI CARWASH

IHRE WASCHSTRASSE IN WITTEN HERBEDE



- schonende Kuscheltex-Wäsche
- Nano Protect Versiegelung
- gründliche Felgenreinigung
- kostenlose Staubsaugerplätze
- Prepaid Kundenkarten
- Sportwagen-, SUV- und Cabrio-tauglich



Wittener Str. 112  
58456 Witten  
info@eroli-carwash.de  
www.eroli-carwash.de

Besuchen Sie uns bei

#### Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr  
Sa. 8.00 - 18.00 Uhr

Nur 150 m von der Kfz-Zulassungsstelle entfernt

**EROLI REIFEN**  
Reifen · Felgen · Zubehör

Wittener Straße 110  
58456 Witten-Herbede  
Tel. 0 23 02 · 76 08 85  
info@reifen-eroli.de  
www.reifen-eroli.de

Öffnungszeiten:  
Mo.-Fr. 8-19 Uhr · Sa. 8-14 Uhr

**REIFENCENTER**

»Wenn jemand fünfundzwanzig Jahre ein Unternehmen aufgebaut hat, hängt man das Schild nicht einfach ab!«

## Thorsten Hirsch übernimmt Kfz-Service Frank Kioschis

Für die Stammkund\*innen des Kfz-Service Frank Kioschis ist Thorsten Hirsch kein Unbekannter: Seit bereits zwanzig Jahren sorgt der Geselle an der Hauptstraße 32 für einen reibungslosen Betrieb. Im Februar hat er nun die Leitung von seinem früheren Chef und Mentor übernommen. Frank Kioschis verabschiedete sich derweil in den verdienten Ruhestand. Das Leistungsspektrum der Wittener Traditionswerkstatt – Wartungen und Reparaturen aller Marken und Fahrzeugtypen – bleibt wie gehabt.

Thorsten Hirsch erinnert sich noch gut an sein Bewerbungsgespräch damals im Herbst 2002: »Ich kam frisch aus der Ausbildung zum Kfz-Mechatroniker, wollte mein Hobby zum Beruf machen. Herr Kioschis sagte: ›Dann komm morgen vorbei und zeig mir, was du kannst.‹ Ich sollte durch Leistung überzeugen. Das hat anscheinend funktioniert.« Mit dem Arbeits-

vertrag in der Tasche dachte der talentierte Nachwuchsschrauber jedoch nicht daran, sich auf seinen Lorbeeren auszuruhen. Er absolvierte unzählige Lehrgänge zu verschiedenen Fachthemen wie Airbags, Dieselelektronik oder Karosserietechnik. »Schon nach einem halben Jahr meinte mein Chef: ›Ich zeige dir, wie alles läuft, damit du den Betrieb irgendwann weiterführen kannst.«

Dieses Jahr war es dann schließlich soweit. Wobei sich arbeitstechnisch eigentlich gar nicht viel geändert hat. Es gibt immer noch genug zu tun. Langfristig denkt Thorsten Hirsch daher über Verstärkung nach. Und wer weiß – vielleicht findet sich ja ein neues Nachwuchstalent, das sein Hobby zum Beruf machen möchte.

Geschäftsgründer Frank Kioschis ist in der Werkstatt zwar nicht mehr persönlich anwesend – sein Name steht aber nach wie



Thorsten Hirsch

vor auf dem Firmenschild. »Das wird auch so bleiben«, verspricht Thorsten Hirsch. »Wenn jemand fünfundzwanzig Jahre ein Unternehmen aufgebaut hat, hängt man das Schild nicht einfach ab!«

### Kfz-Service Frank Kioschis Thorsten Hirsch

Hauptstraße 32 · 58452 Witten  
Tel. 0 23 02 / 91 23 43 · www.kfz-kio.de



**Frank Kioschis**  
Inh. Thorsten Hirsch  
Hauptstraße 32  
58452 Witten  
Tel.: 0 23 02 / 91 23 43

**Reparaturen aller  
KFZ-Typen**

Achsvermessung · Computer-Diagnose  
Reparatur von Windschutzscheiben · Pan-  
nenhilfe · Täglich TÜV-Vorführung und  
-Abnahme · Inspektion · Bremsendienst  
Klimaservice · Ölservice · Einbau von  
Windschutzscheiben · Leihwagen · Besei-  
tigung von Unfallschäden · Geruchs-ent-  
fernung durch Ozonbehandlung · Ölwech-  
sel und Spülung von DSG- Getrieben

**Kostenloser  
Hol- und Bringdienst**









... und damit  
im 14. Jahr  
in Folge!



**KLIMASERVICE**  
ab **29,75 €**  
zzgl. Kältemittel

**Die Werkstatt mit Fachwissen für jeden PKW**

Auch in diesem Jahr stellten wir uns wieder der härtesten Jury: Ihnen als unseren Kunden! Sie haben uns bescheinigt, dass wir gute Arbeit zu überaus fairen Preisen leisten – der Beweis dafür, dass sich Qualität durchsetzt. Wir sind begeistert und möchten uns an dieser Stelle herzlichst bedanken! Stellen Sie uns auf die Probe! Wir wollen erneut all unser Wissen und Können an Sie weitergeben.

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

Unser Meisterbetrieb bietet Ihnen:

- ◆ Ersatzteile – Zubehör – Reifen und Batteriedienst
- ◆ Reparaturen aller PKW-Typen, Öl-Wechsel, Inspektion
- ◆ Abgasuntersuchung Diesel + Benzin
- ◆ Vermessung ◆ Klimaanlagenservice
- ◆ Unfallreparaturen – Rahmenrichtbank
- ◆ Gebrauchtwagen

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

M

**MECKE**  
KFZ-MEISTERBETRIEB

**MOTORSERVICE**  
GMBH

Fahrzeugtechnik · Fahrzeugelektrik  
Getriebespülung · Autolackiererei  
Klima-Anlagen-Service

**KAROSSERIE-FACHBETRIEB**

**Tel.: 0 23 02 / 91 21 91 u. 91 34 40**

Frankensteiner Str. 22 · 58454 Witten (nahe TÜV)

## Fit für den Frühling ... ... und die Straße!

Unter einem strahlend blauen Himmel windet sich die Straße durch grüne Felder. Für unternehmungslustige Bikerinnen und Biker gibt es jetzt kein Halten mehr. Die Outdoor-Saison beginnt. Doch stopp: Wer sein Zweirad nach langer Standzeit aus der Garage holt, könnte schon hinter der nächsten Kurve eine böse Überraschung erleben.

»Gerade Saisonfahrer sollten ihre Maschine vorab durchchecken lassen«, rät der Kfz-Sachverständige Holger Peters. Als gelernter Karosserie- und Fahrzeugbauer, staatlich geprüfter Techniker und leidenschaftlicher Motorradfahrer weiß er, worauf es ankommt. »Von den Bremsen bis zum Motoröl – bei einem Check schaue ich mir alles an, was auch der TÜV kontrollieren würde und was ich auch bei meinen eigenen Maschinen überprüfe, wenn sie länger nicht bewegt wurden. Oft geht es nur um Kleinigkeiten, die der Laie leicht übersieht. Aus meiner Berufs- und Sporterfahrung heraus habe ich das besser im Blick und kann vieles selbst reparieren. Bei größeren Arbeiten verweise ich an mein Netzwerk aus Werkstätten.«

Für ältere E-Bikes empfiehlt sich eine Batterietestung, die Holger Peters in Kooperation mit befreundeten Fahrradgeschäften durchführt. »Alte Akkus verlieren irgendwann an Reichweite«, erklärt er. »Mit dem Test können wir ausschließen, dass Sie bei der Radtour auf halber Strecke liegen bleiben.« Bei besonders beanspruchten Rädern mit Carbonrahmen kann eine akustische Resonanzprüfung unsichtbare Risse lokalisieren. »Röntgenbilder funktionieren bei diesem harten und gleichzeitig spröden Material nur bedingt. Um sicherzugehen, bräuchte man ein Vergleichsbild vom Hersteller. Sinnvoller ist es, den Rahmen »abzuklopfen«. Auseinandergebaut werden muss das Rad so oder so.«



© Foto: Kfz-Sachverständigenbüro Holger Peters

Natürlich kennt sich der Sachverständige nicht nur mit Zweirädern aus. Auch mehrspurige Fahrzeuge, vom Young- und Oldtimer bis hin zu Bus und Lkw, gehören zu seinem Repertoire. Er führt die Schadenabwicklung nach Unfällen durch und erstellt Wert- und Rücknahmegutachten für Gebrauch- und Leasingfahrzeuge sämtlicher Fabrikate.

### Kfz-Sachverständigenbüro Holger Peters

Jägerstraße 8 · 58453 Witten  
Tel. 0 23 02 / 7 73 12  
[www.kfzsachverstaendiger.ruhr](http://www.kfzsachverstaendiger.ruhr)

## KFZ Ralf Kleppe Witten

Wir können alle Marken  
von Alfa-Romeo bis Volkswagen

Wartung-Inspektion · Reifen und Bremsen  
Elektronik-Diagnose  
Unfallschaden-Reparatur und deren Abwicklung  
Motoroptimierung – mechanisch und via Chiptuning  
Klimaanlagen · Auspuffanlagen und vieles mehr ...

### KFZ Ralf Kleppe

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



### Kfz - Sachverständiger

☎ 02302 / 77312 • Jägerstraße 8 • 58453 Witten  
✉ [gutachten-peters@t-online.de](mailto:gutachten-peters@t-online.de)



[www.kfzsachverstaendiger.ruhr](http://www.kfzsachverstaendiger.ruhr)

## KFZ FRÖMLING

# AUTO PRO

DIE WERKSTATT.

**Tel.: 02302 56835**

Jahnstraße 13 · 58455 Witten · Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–17 Uhr, Sa. nach Vereinbarung  
Tel. 0 23 02 / 2 22 48 · [www.kfz-froemling.de](http://www.kfz-froemling.de)

# Urlaub vor der Haustür

## Muttentalfest 2022 – Familienspaß in der Natur

Am 10. April findet endlich wieder das von Groß und Klein so geschätzte Muttentalfest statt. Gemeinsam mit dem LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall, dem Gruben- und Feldbahnmuseum Zeche Theresia und dem Bethaus der Bergleute stellt das Stadtmarketing ein wirklich ausgesprochen buntes und leckeres Programm auf die Beine – Eintritt frei!

Eine spannende Reise durch die ›Wiege des Bergbaus‹ bietet die Muttentalrallye für Kinder. An mehreren spaßigen Spiel- und Bastelstationen können Stempel und süße Überraschungen gesammelt werden. Wer alle Stempel gesammelt hat, erhält gegen Vorlage der vollständigen Stempelkarte im Tourist & Ticket Service am Rathausplatz das Malbuch ›Witten zum Ausmalen‹. (Hinweis: Nur solange der Vorrat reicht.)

Bemerkenswerter Hingucker: Das Bethaus der Bergleute präsentiert sich in neuem Glanz. Die nach historischem Vorbild von 1835 restaurierte Schmiede verschafft besondere Einblicke in die traditionelle Schmiedekunst. Besucher\*innen dürfen sich daher auf das ›Schmieden nach alter Tradition‹ im Museum, am alten Schmiedehaus und hinter dem Grillhaus freuen. Außerdem gibt es einen neuen Brotbackofen zu bestaunen.



© Foto: c MacquART

Im LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall findet wieder das beliebte Geocaching statt, außerdem gibt es hier Vorführungen der Dampfmaschine und Familienführungen im Besucherbergwerk sowie einen Aktions- und Bastelstand der Naturschutzgruppe Witten NaWit. Und worauf sich auch alle freuen, ist die Fahrt mit der Gruben- und Feldbahn zwischen Parkplatz Nachtigallstraße und dem LWL-Industriemuseum Zeche Nachtigall. Schenkt sie doch wunderschöne Perspektiven auf die Landschaft und die einzigartige Industriekultur.

**Tipp:** Nutzen Sie zur Anreise den kostenfreien Shuttlebus (Start Kornmarkt) oder den öffentlichen Nahverkehr, denn am

Parkplatz Nachtigallstraße stehen nur begrenzt Parkmöglichkeiten zur Verfügung. Alle Ziele sind auch gut zu Fuß und mit dem Fahrrad erreichbar. Für alle, die mit dem Bike kommen, gibt es in diesem Jahr einen bewachten Fahrradparkplatz an der Nachtigallstraße in der Nähe der Nachtigallbrücke.

### Terminipps

- 20.04., 16 Uhr Naturführung Hohenstein
- 23.04., 11 Uhr Führung Bergbauhistorie ›Die Wiege des Bergbaus‹
- 29.04., 17 Uhr Stadtführung Innenstadt
- 07.05., 10 Uhr 3-Seen-Tour im Cabriobus
- 07.05., 16 Uhr Stadtrundfahrt im Cabriobus
- 21.05., Herrliches Herbede – Fachwerk und Ruhrsandstein
- 22.05., 11 Uhr Trödelmarkt auf dem Rathausplatz

Weitere Veranstaltungen und Informationen unter [www.stadtmarketing-witten.de](http://www.stadtmarketing-witten.de)

### Muttentalfest

So. 10. April, 11-18 Uhr

Es gelten die tagesaktuellen Corona-Schutzmaßnahmen




Die beste Therapie  
gegen Preishochdruck.

Mit dem **Ticket2000** Bus & Bahn fahren und sich überhöhte Benzinpreise ersparen.

Seit 1967  
in Witten!



Ihr kompetenter Partner bei allen  
Problemen rund ums Fahrzeug

- Inspektion · Ölwechsel
- Motordiagnose · Fahrwerk/Reifen
- HU Prüfstützpunkt TÜV Rheinland (anerkannte Prüforganisation)
- AU G-Kat, Diesel und OBD
- Reparatur aller Fabrikate

**Andreas Sittart**  
Bodenborn 32  
58452 Witten-Bommern  
Tel. 0 23 02 / 30 313  
[info@kfz-technik-sittart.de](mailto:info@kfz-technik-sittart.de)  
[www.kfz-technik-sittart.de](http://www.kfz-technik-sittart.de)

# »Die Welt mit jeder Reise ein kleines bisschen besser machen«

WITTENER REISEBÜRO Gerd Wedhorn e. K. empfiehlt nachhaltige Gruppenreisen von ›Chamäleon‹

»Niemand wartet, bis ein Platz zum Staunen frei wird. Immer in der ersten Reihe stehen. Das Gelbe im Auge des Tigers sehen. Geschichten aus erster Hand hören. Von einheimischen Reiseleitern, die Deutsch sprechen. Und wohin Ihre Route Sie auch führt, sind Sie nicht nur Gast, sondern immer auch ein Freund.«

Nach zwei Jahren Pandemie sind die meisten von uns urlaubsreif: endlich mal wieder etwas anderes sehen, Abenteuer erleben, fremde Länder und Kulturen kennenlernen ... Verlockende Angebote gibt es zuhauf. Doch halten die Veranstalter, was sie versprechen? Und wie ist es um die Nachhaltigkeit des lang ersehnten Urlaubs bestellt? Gruppenreisen von ›Chamäleon‹ erfüllen Urlaubsträume in aller Welt. Gleichzeitig werden wichtige ökologische und soziale Projekte unterstützt.

## Authentisch und nah am Menschen

»Das empfehlen wir wirklich gern, weil sich ›Chamäleon‹ in besonderer Weise um die Reisenden sowie um die Menschen in den Zielgebieten kümmert«, berichtet Jutta Wedhorn, Inhaberin des Reisebüros Gerd Wedhorn e. K. in der Wittener Innenstadt. »Unsere Kund\*innen waren bislang hellauf begeistert.« Um ein möglichst authentisches Urlaubserlebnis in familiärer Atmosphäre zu gewährleisten, darf die Gruppengröße zwölf Personen nicht überschreiten. Die Unterbringung erfolgt in ausgesuchten, oft inhabergeführten Unterkünften. Als Reiseleiter\*innen arbeiten Deutsch sprechende Einheimische. Zudem fließen große Teile der Einnahmen in soziale Hilfen. »Es geht darum, anderen Kulturen auf Augenhöhe zu begegnen, die Lebensbedingungen der Menschen vor Ort zu fördern und die Welt mit jeder Reise ein kleines bisschen besser zu machen.«



Jutta Wedhorn (2. v. re.) mit einem Teil ihres Teams

## Jede Reise rettet 100 Quadratmeter Regenwald

Zweitens hat sich der Veranstalter das Thema Naturschutz auf die Fahne geschrieben. Beispielsweise erhält jeder Gast 100 Quadratmeter Regenwald in Ecuador sowie einen Baum in Mexiko. »Die Chamäleon-Stiftung hat insgesamt 1.400 Hektar Primärregenwald gekauft und unter Naturschutz stellen lassen«, erklärt Jutta Wedhorn. »Bei einer Buchung werden 100 Quadratmeter davon auf Ihren Namen übertragen – egal ob Sie nach Sri Lanka, Island oder Namibia fliegen. Damit filtern Sie jährlich mehr Kohlendioxid aus der Luft als Ihre Reise verursacht – rund sechs Tonnen. So trägt Ihr Urlaub noch dazu bei, Ihren klimatischen Fußabdruck zu verbessern und der Umwelt etwas Gutes zu tun.«

## Sicher ist sicher: Flex-Option und Destination Manager

Daneben bietet das Reisebüro Wedhorn natürlich auch weiterhin alle gängigen

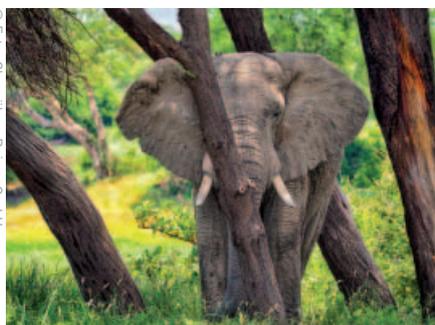
Pauschal- und Individualreisen an. Vieles, wovon wir zwei Jahre nur träumen konnten, ist plötzlich wieder möglich. Für Reisende, die ganz auf Nummer sicher gehen wollen, eignet sich die sogenannte ›Flex-Option‹: Gegen einen geringen Aufpreis kann dann kurzfristig ohne Angabe von Gründen storniert oder umgebucht werden. Zusätzlich versorgen die Reiseexpertinnen ihre Kund\*innen mit einem Link zum digitalen ›Destination Manager‹. »Hier finden Sie alle Infos zu aktuellen Einreisebestimmungen, von benötigten Gesundheitsformularen bis hin zum Impfstatus«, so Jutta Wedhorn. »Selbstverständlich können Sie uns bei Fragen aber auch einfach ansprechen.«

## WITTENER REISEBÜRO Gerd Wedhorn e. K.

Bahnhofstr. 36 · 58452 Witten  
Tel. 0 23 02 / 5 80 05 25  
www.derpart.com/witten



© Foto: Chamäleon Reisen GmbH



© Foto: Chamäleon Reisen GmbH



© Foto: Chamäleon Reisen GmbH

# Ein Tag Urlaub ...

... ganz in der Nähe, mit dem Feeling vom Sauerland! Das LWL-Freilichtmuseum Hagen mit seinen Fachwerkhäusern, kleinen Bächen und Teichen liegt sehr reizvoll in einem bewaldeten Tal am südlichen Stadtrand von Hagen. Herrlich für kleine Wanderungen und Aktivitäten in frischer Luft.



© Foto: LWL-Freilichtmuseum Hagen



© Foto: LWL-Freilichtmuseum Hagen



© Karrikatur von Marius Lars Metzger

## Tipp

Die aktuelle, sehr amüsante Sonderausstellung ab 17. Mai dreht sich in diesem Jahr um Karikaturen: **HANDWERK HAT DOPPELTEN BODEN**. Pointiert und humorvoll zeigen rund 100 Karikaturen und Cartoons die Höhen und Tiefen des Handwerks.

Mehr zu den Führungen und Mitmachprogrammen finden Sie im Internet unter: [www.lwl-freilichtmuseum-hagen.de](http://www.lwl-freilichtmuseum-hagen.de) oder auch bei Facebook.

Eintritt für Kinder bis einschließlich 17 Jahre gratis, für Erwachsene 8,00 Euro

Abgerundet wird der Tag auf der Sonnenterrasse des Restaurants oder in Hagens schönstem Biergarten, wo neben Kaffee und Kuchen, kleinen Gerichten auch das Kellerbier aus der Museumsbrauerei serviert wird.

## LWL-Freilichtmuseum Hagen

Mäckingerbach · 58091 Hagen  
Telefon: 02331 7807-0

Egal, ob bei Sonnenschein oder Regen – den ganzen Tag kann man im schönen Mäckingerbachtal verbringen und dabei Handwerk und Technik vom 18. bis in das 20. Jahrhundert erkunden und erfahren, wie die Handwerker\*innen früher gefärbt und geschmiedet, traditionell Papier geschöpft oder Seile geschlagen haben. Vom



© Foto: LWL-Freilichtmuseum Hagen

Friseursalon über die Messingstampfe, vom Sensenhammer bis hin zur Bäckerei – rund 18 von über 60 Werkstätten im Museum sind täglich in Betrieb und laden zum Zuschauen und Fachsimpeln ein.

Im oberen Bereich des Freilichtmuseums sind die kleineren handwerklichen Betriebe angesiedelt. Im gelb gestrichenen Tabakhaus werden ganz klassisch per Hand Zigarren gerollt, nebenan backt der Bäcker knusprige Brote und leckere Rosinenstuten. Aromatisch duftet es aus der Kaffeerösterei, in der Kaffee frisch geröstet wird. Deftiger werden die Gerüche in Richtung Brauerei oder Obstbrennerei, wo traditionell handwerklich gebraut und gebrannt wird. Alle diese kleinen Köstlichkeiten aus dem Museum sind im Krämerladen aus Großmutterns Zeiten zu erstehen.



# Frei! - Licht! - Museum!

LWL-Freilichtmuseum Hagen  
Mäckingerbach  
58091 Hagen, Tel. 02331 7807-0

**LWL**  
Für die Menschen.  
Für Westfalen-Lippe.

# »Für Kinder ist das eine ganz tolle Sache!«

Freizeitbad Heveney startet mit neuem Spray Park und Strandfeeling in die Sommersaison

Gurgelnde Springbrunnen schießen aus dem weichen Boden empor. Sprudelnde Fontänen animieren zu kleinen Mutproben: Wer traut sich, hindurch zu hüpfen? Und dann gibt es noch die fest installierten Wasserspritzen, die zum spielerischen Wettkampf anstiften ... Der neue Spray Park ist die (!) Attraktion im Freizeitbad Heveney.



## »Es ist draußen, es ist sicher, es ist sonnengeschützt«

Am 2. April hat das beliebte Bad am Kemnader See die Sommersaison eingeleitet. Mit den Außenbecken wurde auch der neue Wasserspielplatz eröffnet. »Für Kinder ist das eine ganz tolle Sache!«, freut sich Jürgen Hecht, Geschäftsführer der Freizeitgesellschaft Metropole Ruhr mbH. »Es ist draußen, es ist sicher, es ist sonnengeschützt.« Das Wasser aus den Sprühern wird über die flache Ebene direkt abgeleitet. Der Bereich ist somit auch für kleine ›Seepferdchen‹ bestens geeignet, die sich noch nicht so routiniert durch das kühle Nass bewegen. Darüber hinaus wird die Fläche von einem großen Sonnensegel abgeschirmt. »Die Kids können also auch bei strahlendem Sonnenschein darunter spielen und toben, ohne sich einen Sonnenbrand zu holen.«

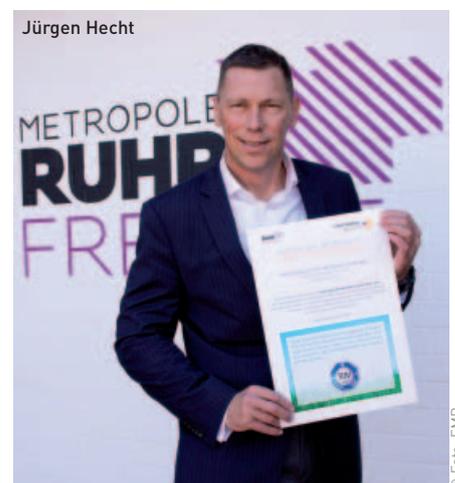
## »Unsere Therme gehört zu den schönsten in Deutschland«

Der Spray Park ist nicht die einzige Novität im Vergnügungsbad. Rund zwei Millio-

nen Euro hat die Freizeitgesellschaft Metropole Ruhr mbH in den vergangenen 48 Monaten investiert: WCs, Garderoben und Wassergrotten wurden ebenso saniert wie das Solebecken, das mit Massagedüsen und farbiger Unterwasserbeleuchtung aufwartet. Auch die Saunabar wurde grundrenoviert. Das Thema ›Meer, Strand und Dünen‹ zieht sich farblich und gestalterisch durch das gesamte Gebäude und bis nach draußen. Auf dem weitläufigen Gelände laden rund 150 Liegen zum Relaxen ein. Neben dem Wasserspielplatz wurde ein großzügiger, sonnengeschützter Sandbereich für kleine Burgenbauer angelegt. »Unsere Therme gehört zu den schönsten in Deutschland«, sagt Jürgen Hecht. »Das Gründungsjahr 1986 ist uns heute nicht mehr anzusehen.«

## »Das ist wie ein Tag Urlaub«

Privat ist der Geschäftsführer selbst Stammgast im Freizeitbad. »Das Strandfeeling bei einem Spaziergang oder einer Fahrradtour um den Kemnader See genießen, eine Runde baden, zum Abschluss in



Das sanierte Bad ist nicht nur schöner, es ist auch umweltfreundlicher. Dafür sorgen stromsparende LED-Lichter und ein reduzierter Energieverbrauch des Solebeckens. Genutzt wird ausschließlich Strom aus erneuerbaren Quellen wie Wasserkraft. Insgesamt konnten die CO<sub>2</sub>-Emissionen so um rund die Hälfte gesenkt werden.

einem der umliegenden Restaurants essen – das ist wie ein Tag Urlaub, und ich kann solche Ausflüge nur empfehlen«, schwärmt er. Einst joggte der ehemalige Ruderweltmeister jeden Donnerstagabend mit seinen Sportsfreunden um den See. »Danach ging es immer in die Sauna. Das war unser Standardprogramm. Heute komme ich mit meinen Kindern. Die zwei haben ebenfalls Spaß an Wasser und Rutschen, und wenn ich sie frage, wo sie schwimmen gehen möchten, heißt es einstimmig: im Freibad Heveney! Das war übrigens schon früher so, bevor ich die Leitung übernommen habe.« Er lächelt. »Vom neuen Spray Park wissen sie noch gar nichts. Aber wir werden ihn natürlich bald austesten.«

### Freizeitbad Heveney

Querenburger Str. 35 · 58455 Witten  
Tel. 0 23 02 / 5 62 63  
www.freizeitbad-heveney.de

# Vorsicht bei Verzicht auf Zugewinnausgleichsansprüche – Erbschaftsteuerliche Auswirkungen –

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

Häufig wird im Rahmen von Scheidungsvereinbarungen ganz oder teilweise auf Zugewinnausgleichsansprüche verzichtet. So auch in dem Fall, über den das Finanzgericht Hessen kürzlich zu befinden hatte:

Per notariellem Ehevertrag beendeten Mann und Frau im Jahre 2009 den Güterstand der Zugewinnngemeinschaft und vereinbarten Gütertrennung. Hinsichtlich des Unternehmens des Mannes einigten sie sich auf eine Substanzbewertung und kamen zu dem Ergebnis, dass sich rechnerisch eine Zugewinnausgleichsforderung der Frau in Höhe von 3.000.000,00 Euro ergab. Vor dem Hintergrund, dass der Ertragswert des Betriebsvermögens höher war, aber im Falle des Verkaufs von Geschäftsanteilen erhebliche Unternehmensrisiken zu berücksichtigen gewesen wären, vereinbarten die Eheleute, dass der Mann an seine Frau zum Ausgleich des Zugewinns einen Betrag in Höhe von 2.000.000,00 Euro zahlt.

Das Finanzamt setzte Schenkungsteuer fest, ausgehend von dem Differenzbetrag von 1.000.000,00 Euro. Die Zugewinnausgleichsforderung der Frau sei durch die Beendigung des Güterstandes entstanden. Die Ausgleichsforderung sei im Notarvertrag rechnerisch ermittelt worden, wobei von Wertansätzen am unteren Ende der Bewertungsskala ausgegangen worden sei. Soweit die Ehegatten eine erheblich niedrigere Zahlung zur Abgeltung der Ausgleichsforderung vereinbart hätten, nämlich 2.000.000,00 Euro statt der durch Sachverständigengutachten ermittelten 3.000.000,00 Euro, sei in Höhe des Differenzbetrages von 1.000.000,00 Euro eine freigebige Zuwendung im Sinne des Erbschaftsteuergesetzes seitens der Frau an ihren Mann zu sehen.

Das Finanzgericht Hessen bestätigte die Auffassung des veranlagenden Finanzamtes. Zwar obliegt es der freien Vereinbarung der Ehegatten, die Höhe des Zugewinns festzulegen; sie verfügen dementsprechend über ein weitgehendes Gestaltungsrecht. Insoweit ist auch ein Verzicht des ausgleichsberechtigten Ehegatten auf seine Ausgleichsforderung gegen Zahlung einer Abfindung nicht schenkungssteuerpflichtig. Indes sind der

Gestaltungsfreiheit güterrechtlicher Vereinbarungen dort Grenzen gezogen, wo sie einem Ehepartner eine überhöhte Ausgleichsforderung dergestalt verschaffen, dass der Rahmen einer güterrechtlichen Vereinbarung überschritten wird, wie z. B. dann, wenn die tatsächliche Ausgleichsforderung den vorgesehenen Abfindungsbetrag übersteigt.

Dies stellt nach Auffassung des Finanzgerichtes Hessen eine freigebige Zuwendung zugunsten des Ausgleichsberechtigten dar. Nichts anderes könne gelten, wenn ein Ehegatte auf die Auszahlung des Differenzbetrages zwischen dem sich aus der güterrechtlichen Vereinbarung ergebenden Ausgleichsbetrag und dem tatsächlich gezahlten niedrigeren Betrag verzichtet. Dies stellt nach Auffassung des Finanzgerichtes ebenfalls eine freigebige Zuwendung zugunsten des Ausgleichsverpflichteten dar.

Im entschiedenen Fall war ausweislich des vorgelegten notariellen Vertrages sowie des klägerischen Vortrages die Höhe der Zugewinnausgleichsforderung der Ehefrau mit 3.000.000,00 Euro festgelegt worden. Gleichzeitig vereinbarten die Eheleute, dass der Mann an seine Frau eine um 1.000.000,00 Euro niedrigere Summe zahlen sollte. Die dadurch entstandene Differenz ist damit nicht Teil des (modifizierten) Zugewinnausgleichs, sondern der Verzicht selbst stellt dann eine freigebige Zuwendung dar.

In der Literatur wird die Entscheidung des Finanzgerichtes Hessen nicht widerspruchlos hingenommen. Teilweise wird im Wege der Abwehrstrategie vorgeschlagen, in dem notariellen Vertrag der Ehegatten von vornherein niedrigere Werte anzusetzen mit der Folge, dass in diesem Fall kein Verzicht auf weitergehende Zugewinnausgleichsansprüche angenommen werden könne.

Empfohlen wird des Weiteren, in einem ersten Schritt die Zugewinnngemeinschaft

zu modifizieren und auf die Einbeziehung bestimmter Vermögenspositionen in zulässiger Weise rückwirkend auf den Beginn der Ehe zu verzichten. Da hierdurch der Güterstand nicht beendet werde und des-



**Der Verfasser** ist seit 1970 in Witten als Rechtsanwalt zugelassen. Er wurde im Jahre 1980 zum Notar ernannt.

Außerhalb der Anwalts- und Notariatstätigkeit war er seit 1998 mehrere Jahre ständiger Dozent der Deutsche AnwaltAkademie mit Sitz in Berlin. Er ist u. a. auch Dozent der Volkshochschule Witten und dort vor allen Dingen als Referent im Familien- und Erbrecht aufgetreten.



**Schauwienold**

Beethovenstr. 15

58452 Witten

Tel. 0 23 02 / 5 80 82-0

[www.schauwienold.de](http://www.schauwienold.de)

halb keine Zugewinnausgleichsforderung entstehe, liege hierin auch kein Verzicht und keine Schenkung. Werde dann in einem zweiten Schritt der Güterstand aufgehoben und zur Gütertrennung gewechselt, könne somit keine Ausgleichsforderung mehr entstehen, die der Schenkungsteuer zu unterwerfen wäre. Diese zielgerichtete Vorgehensweise müsse schenkungssteuerlich akzeptiert werden, erfordere aber als Preis den Abschluss von notariellen Eheverträgen.

Gerade bei Zugewinnausgleichsansprüchen sollte darauf geachtet werden, dass diese nicht erst nach der Scheidung geregelt werden. Nach einer rechtskräftigen Scheidung stellt sich nämlich für die Ehegatten das Zusatzproblem, dass sie nicht mehr die für Ehegatten geltenden höheren Freibeträge von derzeit 500.000,00 Euro beanspruchen können. Bei Verzichten auf den Zugewinn empfiehlt es sich daher dringend, die Zugewinnausgleichsforderung vor (!) der Scheidung zu regeln.

Probleme könnten sich auch bei einer Stundung der Zugewinnausgleichsforderung ergeben. Beträgt diese mehr als ein Jahr, kann eine zinslose Stundung nach § 12 Abs. 2 BewG zu Einkünften aus Kapitalvermögen von jährlich 5,5 % beim stundenden Ehegatten führen. Dies sollte unbedingt durch die Vereinbarung geringerer Zinssätze, die der Ertragsteuer unterliegen, vermieden werden.



www.krebshilfe.de

# MIT ALLER KRAFT GEGEN DEN KREBS

SPENDENKONTO 82 82 82  
KREISSPARKASSE KÖLN  
BLZ 370 502 99

Gemeinsam mit Maite Kelly für das Leben.  
Maite, 32, verlor ihre Mutter durch Brustkrebs.

Deutsche Krebshilfe  
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

## KOMM INS TEAM 020-EPOS

Sichere Dir Deine **Startprämie** in Höhe von bis zu **1500€**

TEL. KUNDENBERATER (m/w/d) in Teil-/Vollzeit

Bewerberhotline:  
**0800 / 020 37 67** [www.020epos.de](http://www.020epos.de)



Bestattermeister

Qualifizierter Fachbetrieb  
im BestattungsgewerbeRumberg  
BESTATTUNGEN

Haus des Abschieds

Kattenjagd 37 - 58456 Witten

02302 - 97040

[www.bestattungen-rumberg.de](http://www.bestattungen-rumberg.de)ZEIT für den  
Blüten TRAUMIndividuelle  
Hochzeitsfloristik  
Trauerfloristik  
Raumdekoration

Vormholzer Str. 9a - 58456 Witten

02302 - 97042

[www.zeitraum.nrw](http://www.zeitraum.nrw)

# Wenn die Worte fehlen

## Logopädie am EvK

Der Verlust des Sprachvermögens, etwa nach einem Schlaganfall, ist eine verstörende und niederschmetternde Erfahrung. Denn die Worte, die es zur Verständigung braucht, sind nach wie vor da – man kann nur nicht mehr so einfach auf sie zugreifen.

### »Für die Betroffenen ist das extrem frustrierend«

»Eine neurologisch bedingte Aphasie ist keine geistige Behinderung«, betont Martin Michel-Müller, Logopäde am Ev. Krankenhaus in Witten. »Die Patientinnen und Patienten sind weder dement noch in anderer Weise intellektuell beeinträchtigt. Leider werden sie aufgrund ihrer mangelnden Kommunikationsfähigkeit jedoch oft in diese Schublade gesteckt. Für die Betroffenen ist das extrem frustrierend. Wir helfen ihnen, ihre Sprachfertigkeit so gut wie möglich zurückzuerlangen.«

### Warum der Schluckreflex so wichtig ist

Zusammen mit seiner Kollegin Katharina Krüger behandelt Martin Michel-Müller ambulante und stationäre Patientinnen und Patienten des EvK sowie der angeschlossenen Geriatrischen Tagesklinik. Ein Schwerpunkt ist die Therapie von Schluck- und Stimmstörungen, die nach künstlicher Beatmung, Operationen, neurologischen Erkrankungen oder schweren Infektionen – aktuell: Covid – auftreten können. »Hier arbeiten wir mit speziellen mundmotorischen Übungen zur Stärkung der Zungen-, Lippen- und Rachenmuskulatur sowie zur Kräftigung des Schluckreflexes. Letzteres ist besonders wichtig, da der Verschluss der Luftröhre bei stark geschwächten Patienten oft nicht ausreicht, sodass Nahrung oder Flüssigkeit in die Lunge gelangen und ernste Folgeerkrankungen wie Lungenentzündungen hervorrufen können. Das kann bei älteren, multimorbiden Menschen lebensbedrohlich sein.« Bei Bedarf begleiten die Therapeuten auch die Umstellung von flüssiger auf feste Kost, die für Betroffene eine enorme Steigerung der Lebensqualität bedeutet.

latur sowie zur Kräftigung des Schluckreflexes. Letzteres ist besonders wichtig, da der Verschluss der Luftröhre bei stark geschwächten Patienten oft nicht ausreicht, sodass Nahrung oder Flüssigkeit in die Lunge gelangen und ernste Folgeerkrankungen wie Lungenentzündungen hervorrufen können. Das kann bei älteren, multimorbiden Menschen lebensbedrohlich sein.« Bei Bedarf begleiten die Therapeuten auch die Umstellung von flüssiger auf feste Kost, die für Betroffene eine enorme Steigerung der Lebensqualität bedeutet.

### Neue Wege schaffen

Ist nach einer schweren Erkrankung das Sprachzentrum im Gehirn betroffen, kommt es neben Wortfindungsbeeinträchtigungen häufig auch zu Grammatik- und Sprachverständnisstörungen. Die geistigen Fähigkeiten sind dagegen nicht beeinträchtigt. »Die Betroffenen haben ihr Wissen nicht verloren – sie können es nur nicht abrufen, der Weg dorthin ist versperrt«, so Martin Michel-Müller. Die gute Nachricht: Unabhängig vom Alter ist es mit den richtigen Techniken und viel Training möglich, neue neuronale Verbindungen zu schaffen, um vorhandene Fertigkeiten wieder zu aktivieren. »Dies gelingt uns etwa mithilfe von Umschreibungen oder indem wir uns die typischen Merkmale von etwas ins Gedächtnis rufen: Wenn man sich beispielsweise bewusst macht, dass eine bestimmte Frucht gelb und gebogen ist, fällt es leichter, sich an den Begriff »Banane« zu erinnern.« Wobei »leicht« relativ ist: Manche Therapien erstrecken sich über Jahre. Jeder Fortschritt wird mühsam erarbeitet. Der Logopäde macht aber auch Mut: »Wir haben schon einige Menschen mit globaler Aphasie behandelt, bei denen wir dachten, der- oder diejenige wird nie wieder wie früher sprechen – dann ist die Sprache mit unserer Unterstützung aber doch wie auf wundersame Weise zurückgekehrt.«



Nach operativen Eingriffen oder künstlicher Beatmung können Stimmstörungen auftreten. Bei der Behandlung macht sich Logopäde Martin Michel-Müller die moderne Technik zunutze: Mit dem Vocastim-Gerät werden die Stimmbänder durch niederfrequenten Strom stimuliert.

ten wieder zu aktivieren. »Dies gelingt uns etwa mithilfe von Umschreibungen oder indem wir uns die typischen Merkmale von etwas ins Gedächtnis rufen: Wenn man sich beispielsweise bewusst macht, dass eine bestimmte Frucht gelb und gebogen ist, fällt es leichter, sich an den Begriff »Banane« zu erinnern.« Wobei »leicht« relativ ist: Manche Therapien erstrecken sich über Jahre. Jeder Fortschritt wird mühsam erarbeitet. Der Logopäde macht aber auch Mut: »Wir haben schon einige Menschen mit globaler Aphasie behandelt, bei denen wir dachten, der- oder diejenige wird nie wieder wie früher sprechen – dann ist die Sprache mit unserer Unterstützung aber doch wie auf wundersame Weise zurückgekehrt.«



Im Anamnesegespräch stellen die Logopäden Katharina Krüger und Martin Michel-Müller den Behandlungsbedarf einer Patientin fest.

© Foto: Kathrin Simonis / EvK

[www.evk-witten.de](http://www.evk-witten.de)



*Ich bin  
Önline,*

*weil mich so jede  
Menge neue Kunden  
im Netz finden.*



*Über 550 Millionen  
Online-Suchen pro Jahr\**

Gehen Sie Önlne – mit Ihrem digitalen Auftritt in Das Örtliche erreichen Sie potenzielle Kunden dort, wo diese suchen. Und das lohnt sich!

Mehr Infos auf [dasoertliche.de/services](https://dasoertliche.de/services)

\*GfK 2020, Bekanntheit und Nutzung der Verzeichnismedien 2020, Personen ab 16 Jahren.

# Das Örtliche

[www.dasoertliche.de](https://www.dasoertliche.de)



## Medikamente sind keine geeigneten Urlaubsmitbringsel

Zahlreiche Menschen nutzen die Reise nach Holland, Spanien oder Ungarn auch als Tablettenschnäppchenjagd, schließlich sind viele Medikamente in anderen Ländern um einiges günstiger als bei uns. Doch Obacht: Urlauber sollten im Ausland nicht wahllos Arzneimittel kaufen, rät die Apothekerkammer Westfalen-Lippe, denn dort ist das Risiko hoch, unwissentlich an ein gefälschtes Produkt zu geraten.



© Foto: silencefoto - stock.adobe.com

Besonders hoch ist das Risiko auf Märkten oder bei fliegenden Händlern. Das gilt vor allem in Entwicklungsländern. Denn Fälschungen können zu wenig oder keinen Wirkstoff enthalten, im schlimmsten Fall sogar schädliche oder lebensgefährliche Inhaltsstoffe. Laien könnten Fälschung und Original praktisch nicht unterscheiden – gut gemachte Plagiate sind mit bloßem Auge kaum erkennbar. Anzeichen einer Fälschung sind ein fehlender Beipackzettel oder wenn Tabletten lose verkauft werden. Stutzig sollten Reisende auch werden, wenn ihnen verschreibungspflichtige Medikamente ohne Rezept angeboten werden.

Zudem sind Arzneimittel auch aus rechtlichen Gründen kein geeignetes Urlaubsmitbringsel. Medikamente dürfen nach Deutschland nur in Mengen eingeführt werden, die dem persönlichen Bedarf entsprechen. Als Faustregel gilt dabei der Bedarf für maximal drei Monate pro Medikament. Auf keinen

Fall dürfen Medikamente für andere Personen oder für gewerbliche Zwecke mitgebracht werden. Arzneimittelfälschungen und Dopingmittel dürfen generell nicht eingeführt werden. Hier gelten strenge Zollbestimmungen.

**Tipp:** Stellen Sie sich die eigene Reiseapotheke rechtzeitig vor Urlaubsbeginn zusammen. Hier sind die Apotheken vor Ort hilfreiche Ansprechpartner, schließlich wissen sie, für welche Region welche Medikamente sinnvoll sind, denn für einen Familienurlaub am Mittelmeer gehören andere Arzneimittel ins Gepäck als für eine Rucksackreise durch Asien. Wer dauerhaft Medikamente braucht, nimmt am besten ausreichend große Mengen mit in den Urlaub und plant dabei noch einen Puffer ein. Und falls am Reiseziel doch unerwartet weitere Medikamente benötigt werden, sollten diese in einer öffentlichen Apotheke gekauft oder im Zweifel ein Arzt aufgesucht werden.

<b>Arztrufzentrale des Notfalldienstes</b> 01 80 / 50 44 100	<b>Apotheken-Notdienst</b> 08 00 / 00 22 8 33
---	--

Apotheke

Hainberg

Steinhügel 4 · Witten-Heven  
Tel. 0 23 02 / 5 79 11  
hainberg-apo@t-online.de

Ihre Apotheke in Heven Rötger Althoff

**Öffnungszeiten:**  
Mo–Fr 8.00–18.30 Uhr  
Sa 8.30–13.00 Uhr

**SALVATOR APOTHEKE**

KAROLINE SCHLÖSSER

Kreisstraße 117 · 58454 Witten  
Telefon 0 23 02 / 80 95-0  
Telefax 0 23 02 / 80 17 95

**WESTFALEN APOTHEKE**

Apotheker Heiko Gottsch

Hörder Straße 352 · 58454 Witten  
Telefon (0 23 02 ) 4 74 87  
www.westfalen-apo-witten.de

**Wir nehmen uns Zeit für Ihre Gesundheit!**

**Brunnen APOTHEKE**

Apotheker Heiko Gottsch

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

**potheke am Bodenborn**

Ihre Vor-Ort-Apotheken

Bodenborn 29 58452 Witten  
Tel. 02302 / 3415 Fax 02302 / 31613  
E-Mail info@apotheke-am-bodenborn.de  
www.apotheke-am-bodenborn.de

**Apothekerin Christina Herrmann-Trubitz**

**Apotheke am Ring**

Bommerfelder Ring 110  
58452 Witten  
Tel. 02302 / 9642828  
Fax 02302 / 9642829

**Rathaus-Apotheke**

Diplom-Gesundheitswissenschaftler Apotheker  
Burkhard Waimann e.K.  
Fachapotheker für Allgemeinpharmazie – Ernährungsberatung –

Marktstraße 1 · 58452 Witten  
Tel. 0 23 02 - 5 35 00 · Fax 0 23 02 - 5 35 05  
www.apowi.de · E-Mail: info@apowi.de

**Königs Apotheke**

Mo. - Fr. 8:00 - 19:00 Uhr  
Sa. 8:30 - 13:30 Uhr

**Christian Schmidt**  
Meesmannstraße 40 · 58456 Witten-Herbede  
Tel. 0 23 02 / 7 36 63 · www.koenigsapo.de

**Persönlich und kompetent**

**Beethoven-Apotheke**

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

**ADLER APOTHEKE**  
Dr. Werner - Apotheken in Annen

**seit 1871 in Annen**

Stockumer Straße 21, 58453 Witten-Annen  
www.adler-apotheke-annende  
Telefon:  
0 23 02 / 6 04 69

**MILAN APOTHEKE**  
Dr. Werner - Apotheken in Annen

**seit 2007 im Centrovital**

Annenstr. 151, 58453 Witten  
www.milan-apotheke-annende  
Telefon:  
0 23 02 / 2 77 61 77

**ENGEL APOTHEKE**  
Dr. Werner - Apotheke an der Ardeystraße

Ardeystr. 105, 58452 Witten  
www.engel-apotheke-witten.de  
Telefon:  
0 23 02 / 15 04

**Central Apotheke**

Dr. Erol Yilmaz  
Hörder Str. 8 · 58455 Witten  
Tel: 0 23 02 / 98 45 41 0  
Fax: 0 23 02 / 98 45 41 1  
dr.erolyilmaz@central-apotheke-witten.de  
www.central-apotheke-witten.de



© Foto: alexas fotos auf Pixabay

## Rücken fit mit Musik

Moveo – Rücken Fit mit Musik – ist ein Bewegungsprogramm der vhs WWH zur Verbesserung der Haltung und Entlastung der Wirbelsäule, das gezielte Mobilisations- und Dehnungsübungen sowie eine Kräftigung der gesamten Muskulatur umfasst. Sie lernen die unterschiedlichen Möglichkeiten zur Stärkung des Rückens, zur Verbesserung der Beweglichkeit und Kraft, der Dehn-, Koordinations- und Entspannungsfähigkeit kennen. Dazu gibt es praxisnahe Informationen zur rückengerechten Gestaltung des (Arbeits-)Alltags sowie Übungen, die in kurzen Pausen, z. B. am Arbeitsplatz, angewendet werden können.

Der Kurs ist geeignet für alle, die vorbeugen, Verspannungen abbauen, einseitige Belastungen ausgleichen, ihr Muskelkorsett stärken und eine aufrechte Haltung aufbauen möchten. Die passende Musik fördert dabei den Spaß an der Bewegung. Der Kurs wurde von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert und wird von den dort angeschlossenen Krankenkassen bezuschusst.

Dieser Kurs bietet Ihnen größtmögliche Verlässlichkeit: Im Falle einer Corona-bedingten Absage der Präsenzveranstaltungen wird der Kurs online durchgeführt bzw. fortgesetzt. Möchten Sie dieses Onlineangebot nicht in Anspruch nehmen, werden Ihnen die Termine erstattet.

Kursbeginn: Mo., 25.04.2022, 17.45–19.15 Uhr  
Dauer: 10 Wochen

Kursort: Pestalozzischule, Turnhalle  
Gebühr: 103,50 Euro  
Anmeldung unter: [www.vhs-wwh.de](http://www.vhs-wwh.de) · Kursnr. N43111



© Foto: Gerd Altmann auf Pixabay

## Let's dance

Egal, in welchem Alter: Tanzen macht Spaß, ist gesund und gesellig. In dem vhs-Kurs ›ErlebniSTanz‹ werden vielfältige internationale Tänze in unterschiedlichen Aufstellungen getanzt, z. B. Linedance, Kreistänze und Kontratänze. Ganz nebenbei werden Ausdauer, Koordination, Konzentration und Merkfähigkeit trainiert.

**Typ:** Die Teilnahme ist auch als Einzelperson ohne Partner\*in möglich. Lassen Sie sich begeistern und erleben Sie die Freude am Tanzen!

Kursbeginn: Mi., 27.04.2022, 16.00–17.30 Uhr  
Dauer: 8 Wochen  
Kursort: vhs Seminarzentrum, Raum 124, M.-Ostermann-Lounge  
Gebühr: 51,50 Euro  
Anmeldung unter: [www.vhs-wwh.de](http://www.vhs-wwh.de) · Kursnr.: N45021

Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



# SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.



Echt AWO. Seit 1919.  
Erfahrung für die Zukunft.

### Seniorenzentrum Witten

Egge 73-77 • 58453 Witten  
Fon: 02302 - 91045-0 • [sz-witten@awo-ww.de](mailto:sz-witten@awo-ww.de)

### Seniorenzentrum Witten-Annen

Kreisstraße 20 a • 58453 Witten  
Fon: 02302 - 58409-0 • [sz-witten-annan@awo-ww.de](mailto:sz-witten-annan@awo-ww.de)

# Die Stunde des Wolfes

Warum wir nachts um drei aus dem Schlaf schrecken ... und wie wir dann wieder einschlafen

Um Mitternacht schlägt die Kirchturmuhur zur Geisterstunde – so will es uns der alte Volksglauben weismachen. Was die wenigsten Menschen wissen: Die richtig fiesen Gespenster kriechen erst um drei Uhr nachts aus ihren Gräbern hervor. Weshalb die Stunde zwischen drei und vier auch als ›Stunde der Dämonen‹ bezeichnet wird.



## Unterstützung für pflegende Angehörige

### Der BARMER Pflegecoach

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

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

[www.barmer.de/pflegecoach](http://www.barmer.de/pflegecoach)



© Foto: mohamed\_hassan / Pixabay

Glauben Sie nicht? Dann sind Sie wahrscheinlich noch nie um drei Uhr morgens aus dem Schlaf geschreckt: Die Schatten im Zimmer sind jetzt dunkler als zu jeder anderen Zeit. Die nächtliche Stille wird von ungewohnten Geräuschen durchbrochen. Das Gedankenkarussell spielt verrückt. Rastlos wälzen wir uns von einer Seite auf die andere, weil kleine Alltagsprobleme zu unlösbaren Konflikten werden und irrationale Ängste überhandnehmen. Entgegen jeglicher Logik sind wir uns plötzlich gar nicht mehr so sicher, ob das, was da an den Fenstern rüttelt, nicht auch etwas anderes als der Wind sein könnte ...



# Mobiles Pflegeteam

**Ihr Pflegedienst in Witten & Herdecke**

Annenstr. 151 • Witten-Annen ☎ 02302.912255  
Mühlenstr. 14 • Herdecke ☎ 023 30. 89 49 929

[www.mobilespflegeteam.de](http://www.mobilespflegeteam.de)

**Seit über 25 Jahren  
für Sie unterwegs.**





© Foto: westock - stock.adobe.com

Gezielte Atemübungen können helfen, die Dämonen der Nacht auszutreiben.

Befragt man Schlaf-Forscher\*innen, erfährt man, dass das Phänomen nicht nur Personen mit chronischen Schlafstörungen betrifft, sondern einen Großteil aller Menschen. Zudem stößt man auf einen weiteren Begriff: Die ›Stunde des Wolfes‹ beschreibt seit dem Altertum eine Zeit, zu der für gewöhnlich außer den Wölfen niemand mehr auf den Beinen ist. Als Ursache führen die Forscher\*innen ein Ungleichgewicht der Hormone an, die unseren Schlaf-Wach-Rhythmus steuern.

Ein Erklärungsversuch in einfachen Worten: Tagsüber produziert der Körper stimmungsaufhellendes Serotonin und stressminderndes, wachmachendes Cortisol, während bei Dunkelheit vor allem das sogenannte Schlafhormon Melatonin ausgeschüttet wird. Gegen drei Uhr morgens ist unser Melatoninspiegel am höchsten. Haben wir jedoch Stress, kann dies einen Cortisol-Überschuss bewirken, was uns vor der Zeit aufwachen lässt. Gleichzeitig befindet sich das Glückshormon Serotonin auf einem niedrigen Level, weshalb wir jetzt besonders empfänglich für negative Gefühle sind.

**Tipp der Experten:** Um nicht bis zum Morgengrauen wach zu liegen und auf das Heulen des Windes zu lauschen, sollten Sie Ihrer inneren Uhr einen Neustart gönnen – das Licht einschalten, kurz aufstehen, ein Glas Wasser trinken, vielleicht sogar zwei Seiten lesen (bitte nichts allzu Aufregendes) – und erst dann einen neuen Einschlafversuch starten. Gezielte Atemübungen können ebenfalls helfen, die Dämonen der Nacht auszutreiben. Denken Sie immer daran: Im hellen Licht der Morgensonne und bei einer Tasse Kaffee sieht die Welt meist schon wieder ganz anders aus.

# ZFF Praxis für Podologie

Zentrum für Haut- & Fußgesundheit

- Medizinische Fußpflege
- Spezialbehandlung bei:
  - Diabetes
  - Nagelpilz
  - eingewachsenen Nägeln



Annenstraße 156 Telefon 02302 . 984 86 98  
58453 Witten www.zff-witten.de

## terra sports YOUR PERSONAL TRAINING

Mit nur 20 Minuten pro Woche mehr Kraft, mehr Fitness, mehr Leistung!



- Personal EMS Training
- Individuell gestaltetes Workout
- Maximal effektives Trainingserlebnis
- Muskelaufbau und -stimulation
- Gewichtsreduktion und Bindegewebebestraffung

terra sports Witten · EMS Training  
Heilenstraße 3  
58452 Witten

**Öffnungszeiten:**  
Mo. bis Fr.: 9–20 Uhr  
Sa.: 10–16 Uhr  
oder nach Vereinbarung  
Tel. 0 23 02 / 1 71 53 28  
www.terra-sports.de

**Sonnenbrillen mit Sehstärke**

Einstärken-Sonnenbrille schon für **48,-**  
Gleitsicht-Sonnenbrille schon für **99,-**

Inkl. UV-Schutz, Tönung 85% in Grau, Graugrün oder Braun.

\* Fassung aus unserem Aktions-Sortiment, Kunststoffgläser Index 1.5, Stärkenbereich + 4 dpt., cyl. + 2 dpt., Gleitsichtgläser Add. 3.0.



## optic bongers

kontaktlinsen u. brillenmoden

www.optic-bongers.de

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

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



# Centrovital

MEDIZIN · THERAPIE · ANNEN

Medizin und Therapie unter einem Dach

[www.centrovital-annnen.de](http://www.centrovital-annnen.de)

Centrovital 1  
Annenstraße 151

Centrovital 2  
Westfalenstraße 118



## Centrovital 1



**Hausarztpraxis H. J. Röhrens & A. Martens**  
Sportmedizin, Notfallmedizin, hausärztliche Geriatrie (Altersmedizin), Ernährungsmedizin, Verhaltenstherapie  
Tel. 0 23 02 / 67 21



**Praxisgemeinschaft Gynäkologie und Allgemeinmedizin**  
**Katrin Fellmer und Elisabeth Srocka**  
Fachärztinnen für Frauenheilkunde und Geburtshilfe  
Tel. 0 23 02 / 69 09 72



**Dr. med. Katharina Liederwald**  
Ärztin für Allgemeinmedizin und Homöopathie  
Tel. 0 23 02 / 6 02 63



**Gemeinschaftspraxis für Orthopädie und Unfallchirurgie**  
**Dr. med. Bernhard Schul** · Facharzt für Orthopädie, Unfallchirurgie, Manualtherapie, Sportmedizin, Akupunktur  
**Dr. med. Dirk Fennes** · Facharzt für Orthopädie, Manualtherapie, Sportmedizin, Akupunktur  
**Priv.-Doz. Dr. Matthias Wiese** · Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, spezielle Orthopädische Chirurgie, Rheumaorthopädie, Sportmedizin, Manualtherapie, Physikalische Therapie  
**Dr. med. Peter Koch** · Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Manualtherapie, Akupunktur  
Tel. 0 23 02 / 97 89 60 · [www.orthopaeden-witten.de](http://www.orthopaeden-witten.de)



**Hautarztpraxis**  
**Dr. med. Matthias Hoffmann**  
Facharzt für Dermatologie, Allergologie, Venerologie, ambulante Operationen, Lasermedizin, Kinderdermatologie, Medikamentöse Tumortherapie, Ernährungsmedizin, Naturheilverfahren, Akupunktur, Berufsdermatologie, Neurodermitistrainer  
Tel. 0 23 02 / 5 60 60 · [www.hautarzt-dr-hoffmann.de](http://www.hautarzt-dr-hoffmann.de)



**ZFF® – Zentrum für Fußgesundheit**  
**Ortho Sanivital Teske**  
optimale Einlagen für Alltag und Sport, orthopädische Maßschuhe, Kompressionstherapie, Orthesen und Bandagen  
Tel. 0 23 02 / 6 29 26 · [www.z-f-f.de](http://www.z-f-f.de)



**Praxis für Heilpädagogik**  
**Petra Süß** · staatl. anerk. Heilpädagogin, BHP  
Tel. 0 23 02 / 9 78 54 30



**Praxis für Ergotherapie**  
**Sabine Czaja** · Ergotherapeutin  
Tel. 0 23 02 / 1 71 11 25



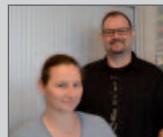
**Heike Möller-Gerke · Praxis für Krankengymnastik**  
Bobath-Therapie für Säuglinge/Kinder/Erwachsene, PNF, Manuelle Therapie, CMD, Krankengymnastik, Gerätegestützte Krankengymnastik, SRT-Zepton, Massage, Fango, Heißluft, Lymphdrainage, Kinesio-Taping, Beckenbodengymnastik, Schlingentisch  
Tel. 0 23 02 / 96 37 08 · [www.moeller-gerke.de](http://www.moeller-gerke.de)



**Praxis für Hals-Nasen-Ohrenheilkunde**  
**Dr. med. Stefan Bruski** · Facharzt für HNO-Heilkunde  
**Dr. Yuvraj Gunesh** · Facharzt für HNO-Heilkunde  
Tel. 0 23 02 / 6 85 25



**Milan-Apotheke**  
**Filiale der Adler-Apotheke · Witten-Annem**  
**Dr. rer. nat. Philipp Werner** · Apotheker, e.Kfm.  
**Mustafa Erol** · Apotheker, Filialleitung  
Tel. 0 23 02 / 2 77 61 77  
[www.milan-apotheke-annnen.de](http://www.milan-apotheke-annnen.de)



**Mobiles Pflegeteam**  
**Ambulante Senioren- & Krankenpflege**  
**Lamik & Taubitz GbR**  
Tel. 0 23 02 / 91 22 55 · [www.mobilespflegeteam.de](http://www.mobilespflegeteam.de)



**Wortlaut · Praxis für Sprachtherapie**  
**Andrea Bresser**  
Dipl.-Pädagogin/Sprachheiltherapeutin  
**Sophia Weber**  
Dipl.-Pädagogin/Sprachheiltherapeutin  
Tel. 0 23 02 / 9 73 53 66 · [www.wortlaut.net](http://www.wortlaut.net)

## Centrovital 2



**MVZ Ruhrradiologie GmbH**  
**Diagnostik in Witten, Dortmund und Ennepetal**



**Dr. med. Henning Sommerfeld** · Facharzt für Radiologie  
**Stefan Ohnesorge** · Facharzt für diagnostische Radiologie  
**Dr. med. Ralph-Alexander Meyer** · Facharzt für Radiologie  
**Norbert Thor** · Facharzt für Radiologie  
Tel. 0 23 02 / 93 60 40  
[www.ruhrradiologie.de](http://www.ruhrradiologie.de) · [www.vorsorgeuntersuchung.de](http://www.vorsorgeuntersuchung.de)



**Dr. med. Richard Luchs**  
Facharzt für Augenheilkunde  
Tel. 0 23 02 / 6 01 18 · [www.augenarzt-witten.de](http://www.augenarzt-witten.de)



**dentovital**  
**Dr. med. dent. Claudina Wöntz** · Zahnärztin  
Halitosis-Sprechstunde, Parodontitisbehandlung mit Laser  
Tel. 0 23 02 / 1 79 85 00 · [www.dentovital.de](http://www.dentovital.de)

## ASB Hebammenzentrale Ennepe-Ruhr Schwangere und Hebammen zusammenbringen

Rein rechtlich hat jede schwangere Frau in Deutschland Anspruch auf eine Hebamme. Praktisch macht sich der Fachkräftemangel auch im Bereich der Geburtshilfe bemerkbar. »Es existieren zwar Kontaktlisten über aktiv arbeitende Hebammen, aber es ist unglaublich mühsam und zeitraubend für die Schwangere, diese abzutelefonieren und eine Hebamme zu finden, die noch Kapazitäten frei hat«, benennt Kirsten Schäfer, Geschäftsführerin beim Arbeiter-Samariter-Bund KV Witten e. V., ein bekanntes Problem. »Viele Frauen geben irgendwann auf und verzichten. Aus diesem Grund haben wir die ›ASB Hebammenzentrale Ennepe-Ruhr‹ ins Leben gerufen.«



Kirsten Schäfer (re.) und Christa Baumann wollen werdende Mütter mit Hebammen in ihrer Nähe vernetzen.

Ziel des ehrenamtlichen und kostenfreien Angebots ist es, werdende Mütter schnell und unkompliziert mit Hebammen in ihrer Nähe zusammenzubringen. »Ein guter Anfang für jedes Leben«, lautet das Motto. »Gerne können Sie individuelle Wünsche äußern«, so Kirsten Schäfer. »Das Leistungsspektrum der Hebammen in unserer Datenbank reicht von der Schwangerschaftsvorsorge über Hausgeburten und Beleggeburten bis zur Betreuung am Wochenbett. Sollte es persönlich nicht passen, suchen wir weiter!«

Für die Geburtshelferinnen bietet der Gratis-Service des ASB ebenfalls solide Vorteile. »Zunächst einmal übermitteln wir die notwendigen Daten und die Bedürfnisse der Schwangeren an die Hebamme. Die anfängliche Kommunikation ist der Grundstein für eine vertrauensvolle an-

schließende Betreuung. Zweitens organisieren wir sinnvolle, spritsparende Routen von einem Termin zum nächsten und kümmern uns im Krankheitsfall um eine angemessene Vertretung. Außerdem organisieren wir für unsere Partnerinnen auch fachliche Fortbildungen.«

Wer auf der Suche nach einer Hebamme im Ennepe-Ruhr-Kreis ist, braucht einfach nur das Kontaktformular auf der Internetseite auszufüllen. Den Rest erledigt der ASB.

### Arbeiter-Samariter-Bund KV Witten e. V.

Westfalenstraße 43 · 58453 Witten  
Tel. 0 23 02 / 91 08 80 · www.asb-en.de

## ›Back to Business‹

### Online-Seminar für den perfekten Wiedereinstieg nach der Elternzeit



© Foto: BEK/ISTOCK

Die Elternzeit nähert sich dem Ende, ein neuer Lebensabschnitt beginnt – voller Vorfreude und Erwartungen an die Rückkehr in das alte Leben mit Kolleginnen und Kollegen, voller Gedanken und Fragen, aber auch mit einer Menge Formalitäten und Neuerungen. »O ja, den jungen Müttern und Vätern stellen sich zahlreiche Fragen. Eine echte Herausforderung, die nicht unterschätzt werden sollte«, weiß Lisa-Sophie Kacher, Regionalgeschäftsführerin der BARMER in Hattingen.

Umso hilfreicher ist das BARMER Online-Seminar ›Back to Business‹. »Ganz genau«, betont Lisa-Sophie Kacher. »Der Kollege Markus Wystub informiert Sie über Ihre Ansprüche nach der Elternzeit, wann und wo Sie die richtigen Anträge für den Bezug von Kinderkrankengeld oder einer Haushaltshilfe stellen und wie Sie Ihre persönliche Work-Life-Balance halten – kostenfrei und ganz egal, wo Sie versichert sind! Sie müssen einfach untenstehenden Anmelde-Link anklicken oder den QR-Code scannen, den jeweiligen Seminar-Code eingeben, und schon erhalten Sie wenige Tage vor dem Termin die Zugangsdaten per E-Mail. An dem virtuellen Kurs können Sie dann ganz bequem von PC, Laptop, Tablet oder Smartphone teilnehmen – einfacher und informativer geht es wirklich nicht, versprochen!«

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



Nächste Termine  
Uhrzeit jeweils 17–18.30 Uhr  
26.04. (Code: ELTERNZEIT2604)  
09.05. (Code: ELTERNZEIT0905)  
30.06. (Code: ELTERNZEIT 3006)  
Anmeldung unter  
www.barmer.de/a006673

# ›Lift your voice!‹

## Einfach mal wieder gehört werden

›Lift your voice‹, zu deutsch: ›Erhebe deine Stimme‹ – unter diesem Motto läuft die diesjährige Kampagne zum World Voice Day. Seit 1999 wird der 16. April als Nationaltag der Stimme in Brasilien gefeiert, um der Öffentlichkeit den Wert einer starken, gesunden Stimme für Beruf und Freizeit nahezubringen. Seit 2002 ist das Datum offiziell und weltweit anerkannt.

Wann erheben wir unsere Stimme? Warum versagt sie uns manchmal ihren Dienst? Was beeinflusst unsere Stimmkraft, und wie können wir uns dieses Wissen zunutze machen? Antworten auf diese und ähnliche Fragen bekommen Interessierte am 8. April – aufgrund der Osterfeiertage bereits eine Woche vor dem World Voice Day – bei Stimmtrainerin Silvia Grünitz in Witten-Bommern. Von 17.00 bis 18.30 Uhr bietet die Expertin im Garten vor ihrer Praxis eine kostenfreie Open-Air-

Aktion mit Informationen und leichten Übungen an.

›Die Stimme zu erheben, ist nicht nur für Sängerinnen und Sänger wichtig‹, erklärt sie. ›Es geht auch darum, etwas wirklich deutlich sagen zu können – die eigene Meinung kundzutun. Sich in herausfordernden Situationen stimmlich durchzusetzen. Lauter zu werden, ohne dass Ihnen die Worte im Halse stecken bleiben. Bei einem Vortrag auch die hinterletzte Reihe gut zu erreichen.‹ Rund 30 Prozent der erwerbstätigen Bevölkerung sind in ihrem Job auf Stimmkraft angewiesen – von der Bedeutung für die Lebensqualität ganz zu schweigen. Daher ist es über den weltweiten Aktionstag hinaus sinnvoll, sich mit dem Thema zu beschäftigen, findet Silvia Grünitz. ›Viele Menschen kommen zu mir, weil sie einfach mal wieder gehört werden wollen. Wir filtern eine auf die jeweilige Person abgestimmte günstige Methode heraus wie etwa: eine stabile Körperhaltung einnehmen, den Bauch nicht einziehen, die Atmung fließen lassen, den Mund zu



© Foto: privat

Silvia Grünitz: »Die Stimme zu erheben, ist nicht nur für Sängerinnen und Sänger wichtig«

einem Trichter formen. All dies trainieren wir auch bei der Veranstaltung am 8. April.«

### Logopädie & Stimme Silvia Grünitz

Bodenborn 68 · 58452 Witten  
Tel. 0 23 02 / 1 78 27 47  
[www.logopaedie-und-stimme.de](http://www.logopaedie-und-stimme.de)

#### Termin Tipp:

Open-Air-Aktion zum World Voice Day  
08.04.22 · 17–18.30 Uhr

Logopädie & Stimme  
**Silvia Grünitz**

**Für Sie in Bommern!**

- Logopädie – Therapie von Sprach-, Sprech-, Schluck- und Stimmstörungen für jedes Alter, auch Hausbesuche
- Stimmtraining für Vielsprecher/innen
- Einzelcoaching und Workshops

Bodenborn 68 · 58452 Witten  
Tel. 02302-1782747  
[www.logopaedie-und-stimme.de](http://www.logopaedie-und-stimme.de)  
P kostenlose Parkplätze direkt vor der Praxis

**Chelonia**

Ihre freundliche Einrichtung für **betreutes Wohnen** in Witten

**! Aktuell freie Wohnungen zu vermieten !**

*aktiv bleiben  
sich wohl fühlen  
versorgt sein*



**02302  
580860**

**Chelonia Pflege GmbH**  
Wannen 144 · 58455 Witten  
E-Mail: [chelonia-bochum@t-online.de](mailto:chelonia-bochum@t-online.de) • [www.chelonia-online.de](http://www.chelonia-online.de)

Individuelle Beratung rund ums Hören im Fachgeschäft

Ihre persönlichen Hörberater in Witten



Marcel Jakobs  
Witten



Songül Yanik-Yarimbaz  
Witten



Daniela Börger  
Herbede



Andreas Kosch  
Herbede

Seit 40  
Jahren für  
Sie da!

**HÖRGERÄTE**

**STENEBERG**

Meisterbetrieb für Hörgeräteakustik  
in Witten und Herbede

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

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

[www.hoergeraete-steneberg.de](http://www.hoergeraete-steneberg.de)

## AWO Seniorenzentrum Witten

## Die zweijährige Fahrt in der Achterbahn

»So ›normal‹ wie heute haben wir schon lang nicht mehr beisammengesessen«, wirft Hava Kurtsahin, Wohnbereichsleiterin des Wohnbereichs 2 des AWO Seniorenzentrums in Witten, nachdenklich in die Runde. Gemeinsam mit Brigitte Arndt und Alexandra Bialluch, ebenfalls Wohnbereichsleiterinnen, und ihren Einrichtungsleiter\*innen Monika Pytlik und Michael Wolf nimmt sich das Team Zeit für eine gemeinsame Tasse Kaffee. Würden keine FFP2-Masken zum Einsatz kommen, so könnte man glauben, es sei ein ganz normaler Nachmittag unter Kollegen.

#### Wenn das ›Normal‹ zum ›stetig Neuen‹ wird

»Normal hat sich schon lang nicht mehr viel angefühlt während der täglichen Arbeit«, bestätigt Alexandra Bialluch. »Während der Corona-Zeit verändern sich die Rahmenbedingungen ständig, sodass wir stetig auf die neuen Vorzeichen reagieren und Veränderungen vornehmen. Das Normale ist also gewissermaßen dem stetig Neuen gewichen. Das fängt schon mit den Masken an. Die haben wir vor der Pandemie eigentlich nur in wenigen Fällen getragen, beispielsweise bei Wundbehandlungen. Heute begleiten sie uns ständig.« »Für uns hat sich die Welt am Muttertag 2020 plötzlich komplett verändert«, erinnert sich Brigitte Arndt. »Das Haus musste geschlossen werden, und mit gerade einmal drei Tagen Vorlauf war ein Hygienekonzept zu entwickeln und umzusetzen. Das ging alles Schlag auf Schlag inklusive schockierter Angehöriger und der damit verbundenen Notwendigkeit von Erklärungen der Situation, der Beruhigung der besorgten Menschen, aber auch einer ganzen Menge Frust, den wir eben bei allem Verständnis auch einzustecken hatten. Gerade an so einem Tag wie dem Muttertag gewinnt eine solche Situation natürlich zusätzlich an Tragik.«

#### »Unsere Bewohner brauchen uns«

Hava Kurtsahin berichtet: »In unserer Einrichtung in der Egge kam es mit Wucht. Es gab einen größeren Corona-Ausbruch. Das hat die Situation für uns natürlich auch emotional verändert. All das, was wir zunächst präventiv getan hatten, bekam nun eine noch viel erschreckendere Realität, in der uns nur blieb, ebenso sorgsam weiterzumachen und als Team zusammenzustehen. In unserem Beruf ist Aufgeben keine Option. Unsere Bewohner brauchen uns, ganz gleich, wie ernst die Lage ist! Und wenn es etwas Positives dabei gibt, dann die Erkenntnis, dass das allen Kolleg\*innen ohne Wenn und Aber klar war.« So organisierte das AWO-Team Videotelefonate und übernahm Tätigkeiten der Freizeitgestaltung für ihre Bewohner, die gewöhnlich die An-



von links: Michael Wolf (Einrichtungsleiter), Monika Pytlik (Einrichtungsleiterin), Hava Kurtsahin (Wohnbereichsleiterin), Brigitte Arndt (Wohnbereichsleiterin), Alexandra Bialluch (Wohnbereichsleiterin)

gehörigen organisieren. »Das sind natürlich Zusatzaufgaben zu den Zusatzaufgaben«, erklärt Alexandra Bialluch. »Wir hatten es nicht nur plötzlich mit einer Pandemie und den damit verbundenen Hygienemaßnahmen zu tun, sondern auch mit nachgelagerten Aufgaben, die aus den Vorsichtsmaßnahmen resultierten. Vor allem aber haben wir hier mit Menschen zu tun. Es ist wie in einer Familie: Es stellt sich einfach nicht die Frage, ob eine neue Aufgabe geplant ist oder in einer Stellenbeschreibung steht. Sie ist da, und sie wird um des Wohlergehens der Bewohner willen auch erledigt. Das ist, was unseren Beruf ausmacht.«

#### Auch Gutes zeigt sich in der Krise

»Das war schon eine zweijährige Fahrt in der Achterbahn«, resümiert Brigitte Arndt, »und sie ist ganz sicher noch nicht vorüber. Aber wir haben gelernt, mit diesen Unwägbarkeiten zu leben. Vieles ist auch im Pandemiemodus in eine Art Normalität übergegangen, und wir haben mehr Sicherheit im Umgang damit gewonnen. Dazu haben sowohl das Team als auch die Einrichtungsleiter beigetragen,

die uns stets unterstützten, wenn es neue Konzepte zu erdenken und umzusetzen gab, wenn Kollegen eine Auszeit oder einfach etwas Zuspruch brauchten. Diese Situation hat uns als Team zusätzlich zusammengeschweißt. Eine Kündigungswelle gab und gibt es nicht.« Das Gute der Krise mag sich also nicht von Anfang an gezeigt haben. Dennoch ist es, neben allen tragischen Begebenheiten, präsent. Das zeigen auch die Angehörigen der Bewohner\*innen, die inzwischen großes Verständnis für neue Maßnahmen zeigen und die Mitarbeitenden sogar mit Blumen und anderen Kleinigkeiten unterstützen. Dass man sich in Witten aber nicht so leicht unterkriegen lässt, das zeigt sich am allerbesten im humorvollen Zuruf einer Bewohnerin in Richtung der Kaffeetafel der Kolleginnen: »Ich find Maske toll! Da muss ich nicht immer die Zähne reinmachen!«

**AWO Seniorenzentrum Witten**

Egge 73-77 · 58453 Witten  
www.awo-ww.de

# STOM/IN Service

## STOM-IN-SERVICE BERNER GMBH SANITÄTSFACHHANDEL

Wir beraten, versorgen und begleiten Sie nach einer Stomaanlage oder Katheterableitung diskret und kompetent bei:

- Kolostomie
- Urostomie
- Ileostomie
- Blasendauerkatheter
- suprapubische Katheter
- Nierenfistelkatheter
- Einmalkatheterismus

Unsere kostenlose  
Servicenummer:  
**08 00 / 1 02 30 95**

Ladenöffnungszeiten:  
Montag bis Freitag 9–16 Uhr

### Unsere Kooperationspartner



Städtische Kliniken  
Dortmund



Knappschafts Krankenhaus  
Dortmund-Brackel

Seit 1993  
in Witten

### Stom-In-Service Berner GmbH Sanitätsfachhandel

Beratung bei Stoma- und Katheterversorgung  
Annenstraße 104 · 58453 Witten  
Tel. 0 23 02 / 96 39 40 · Fax 0 23 02 / 96 39 42

Mit unserer langjährigen Erfahrung  
stehen wir Ihnen kompetent zur Seite!

## 40 Jahre Altenzentrum St. Josef

Im Jahre 1960 wurde auf dem Gelände des ehemaligen ›Dickmannschen Hofes‹ der Grundstein für das Altenzentrum St. Josef gelegt. Seit der Eröffnung sind vierzig Jahre vergangen. Am 18. März feierten Mitarbeiter\*innen und Bewohner\*innen das runde Jubiläum mit Sekt, Musik und einer kleinen Reise in die Vergangenheit.



Bernadette Heiduk stößt mit Bewohnerinnen und Bewohnern auf das 40. Jubiläum an.

»Nach dem feierlichen Hochamt durch Pastor Friedrich Barkey und dem Sektempfang hat unser Geschäftsführer Gerhard Gras die Entwicklung von den Anfängen bis zum heutigen Tage im Rahmen einer Dia-Show veranschaulicht«, berichtet Heimleiter Michael John und Pflegedienstleiterin Bernadette Heiduk. Gegründet wurde das St. Josefshaus bereits 1896 als Armen- und Pflegehaus. Aus Platzmangel siedelte man 1960 vom ersten Standort an der Annenstraße in das modernere und größere Haus an der Robert-Koch-Straße um. Doch auch das neue Quartier reichte bald nicht mehr aus. 1978 erwarb der Verein St. Josefshaus e. V. daher die Grundstücke des vormaligen Bauernhofes ›Dickmannscher Hof‹ an der Stockumer Straße, und die Bauarbeiten konnten beginnen. Im März 1982 war es dann soweit: Der Schlüssel wurde übergeben, das neue Seniorenzentrum eingeweiht.

»Zum ersten Mal seit Ausbruch der Pandemie haben wir ein Festessen im großen Saal veranstaltet«, freuen sich Michael John und Bernadette Heiduk. Die Feier wurde durch den Pianisten Willi Farnung am Klavier begleitet. Zum Ausklang des besonderen Tages ging es zum Grillen in den Garten. Wer mochte, gönnte sich einen edlen Tropfen Wein oder ein kühles Blondes. »Nach der langen Coronazeit waren alle überglücklich, dass wir endlich wieder feiern und Geselligkeit genießen konnten«, sagen der Heimleiter und die Pflegedienstleiterin. »Aus diesem Anlass möchten wir uns bei allen Mitarbeiter\*innen ganz herzlich für die aufopfernde und große Leistung der vergangenen zwei Jahre bedanken: Vieles wurde ihnen abverlangt, was sie jedoch mit viel Geduld und Einsatzbereitschaft getragen haben!«



# evil eye

true  
sport  
eyewear

Made in  
Austria



Deine Sportbrille  
in deiner Sehstärke

evileye.com  
f. @evileye.eyewear

Optische Verfassungsmöglichkeit für alle evil eye  
Sportbrillenmodelle – perfekte Sicht bei jeder Sportart



Alte Bahnhofstraße 8  
44892 Bochum-Langendreer  
Tel. 02 34 / 96 29 15 00  
kontakt@brillenfabrik24.de



Alte Bahnhofstraße 196  
44892 Bochum-Langendreer  
Tel. 02 34 / 28 04 85

### Altenzentrum St. Josef

Stockumer Str. 65 · 58453 Witten · Tel. 0 23 02 / 66 50  
altenzentrum-st-josef.de

# Der Frühling ruft!

## Tagespflege am Mühlengraben läutet die warme Jahreszeit ein

Im Gemeinschaftsraum der Tagespflege am Mühlengraben entstehen schmuckvolle Tulpen aus Papier. Auf der Terrasse vergnügen sich Gäste bei einer Runde Freiluftgymnastik, und weiter draußen genießen Spaziergänger die Aussicht auf die Flusslandschaft. Nach dem langen Coronawinter ist die Einrichtung der Familien- und Krankenpflege jetzt ganz im Frühlingsmodus.



Rebecca Mensah gratuliert Hildegard Bergemann zum 101. Geburtstag.

### »Wir freuen uns, den Frühling zu begrüßen«

»Wir haben im September 2020 in der Hochphase der Pandemie eröffnet, sind also unter besonderen Herausforderungen an den Start gegangen«, berichtet Bereichsleiterin Rebecca Mensah. »Wir mussten unsere Öffnungszeiten einschränken und, um Mindestabstände einhalten zu können, mit zwei Gruppen arbeiten. Auch war es nicht immer leicht, den Gästen zu erklären, warum manche Angebote wie das Singen nicht stattfinden durften. Nun starten wir endlich wieder ins normale Tagesgeschehen und freuen uns, den Frühling zu begrüßen.«

### Kreativ, aktiv und praktisch

Die wichtigsten Infektionsschutzmaßnahmen gelten weiterhin, der Einlass ist nur für Geimpfte oder Genesene möglich. Bis zu 20 Seniorinnen und Senioren werden werktags von 8 bis 15.30 Uhr am Mühlengraben betreut und mit Frühstück, Mittagessen so-



Lesestunde: Delia Meyers (Betreuerin) und Annemarie Sbrisny (Gast)

wie Kaffee und Kuchen versorgt. »Die Mahlzeiten werden von unserer Köchin nach den Wünschen unserer Gäste frisch zubereitet«, erzählt Rebecca Mensah. »Außerdem stellen wir täglich fünf verschiedene Einzel- und Gruppenangebote zur Wahl.« Das Programm reicht von kreativen Beschäftigungen wie Basteln oder Malen über Gymnastik bis hin zu Musik und Tanz. »Gerne widmen wir uns auch praktischen Dingen, die zu Hause im Alltag helfen. So trainieren wir die Nutzung von Gehstock, Rollator oder Rollstuhl.« Beliebt ist alles, was an der frischen Luft passiert. »Sobald die Sonne rauskommt, verlegen wir viele Aktivitäten nach draußen.«



Betreuungsfachkraft Simone Schneider und Gast Hans-Dieter Engel genießen den Aussichtspunkt am Mühlengraben.

### Die Schönheit der Natur genießen

Auf den beiden Wildblumenwiesen zeigen sich bereits die ersten bunten Knospen. Und auch das Hochbeet wird bald wieder bepflanzt. Wer möchte, kann mitmachen – oder einfach die Schönheit der Natur genießen. »Es heißt zwar oft, dass ältere Menschen gerne das tun, was sie von früher kennen – aber wer sein Leben lang im Garten gearbeitet hat, ist oft froh, wenn er sich zurücklehnen und zuschauen kann«, weiß Rebecca Mensah. »Natürlich haben wir auch Gäste, die sich aktiv einbringen. Eine unserer Damen liebt es, Blumensträuße für ihren Mann zu pflücken. Jeder ist anders gestrickt. Wir orientieren uns an der Biografie und individuellen Vorlieben.«

### Offene Termine für Senioren und Angehörige

07.04. · 10.30–12 Uhr · Café Atempause ·

Frühstück für pflegende Angehörige

Teilnahme nach Anmeldung · kostenfrei

19.04. · 16.30–18 Uhr · musikalische Weltreise



Vom Gemeinschaftsraum sieht man den Leuchtturm.

### Frühlingshafte Begegnungen

Die Vorfreude auf die warme Jahreszeit ist jedoch allen gemein. Am 21. März wurden im Haus die Frühlingswochen eingeläutet. »Wir servieren leichte Gerichte mit saisonalem Obst und Gemüse, erraten Vogelstimmen, beschäftigen uns mit Pflanzenkunde und basteln Frühlingsdeko«, so Rebecca Mensah. Sie betont: »Die Tagespflege dient nicht nur dazu, pflegebedürftige Menschen fachgerecht zu betreuen, sie ist auch ein Ort der Begegnung mit viel Abwechslung. Einige unserer Stammgäste sind sogar noch richtig fit – sie kommen wegen der sozialen Kontakte. So haben sich manche alten Freunde bei uns wieder getroffen.«

Sowohl in der Einrichtung am Mühlengraben als auch in der Tagespflege im Wullen sind noch Plätze frei. Abhängig vom Pflegegrad gibt es Zuschüsse durch die Pflegekasse. Dazu berät das Team der FuK.

### Familien- und Krankenpflege – Tagespflege gGmbH Tagespflege Am Mühlengraben

Wetterstr. 8 · 58453 Witten

Tel. 0 23 02 / 7 07 00-11

fuk-tpwitten@versanet.de

www.familien-krankenpflege-witten.de

# Endlich wieder Sport!

»EMS-Training mit Personal Coach ist das Beste, um nach längerer Pause wieder aktiv einzusteigen – sowohl gesundheitlich als auch motivationstechnisch«

Und, wie ist es um Ihre Fitness bestellt? Nicht so gut? Dann gehören Sie vielleicht zu den 30 Prozent der Deutschen, die ihre sportlichen Aktivitäten coronabedingt zurückgeschraubt haben – sei es, weil sie im Homeoffice den Dreh nicht mehr kriegen oder das Fitnessstudio aus Angst vor Ansteckung meiden. Die un schönen Folgen lassen nicht lange auf sich warten.



© Foto: terra sports GmbH

»Im Moment haben wir großen Zulauf von Menschen, die zwei Jahre nichts gemacht haben und jetzt unter Beschwerden wie Rückenschmerzen leiden«, berichtet Alexa Halt, Filialleiterin von terra sports in der Wittener Innenstadt. Sie hat aber auch gute Nachrichten: »EMS-Training mit Personal Coach ist das Beste, um nach längerer Pause wieder aktiv einzusteigen – sowohl gesundheitlich als auch motivations-technisch.« Anders als ein klassisches

Krafttraining an Geräten spricht die »Elektro-Muskel-Stimulation« auch die schwer erreichbare Tiefenmuskulatur an. »Da keine zusätzlichen Gewichte Muskeln und Gelenke belasten, kann man sich nicht verletzen. Der Effekt kommt allein durch Körperspannung und den elektrischen Impuls zustande.«

Wer einmal wöchentlich für 20 Minuten die Elektroden anlegt, kann innerhalb kürzester Zeit spürbare Erfolge erzielen. Das gilt auch bei Erkrankungen des Bewe-

gungsapparates wie Wirbelsäulenverschleiß, Bandscheibenvorfall oder Arthrose. »Wir passen die Intensität individuell an, vom Leistungssportler bis zum Rollstuhlfahrer«, so die Cheftrainerin.

Gute Noten werden terra sports übrigens auch von Stiftung Warentest bescheinigt: 2020 wurde die Kette beim Vergleich verschiedener EMS-Anbieter zum Testsieger gekürt. In Sachen Infektionsschutz geht das Studio ebenfalls mit gutem Beispiel voran. »Wir lüften und desinfizieren ständig«, verspricht Alexa Halt. »Und, was auch viel wert ist: Maximal zwei Personen trainieren parallel.«

**terra sports GmbH**  
 Heilenstraße 3 · 58452 Witten  
 Öffnungszeiten:  
 Mo. bis Fr. 9–20 Uhr; Sa.: 10–16 Uhr  
 oder nach Vereinbarung  
 Tel. 0 23 02 / 1 71 53 28  
[www.terra-sports.de](http://www.terra-sports.de)



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

KONTAKTIEREN SIE UNS,  
 WIR KOMMEN AUCH ZU IHNEN.

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

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



TERMINE NACH VEREINBARUNG,  
 WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Miteinander und nicht allein - Selbstbestimmt im Alter

Neue Angebote für Senioren



Tagespflege Am Mühlengraben



Tagespflege Wullener Feld

70 700 11

Familien- und Krankenpflege  
Tagespflege gGmbH



www.familien-krankenpflege-witten.de



Gefördert vom  
 Ministerium für Arbeit,  
 Gesundheit und Soziales  
 des Landes Nordrhein-Westfalen



# »Hier ist für wirklich jeden etwas dabei«

## Um die Wette schwimmen, radeln und laufen beim Witten Triathlon

Adrenalinjunkies, Profi-Athlet\*innen und Hobbysportler\*innen können aufatmen: Nach den Absagen 2020 und 2021 stehen beim PV Triathlon TG Witten die Zeichen in diesem Jahr wieder auf Grün für das sportlichste Ereignis in Witten, den stadteigenen Witten Triathlon. Am 21. und 22. Mai 2022 darf das ganze Wochenende auf dem Gelände von Ostermann geschwommen, geradelt und gelaufen werden.

© Foto: PV Triathlon TG Witten



### Mobiles Schwimmbecken

»Eigens für die Veranstaltung wird ein mobiles Schwimmbecken mit einer Länge von 25 Metern aufgebaut«, berichtet Stefan Cohaupt (Presseabteilung). »Hier werden bereits am Samstag im Rahmen des TEAM Schwimmens die ersten Wettkämpfe ausgetragen: In einem Team von vier bis sechs Personen wird als Familienstaffel, Firmenstaffel, Vereinsstaffel oder als offene Staffel eine Stunde lang versucht, so viele Bahnen wie nur möglich zu schwimmen.«

### Unterschiedliche Distanzen

Am Sonntag sind dann alle Disziplinen gefragt. Die Rad- und Laufstrecken führen auf einem Rundkurs über und um das Ostermann-Gelände herum. Vom Schnuppertriathlon über den Schüler- und Staffeltiathlon bis hin zum Jedermanntriathlon über 500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Rad und 5 Kilometer Laufen gibt es wieder viele unterschiedliche Distanzen. »Hier ist für wirklich jeden etwas dabei«, versichert Stefan Cohaupt. Die kürzeren Strecken eignen sich besonders für Einsteiger\*innen, für die in diesem Jahr wieder das Projekt ›Von Null auf Triathlon‹ angeboten wird, um sich auf die sportlichen Herausforderungen vorzubereiten.

© Foto: PV Triathlon TG Witten



© Foto: PV Triathlon TG Witten

**Witten Triathlon · 21./22.05.**  
 Ostermann-Gelände  
 Anmeldung · [www.t-t-w.de](http://www.t-t-w.de)

### Beweglich bleiben – ein Leben lang!



**ERGOTHERAPIE**

- Ergotherapie bei Kindern und Erwachsenen
- Neurofeedback
- Haus- und Heimbefuche

**WEITERE SCHWERPUNKTE:**

- Handtherapie
- Schmerztherapie
- Schwindeltherapie
- Stochastische Resonanztherapie
- Hirnleistungstraining
- Motodiagnostik-/therapie bei sensorischen Integrationsstörungen

**EINZIGARTIG IN WITTEN**

### Roboter- und apparativgestützte Therapie

bei neurologischen und orthopädischen Erkrankungen



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






KÜCHEN  
MÖBEL  
SCHREINEREI



Küchenschmiede Link  
Mirko Link

IHR KÜCHENSPEZIALIST  
IM RUHRGEBIET



Wir realisieren  
Ihre Küchenträume  
von der Planung  
bis zur Montage

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

IHRE KÜCHE ALS WOHLFÜHL-OASE!



© Foto: Printemps - stock.adobe.com

## Lecker, bunt und vielseitig: Linsen

Hülsenzwerge sind wahre Genussgiganten

›Die Guten ins Töpfchen, die Schlechten ins Kröpfchen ...‹ Wer kennt nicht den legendären Satz aus dem Märchen Aschenputtel der Brüder Grimm?! Ja, Linsen spielen schon lange Zeit eine große Rolle im kulinarischen Leben, galten sie doch im Mittelalter auch als ›Kaviar des armen Mannes‹. Wobei der Begriff Kaviar definitiv zeigt, dass die kleinen, günstigen Hülsenfrüchtchen durchaus wertgeschätzt wurden. Allerdings kannte man sie hierzulande hauptsächlich zubereitet als unsere heiß geliebte Linsensuppe.

Dies ist in anderen Ländern und Regionen nicht der Fall. So stellen in Frankreich beispielsweise geschmorte Wachteln auf einem Linsengemüse eine absolute Delikatesse dar. In Indien ist ein pikantes Curry mit Linsen ein geschätzter Klassiker, und im Orient formt man aus gekochten Linsen würzige Bällchen, die dann frittiert werden. In manchen Regionen Italiens ist es sogar Tradition, Silvester nach Mitternacht ein Linsengericht mit gekochten Schweinefüßen zu schlemmen. Das soll Glück und vor allem Geld bringen im neuen Jahr. Linsen sind also definitiv alles andere als gewöhnlich!

Vor allem in Zeiten zunehmend beliebter vegetarischer und veganer Rezeptideen hat die kleine Hülsenfrucht noch einmal einen riesigen Schritt in den Zutaten-Charts durchgezogen, bietet sie doch eine wunderbare Alternative zu Fleisch: proteinreich mit ausgesprochen vielen Ballaststoffen. Sie sättigt dadurch besonders

gut und nachhaltig und ist alles andere als ein Dickmacher. Ganz im Gegenteil: Linsen verfügen gleich über drei Nährstoffe, die als Fatburner gelten: Cholin (ein B-Vitamin), Eiweiß und Magnesium. Feststeht: Linsen senken nachweislich einen erhöhten Cholesterinspiegel und schützen damit Herz und Kreislauf vor Erkrankungen.

Interessant ist es, wie viele unterschiedliche Sorten es gibt. In unserer Region waren es hauptsächlich braune Linsen, die in der traditionellen Hausmannskost eine große Rolle spielten. Die winzigen Beluga-Linsen toppen insbesondere durch ein mildes, leicht nussiges Aroma, und die rot-braunen Berglinsen verfügen im Gegensatz zu der mehlig Konsistenz der ›Kollegen‹ über eine ›fest-kochende‹ Substanz – die perfekte Voraussetzung für die Verwertung von vegetarischen Bratlingen und Aufläufen. Die kleinen, feinen Champagnerlinsen kommen – nomen est omen – aus der französischen Champagne und werden dort vor allem

Küchenschmiede Link

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

gern für Salate genutzt. Auch die grün-schwarz gesprenkelte, bissfeste Puy-Linse stammt aus Frankreich. Allerdings ist der Begriff ›Puy-Linse‹ eine geschützte Ursprungsbezeichnung, die nur für Gemüse aus ausgewählten Kommunen um Le Puy verwendet werden darf. Aus anderen Regionen werden sie grüne Linsen genannt. Gelbe und rote Linsen werden hingegen vorrangig in der indischen und orientalischen Küche verwendet für Curry und Co.



Vegane Bolognese: herrlich herzhaft und zart zugleich

### Linsen-Bolognese

Zutaten für vier Portionen

250 g rote oder braune Linsen  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
1 Karotte  
1 Stange Staudensellerie  
5 Champignons  
1 EL Olivenöl  
1 Dose gehackte Tomaten  
1 EL Tomatenmark  
200 ml Gemüsebouillon  
Salz, Pfeffer und Chili nach Geschmack  
Optional: Basilikum oder Petersilie zum Garnieren  
250 g Spaghetti  
1 EL Salz  
Optional: Veganer Parmesan zum Garnieren

Den fein gehackten Knoblauch und die klein geschnittene Zwiebel im Öl in einer Pfanne glasig anbraten. In der Zwischenzeit Sellerie und Champignons in kleine Stücke schneiden und die Karotte mit einer Reibe fein reiben. Das Gemüse in die Pfanne geben und etwa 2 Minuten mit anbraten. Nun das Tomatenmark mit der Bouillon verrühren und ebenfalls hinzufügen. Zuletzt die Linsen und die Gewürze unter die Sauce heben und alles gut verrühren. Die Bolognese etwa 15 Minuten bei mittlerer Hitze zugedeckt köcheln lassen, gegebenenfalls etwas Wasser hinzugeben und bei Bedarf nachwürzen. Die Linsen-Bolognese ist fertig, wenn sie ange dickt ist und die Linsen weich sind. Die Nudeln nach Packungsanweisung in gesalzenem Wasser kochen, zusammen

mit der Soße anrichten und mit frischen Kräutern und veganem Käse garnieren.



In Indien hat Linsen-Curry eine lange Schmaus-Kultur.

### Indisches Linsen-Curry

Zutaten für vier Personen

250 g rote Linsen  
1 Bund Lauchzwiebeln  
3 Zehen Knoblauch  
3 rote Chilischoten  
1 rote Paprikaschote  
2 EL Butterschmalz  
1 TL Gewürzmischung Garam Masala  
1 TL Kurkuma  
1 TL gemahlener Kreuzkümmel  
200 g Joghurt  
1 Prise Salz  
Frisch gemahlener Pfeffer

Die Linsen waschen und verlesen, in einen halben Liter Wasser aufkochen, salzen und pfeffern. Zugedeckt ca. zehn Minuten nicht zu weich (!) kochen. Lauchzwiebeln abbrausen, putzen und in feine, schräge Ringe schneiden. Knoblauch abziehen und klein würfeln. Die Chilischoten entkernen, abbrausen und in hauchdünne Streifen schneiden. Die Paprika putzen, abbrausen, halbieren und in feine Streifen kappen. Butterschmalz in einem Wok oder einer hochwandigen Pfanne erhitzen. Lauchzwiebeln, Paprika, Knoblauch und Chili unterrühren, zwei Minuten braten. Dann Garam Masala, Kurkuma und Kreuzkümmel einstreuen, kurz anschwitzen und die Linsen samt der Flüssigkeit hinzugeben. Alles verrühren und kurz erhitzen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Vom Herd nehmen, den Joghurt darüber geben und heiß servieren

### Linsenbratlinge

Zutaten für vier Personen

100 g rote Linsen  
1 Zwiebel  
25 g Lauch  
1 cm Ingwer  
2 EL Rapsöl  
2 EL Maisstärke  
1/2 TL Currypulver  
Salz, Pfeffer, Chilipulver  
25 g tiefgekühlte Erbsen  
Frische Petersilie

Bahnhofstraße 33, 58452 Witten  
Tel. 02302/2051665  
www.genussgalerie-hafer.de



DIE GENUSSGALERIE EMPFIEHLT:

## Frühling für die Sinne

Ganz neue Lusterlebnisse für Gaumen, Nase und Augen finden Sie jetzt bei uns. Ausgefallene Wohnaccessoires, außergewöhnliche Gewürze, besondere Saucen und Senfspezialitäten und dazu den perfekten Wein, Gin, Rum oder Whisky! Unsere aktuellen Tastings finden Sie auf unserer Webseite.



Fragen Sie uns –  
Wir beraten Sie gern!

Jetzt auch mit Online-Shop:  
[shop.genussgalerie-hafer.de](http://shop.genussgalerie-hafer.de)

EDLE SCHOKOLADEN & TRÜFFEL  
PASTA PESTO SUGO-FEINKOST  
AUSGEWÄHLTE WEINE GRAPPE &  
OBSTBRÄNDE SINGLE MALT WHISKY  
EXKLUSIVE AUSWAHL AN LOSEN  
DESTILLATIONEN ESSIG UND ÖL  
PRÄSENT-IDEEN  
GENUSSMOMENTE LEBENSFREUDE



Auch Brätlinge lassen sich mit den Hülsenfrüchten brutzeln.

Linsen waschen und ca. 15 Minuten in Wasser kochen. Zwiebel in kleine Würfel schneiden, den Lauch in dünne Ringe. Beides in einer Pfanne mit Öl zart anbraten. Die gekochten Linsen, den fein geraspelten Ingwer, Maisstärke und Currypulver hinzugeben, die Masse würzen und gut verkneten und ganz zum Schluss mit Erbsen – damit diese nicht zerdrückt werden – und Petersilie vermengen. Aus dem Teig mehrere »Laibchen« formen und diese von beiden Seiten kurz in etwas Öl anbraten. Dazu schmeckt hervorragend ein Dip aus Joghurt und Knoblauch mit einem Hauch Zitrone.

**Linsensalat**

Zutaten für vier Personen

- 250 g grüne Linsen oder andere festkochende Linsen
- 1 rote Spitzpaprika

- 1 grüne Spitzpaprika
- 2 Frühlingszwiebeln
- 1 Stange Sellerie
- 1 Stück Salatgurke, ca. 15 cm
- 5 Stiele glatte Petersilie
- 3 Stiele Dill
- 1 TL Kurkuma, gemahlen
- 1/2 TL Kreuzkümmel gemahlen (zum Kochen)
- 1/2 TL Kreuzkümmel gemahlen (für den Salat)
- 2 EL Granatapfelmelasse (Nar Ekşisi)
- 2 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- 1 EL Weißweinessig
- 4 EL Olivenöl
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Salz

Die Linsen in ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und nach kleinen Steinchen absuchen. Anschließend in einem Topf mit ca. 1.200 ml Wasser, Salz, Kurkuma und Kreuzkümmel erhitzen und zum Kochen bringen. Sollte sehr viel Schaum auftreten, mit einem Löffel abschöpfen. Die geschälte Möhre im Ganzen mit in den Topf legen und die Linsen für 25–30 Minuten kochen. Paprika entkernen und in feine Streifen schneiden, den Sellerie und die entkernte Gurke ebenfalls würfeln. Sind die Linsen

gar, werden sie abgeseibt, mit kaltem Wasser abgeschreckt und beiseitegestellt, bis sie abgekühlt sind. Die gekochte Möhre wird längs in ca. 5mm breite Scheiben zerteilt, diese dann wiederum in Streifen und quer in Würfel geschnitten. Die Gemüsewürfel zusammen mit den Linsen in eine Salatschüssel geben. Die Frühlingszwiebeln halbieren und in feine Ringe schneiden und mit den fein gehackten Zwiebeln hinzufügen. Zitronensaft und Essig zusammen mit 1/2 TL Salz verrühren und pfeffern. Nun die Granatapfelmelasse (Nar Ekşisi) unterrühren. Mit einem Schneebesen das Olivenöl einrühren, bis eine sämige Vinaigrette entsteht. Diese noch mit 1/4 TL gemahlenem Kreuzkümmel würzen und vorsichtig unter den Linsensalat mischen. Den Salat für ca. zwei Stunden kaltstellen, am besten sogar über Nacht.



Eine runde Sache: Linsensalat!

**RISTORANTE**  
*Isola Bella*  
Ital. Spezialitäten-Restaurant

**Unsere Öffnungszeiten**  
Di.–So. 12–14.30 Uhr und 18–23 Uhr  
Mo. Ruhetag

Hauptstr. 12 • 58452 Witten • Telefon (0 23 02) 6 84 85

**Linsenlegenden**

Schon in der Bibel werden Linsen erwähnt, und zwar im Buch Genesis. Dort wird geschildert, wie Esau sein Erstgeburtsrecht für ein Linsengericht an seinen jüngeren Bruder Jakob verkauft: »Da gab ihm Jakob Brot und das Linsengericht, und er aß und trank und stand auf und ging davon. So verachtete Esau seine Erstgeburt.« (Genesis 25,29-34 Lut)

Auch Albert Lortzing griff die Linsenlegende in seinem Singspiel »Der Waffenschmied« (1846) humoristisch auf:

Die Dummheit bietet selten Zinsen,  
sonst leistete ja Esau nicht  
für einen Teller dicker Linsen  
auf seine Erstgeburt Verzicht.



Hausgemachtes Eis • Torten, Crêpes & Waffeln • Bruschetta • Frühstück

*Simonetti*

58452 Witten • Ruhrstraße 20 • Tel. 02302 / 54378

Sebo's Dorfkrug

11:30–14:30 Uhr wechselnder  
**MITTAGSTISCH**  
in Sebo's Café in der City  
Menü: [www.sebos-witten.de](http://www.sebos-witten.de)

**Herzlich willkommen in Sebo's Dorfkrug!**  
Moderne gutbürgerliche Küche, Kaffee und Kuchen, tolle Weine, frisch gezapfte Biere und edle Digestive aus dem Schwarzwald ...  
*... genießen, entspannen, feiern!*

**Öffnungszeiten:** Mi–Do: 17–23 Uhr • Fr: 17–00 Uhr  
Sa: 10–00 Uhr (10–13 Uhr gr. Frühstücksbuffet) • So: 12–22 Uhr

Dorfstraße 11 • 58455 Witten • Tel. 0 23 02 / 1 85 34 85  
[www.sebos-dorfkrug.de](http://www.sebos-dorfkrug.de) • Besucht uns bei

# Dem Tiger auf der Spur

Sind Sie mutig, frech und unbezähmbar? Übernehmen Sie gerne Führungsaufgaben und haben kein Problem damit, wenn das Rampenlicht auf Sie gerichtet ist? Dann stehen Sie vielleicht wie meine Kollegin Antje Dittrich unter dem Einfluss des Tigers!

Während wir hier in Europa immer vom 31. Dezember auf den 1. Januar Silvester feiern, beginnt der chinesische Mondkalender jedes Jahr an einem anderen Datum. Zuletzt war es in der Nacht zum 1. Februar 2022 wieder soweit: An diesem Tag wurde in China und vielen anderen asiatischen Ländern das neue Jahr begrüßt. Dem Volksglauben nach wird jedes Mondjahr von einem der zwölf chinesischen Tierkreiszeichen beherrscht. 2022 ist (wieder) das Jahr des Tigers. Was es damit auf sich hat?

Tiger-Menschen, so will es die Legende, weisen naturgemäß viele starke Eigenschaften auf. Dazu gehören Unerschrockenheit, Konkurrenzfähigkeit, Energie und Tatendrang. Gleichzeitig wird ihnen ein gewisser Hang zur Selbstdarstellung, Unberechenbarkeit und Risikobereitschaft nachgesagt. Sie lieben Herausforderungen und übernehmen gerne das Kommando. In zwischenmenschlichen Beziehungen mangelt es ihnen zuweilen an Romantik. Dafür sind sie in der Lage, das Böse fortzujagen.

Falls diese Beschreibung auf Sie zutrifft, wurden Sie wahrscheinlich in den Jahren 1938, 1950, 1962, 1974, 1986, 1998 oder 2010 geboren, denn diese standen ebenfalls im Zeichen der majestätischen Raubkatze. Es ist logisch: Bei zwölf Tieren muss sich jedes Sternzeichen alle zwölf Jahre wiederholen. 2022 kommt in der chinesischen Astrologie zusätzlich das Element des Wassers hinzu. Wasser-Tiger bringen traditionell ein starkes Selbstwertgefühl mit. Sie sind weise, intelligent, lernfähig, flexibel und manchmal auch ein wenig unbeständig. Berühmt-berüchtigte Tiger-Persönlichkeiten sind – neben meiner Kollegin Antje Dittrich – übrigens Ludwig van Beethoven, Leonardo DiCaprio und Lady Gaga. Na, wenn das keine gute Gesellschaft ist!



In Asien wurde das neue Jahr am 1. Februar 2022 begrüßt. Die Feiertlichkeiten endeten mit dem Laternenfest am 15. Februar.

Natürlich habe ich mein eigenes Tierkreiszeichen ebenfalls recherchiert: Ich bin ein Gold-Hahn: entschlossen, beharrlich, fleißig, loyal und immer vergnügt. Na, das passt doch wie die Faust aufs Auge! Aber halt, Moment mal: Hähne sollen bisweilen eitel und prahlerisch sein? Sie trachten nach Aufmerksamkeit und verärgern die Menschen um sie herum? Also nee, da muss eine Verwechslung vorliegen ...

Bleiben wir lieber beim Tiger, denn der regiert jetzt erst mal bis zum 21. Januar 2023. Danach beginnt dann das Jahr des Hasen, und das ist auch ganz interessant ...



Herrscher des Jahres 2022: der Wasser-Tiger

© Foto: Pixabay / andibreit



SENIORENHAUS  
WITTEN-STOCKUM

*Zuhause - hier bei uns.*

**Wir bieten Ihnen Kurzzeitpflege und Vollstationäre Pflege.**

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

WWW.SENIORENHAUS-WITTEN-STOCKUM.DE

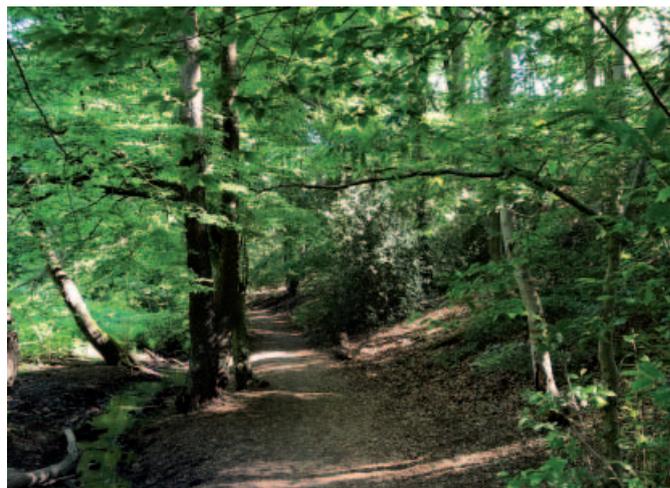
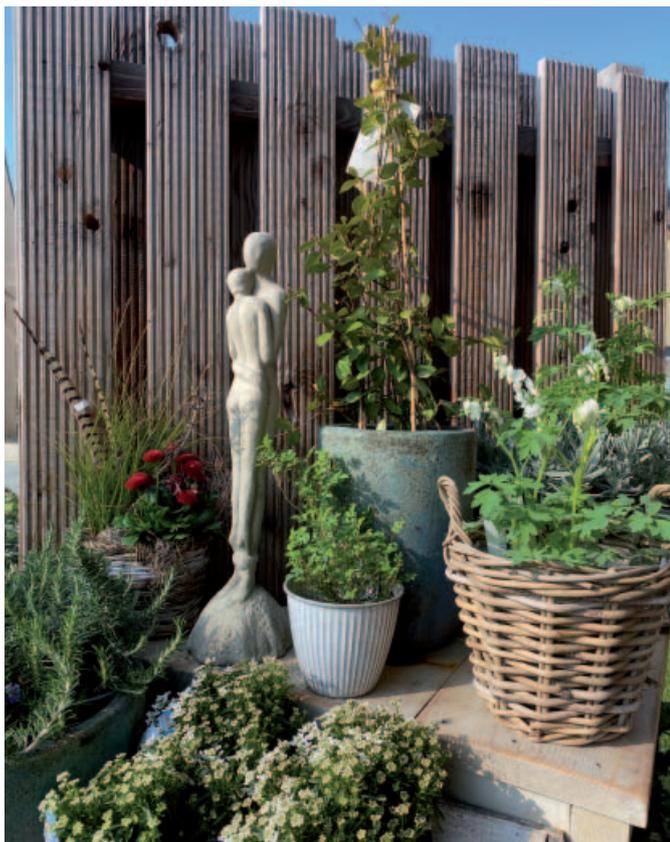
# IN WITTEN LEBEN, BEI UNS *wohnen!*



Sprechen Sie uns an!

[www.sgw-witten.de](http://www.sgw-witten.de)  
[www.witten-sued.de](http://www.witten-sued.de)  
[www.wwo-witten.de](http://www.wwo-witten.de)  
[www.saw.nrw](http://www.saw.nrw)

Tel. 0 23 02 9 10 70-0  
Tel. 0 23 02 9 14 80-0  
Tel. 0 23 02 9 33 68-0  
Tel. 0 23 02 9 12 53-0



## Eins mit der Natur

### Öko-Marke ›Naturzeitbestattung‹ fördert Nachhaltigkeit bis zuletzt

Ein möglichst nachhaltiges Leben im Einklang mit der Natur wird derzeit großgeschrieben. Doch der finale Fußabdruck, den wir auf diesem Planeten hinterlassen, ist oft alles andere als grün. Das wollen die Bestatter Beate und Jörg Rumberg ändern – mit ihrer neuen Öko-Marke ›Naturzeitbestattung‹.

»Der Trend geht immer mehr Richtung Feuerbestattung«, berichten die beiden. »Was viele Menschen jedoch nicht wissen: Diese Form der Beisetzung ist eine ökologische Katastrophe. Das beginnt schon damit, dass bei der Kremation rund 100 Liter fossile Brennstoffe verbraucht werden. Die von Schadstoffen belasteten Filter müssen endgelagert werden. Zusätzlich zur Urne ist immer auch ein Sarg nötig. Bei zwei Überführungen entstehen mehr Emissionen.«

Selbstverständlich führt das Unternehmen Urnenbeisetzungen auch weiterhin durch. Als Mitglied der ›Grünen Linie‹ engagieren sich Rumbergs jedoch zudem für Umwelt- und Klimaschutz. Mit der ›Naturzeitbestattung‹ wollen sie den Nachhaltigkeitsgedanken noch stärker nach vorne bringen und Erdbestattungen im Sarg forcieren. »Ein wichtiger Ort für Mensch und Tier sind ökologisch bepflanzte Friedhöfe mit Stauden, bienenfreundlichen Blumen und schattenspendenden Bäumen.«

Die Auswahl des Sarges ist ebenso von Bedeutung. Neben Produkten von regionalen Betrieben empfiehlt sich eine besonders ökologische Lösung, die den Boden bereichert, statt ihn zu verschmutzen. »Der neue Loop-Sarg besteht komplett aus Holzspänen und Pilzgeflecht«, erklärt Beate Rumberg. »Im feuchten Untergrund wächst der Pilz weiter, wodurch der menschliche Körper schneller vergeht und sich mit dem Erdreich verbindet. Man wird eins mit der Natur. Zudem werden der Erde Nährstoffe zurückgegeben, was dem Erhalt des ganzen Ökosystems dient.« Interessenten können sich bei einem persönlichen Termin informieren oder den Bio-Sarg beim Öko-Markt in der Zeche Nachtigall am 18. September anschauen.

## Zwei Jahre ZeitRaum

### Kleine Feier am ›neuen‹ Standort geplant

Ist es wirklich schon zwei Jahre her, dass Beate Rumberg mit ihrem Blumenfachgeschäft ›ZeitRaum‹ aus der Meesmannstraße an die Vormholzer Straße zog? Ein bisschen kommt es uns so vor, als wäre es erst gestern gewesen, was auch vielleicht damit zusammenhängt, dass eine offizielle Einweihungsfeier bis heute aussteht.

»Mitten im ersten Lockdown war eine feierliche Eröffnung natürlich nicht angesagt«, erzählt die Floristin. »Dies möchten wir jetzt mit einem Tag der offenen Tür zum zweiten Geburtstag am 8. April nachholen – im Rahmen der aktuellen Möglichkeiten.« Das historische rote Backsteinhaus und der dazugehörige Innenhof am Rande der Herbeder Innenstadt bieten reichlich Platz zum gemütlichen Beisammensein und Bummeln zwischen bunten Blütenträumen. Da im Gebäude allerdings weiterhin Maskenpflicht gilt, werden die Feierlichkeiten, die während der normalen Öffnungszeiten stattfinden, weitestgehend nach draußen verlagert. »Gerne möchten wir unseren Gästen einen Kaffee und eine Waffel oder ein gegrilltes Würstchen auf die Hand anbieten«, so Beate Rumberg. »Wir müssen nun einfach abwarten, was bis dahin machbar und vernünftig ist.«

#### ZeitRaum Floristik

Vormholzer Straße 9a · 58456 Witten  
Tel. 0 23 02 / 9 70 42  
zeitraum.nrw

Tag der offenen Tür  
08.04. · 9–18 Uhr

#### Bestattungen Rumberg

Kattenjagd 37 · 58456 Witten · Tel. 0 23 02 / 9 70 40  
bestattungen-rumberg.de

seit 1913

## Bestattungen Bohnet

Universitätsstraße 2 · 58455 Witten  
Tel. 02302-57828 · Fax. 02302-57847

Erledigung aller Formalitäten • Überführung In- und Ausland  
Tag und Nacht dienstbereit • Erd-, Feuer- und Seebestattungen



Grabmale  
Individuelles aus Naturstein

# WIEGOLD

Jutta & Jochen Wiegold GbR  
Steinmetz- Steinbildhauermeister

Wullener Feld 42  
58454 Witten

Tel. (0 23 02) 8 09 34  
Fax (0 23 02) 80 05 23

WWW.GRABMALE-WIEGOLD.DE

Grabmale · Findlinge · Arbeitsplatten · Fensterbänke  
Natursteinarbeiten für Innen und Außen · Skulpturen ...



## KÖNIG Bestattungshaus

Seit über 40 Jahren

- Erledigung aller Formalitäten
- Bestattung auf allen Friedhöfen
- Bestattungsvorsorge
- Auf Wunsch Hausbesuch

Wir begleiten Sie.

Tag und Nacht erreichbar:  
02302 56615

Crengeldanzstraße 34  
58455 Witten  
koenig-bestattungshaus.de

### Termintipp

## Die Dichterstunde: William Butler Yeats

*Hätte ich des Himmels gestickte Gewänder,  
durchwirkt mit goldenem und silbernem Licht,  
die blauen und matten und dunklen Gewänder  
der Nacht und des Lichts und des Halblichts,  
ich breitete die Gewänder unter deine Füße.  
Doch ich bin arm und habe nur meine Träume,  
ich habe meine Träume gebreitet unter deine  
Füße, tritt sanft, du trittst auf meine Träume.*

Aus dem Gedicht: ›Der Dichter wünscht sich  
die Gewänder des Himmels‹

Die VHS-Dichterstunde am 13. Mai verspricht wahrlich facettenreiche Einblicke in ein extrem farbenfrohes Leben. William Butler Yeats (1865 in Dublin / Irland; gest. 1939 in Menton/Frankreich) war nicht nur ein Pionier der irischen Dramatiker, er war auch Lyriker, Essayist und Autobiograph sowie der erste irische Nobelpreisträger für Literatur im Jahr 1923. Zudem war der Poet Förderer der irischen Renaissance und schloss sich zeitweise einer revolutionären politischen Bewegung an. 1899 gründete er gemeinsam mit Lady Gregory und Edward Martyn das ›Irish Literary Theatre‹. Aus diesem Projekt ging 1904 das ›Abbey Theatre‹, das irische Nationaltheater, hervor.



William Butler Yeats im Jahr 1903 portraitiert von Alice Broughton

Yeats war einige Zeit später für zwei Amtsperioden Senator. Als Schriftsteller ließ er sich von alten irischen Vorbildern, keltischer Mythologie und traditionellen englischen Dichtern wie etwa Blake, Shakespeare oder Shelley beeinflussen. Er schuf eine national-irische, mystische, oft symbolische Dichtung; seine frühen Gedichte können der irischen Romantik zugeordnet werden. Im Zeitalter der Moderne verfasste Yeats auch mehrere Gedichte, die sein herausragendes Spätwerk markieren. Neben James Joyce gilt Yeats häufig als größter irischer Literat.

### Termin

Fr., 13.05.2022, 18.30–20.00 Uhr  
vhs Seminarzentrum, Raum 124, M.-Ostermann-Lounge  
Gebühr: 8,00 Euro · Anmeldung über: [www.vhs-wwh.de](http://www.vhs-wwh.de)



Toby Binder, 2021, aus der Serie #053kids

## Die Straße, Spiegel der Gesellschaft

Die Straße ist Lebensraum, Ort für soziale Interaktion, Schauplatz für Performance und politische Motiviertheit. Sie macht die Vielschichtigkeit menschlicher Existenz erlebbar und wird so zum Spiegel der Gesellschaft. Im Rahmen der Fotografieausstellung ›Menschen auf der Straße‹ im Märkischen Museum Witten präsentieren insgesamt 19 Künstler\*innen ihre ganz besondere Sicht auf die Straße. Im Zentrum stehen zwei Serien der Fotografen Thomas Struth und Toby Binder.

Für das Projekt ›Obdachlose fotografieren Passanten‹ ließ Thomas Struth Menschen von der Straße ihre Umgebung analysieren. Die Ergebnisse der fotografischen Expedition aus dem Jahre 2004 sind so unterschiedlich wie die Lebensgeschichten der Beteiligten. Sie geben Details über die Verletzlichkeit in der Peripherie preis, ohne düster oder deprimiert zu wirken. Vielmehr wird eine andere, individuelle Wirklichkeit gezeigt, die wir als gewöhnliche Passanten vielleicht nicht wahrnehmen.

Toby Binder zeigt Schwarz-Weiß-Auszüge seiner Langzeitdokumentation ›# 53 kids: 2021/2022. Der Fotograf dokumentiert und reflektiert das Leben von Jugendlichen aus benachteiligten Stadtteilen und wirft Fragen zur sozialen Ungerechtigkeit, Identität und Zugehörigkeit auf. Während sich die jungen Leute in Deutschland oft nicht akzeptiert fühlen, nutzen sie die Ziffern 053, die Postleitzahl von Duisburg-Hochfeld, zur Identifikation. Das stetig weitergeführte Fotografieprojekt besteht aus erzählerischen Reportagebildern und Porträts.

›Menschen auf der Straße‹ - Fotografie  
Bis 10.07. · Märkisches Museum

## Schatzkisten für den Schulwechsel

›Schatzkisten goes Museum‹ geht in die zweite Runde: Gemeinsam mit dem Amt für Jugendhilfe und Schule der Stadt Witten sowie Wittener Schulen stellt das Märkische Museum Witten wieder Kunstwerke von Kindern aus.

Die über 250 ›Schatzkisten‹ wurden von Wittener Viertklässler\*innen individuell gestaltet und begleiten sie im Übergang zur weiterführenden Schule. Mit Farbe, Bildern, Stickern, Fotos und anderen Materialien verwandelten die Kids Pappkartonage in Kunstwerke. Dabei setzten sie sich mit ihren Interessen, Gefühlen, Wünschen und Vorstellungen zum Schulwechsel auseinander. Auch Erinnerungen und Erfahrungen wurden in der Kiste gesammelt. Wer kann besser etwas über die Schatzkisten erzählen, als diejenigen, die sie selber angefertigt haben?! Als Peer-Guides begleiten 25 Schüler\*innen Kindergruppen und Schulklassen durch die Ausstellung. Die kostenfreien Führungen dauern ca. 90 Minuten.



© Fotos: Märkisches Museum Witten

### ›Schatzkiste goes Museum‹

Ausstellung von und mit Wittener Schüler\*innen  
Bis 24.04. · Märkisches Museum

Die Peer-Guide-Führungen können mit Angabe der Schule, Klassen, Anzahl und Kontaktdaten per Mail gebucht werden  
maerkisches.museum@stadt-witten.de



© Foto: Märkisches Museum Witten

	<h1>Brotkorb GmbH</h1> <p>Steinmetz und Bildhauermeister</p> <p>Grabdenkmale und Einfassungen Naturstein für Küche und Bad</p>	<h1>Bestattungshaus Brotkorb</h1> <p>Beratung und Überführungen Erd-, Feuer- und Seebestattung Erledigung aller Formalitäten 365 Tage im Jahr und 24 Stunden am Tag</p>
	<p>Bebelsdorf 3 58454 Witten</p> <p>Telefon: 02302 - 88 84 81 Telefax: 02302 - 420 491</p>	<p>Pferdebachstr. 84 b 58455 Witten</p> <p>Telefon: 02302 - 15 38 Telefax: 02302 - 420 489</p>

# Zu Gast bei einer Vollzeitkünstlerin

»Kunst kommt nicht nur von Können, es kommt auch von Müssen, dem Drang, etwas zu kreieren«

Die siebzehn Gestalten wirken, als wären sie mitten in der Bewegung eingefroren. Anmutig, ausdrucksstark, teils seltsam entrückt. Ihre Patina schimmert wie Gold im Sonnenlicht. Im Hintergrund bilden Viadukt und Harkortsee einen malerischen Rahmen. Abseits vom alltäglichen Trubel entfaltet der neue Skulpturengarten von Dagmar Dörken Vogt eine ganz eigene Zauberkraft.



Dagmar Dörken Vogt

## »Hier habe ich mein Traumatelier gefunden«

»Kunst braucht Atmosphäre«, strahlt die international bekannte Künstlerin mit ihren Werken um die Wette. »Über den Umzug nach Herdecke bin ich daher sehr glücklich. Hier habe ich mein Traumatelier gefunden. Und auch das Außengrundstück bietet durch seine Lage und Weitläufigkeit tolle Möglichkeiten. Zudem freue ich mich, nach zehn Jahren quasi in die Heimat zurückzukehren, denn ich habe ja 25 Jahre in Witten gelebt und bin nach wie vor passives Mitglied im Wittener Künstlerbund.« Im Herbst wurde bereits das Atelierhaus DAVO an der Ruhrstraße 6 eingeweiht. Immer mittwochs sowie an ausgewählten Sonntagen (demnächst: 10. April) öffnet es seine Pforten für Besucher\*innen. Die Einweihung des in unmittelbarer Nachbarschaft gelegenen Skulpturengartens an der Wetterstraße 58 ist für den 22. Mai vorgesehen.



Die Künstlerin entstammt einer kreativen Familie: Ihre Cousine ist Fotografin, der Onkel war Artist im Zirkus.



Offen und lichtdurchflutet: das neue Atelier DAVO in Herdecke

## Bilder auf Schienen, Skulpturen auf Sockeln

Wir werfen einen Blick hinter die Kulissen, besichtigen die Räumlichkeiten, in denen die farbintensiven Malereien und bis zu lebensgroßen Bronzeskulpturen entstehen, gelagert und ausgestellt werden. Schon die auf dem Kopf stehende, 140 Kilogramm schwere Statue neben der Eingangstür signalisiert, dass wir im Begriff sind, in die Welt der Kunst abzutauchen. Doch mit dem, was folgt, haben wir nicht gerechnet: Großformatige Bilder werden wie im Museum an ausziehbaren Schienen und nahezu unsichtbaren Wandhängesystemen präsentiert. Bronzefiguren auf Tischen und Sockeln ziehen gekonnt die Blicke auf sich. Durch die riesigen Fenster wird alles in ein weiches Licht getaucht. Der helle, offene Raum ist ein Kunstwerk für sich. Und das muss wohl auch so sein, wenn man wie Dagmar Dörken Vogt mit sieben Galerien kooperiert und an Kunstliebhaber\*innen von New York bis Honkong verkauft.



Die Bronzeskulpturen gibt es auch in klein.



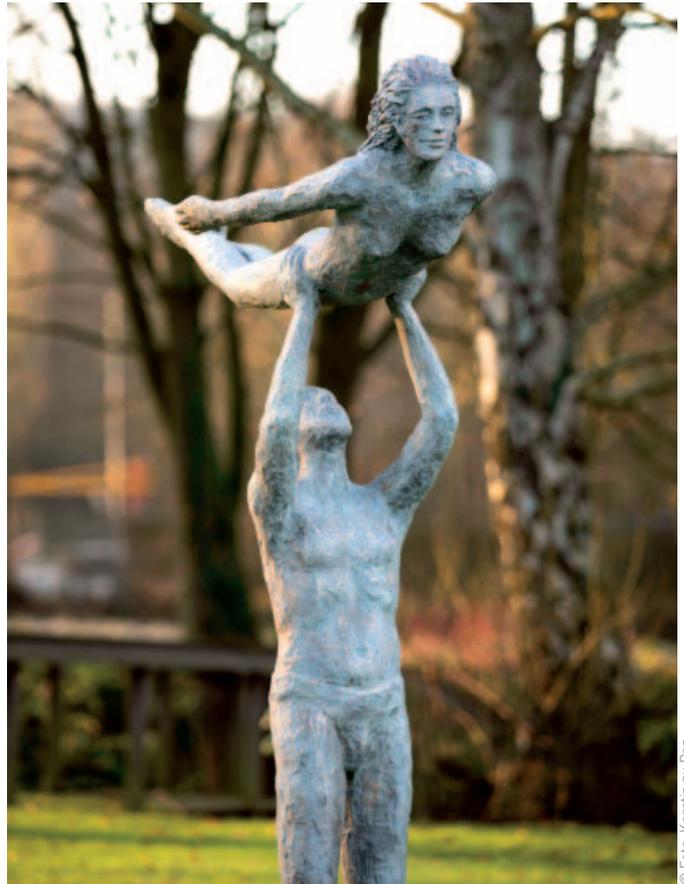
»Freiheit« aus der Serie »Die Tanzenden«

**Hinter jedem Werk steckt harte Arbeit**

»Das war nicht immer so, ich habe mir das hart erarbeitet«, berichtet die sympathische Vollzeitkünstlerin, die trotz ihres Erfolges erfrischend bodenständig daherkommt. »Ich möchte nicht nur das gehobene Kunstpublikum ansprechen, sondern auch jüngere Leute begeistern. Meine Werke lassen Raum für Interpretationen – aber man darf sie auch einfach schön finden. Darüber freue ich mich.« Zumal hinter jeder Skulptur, jedem Bild unzählige Arbeitsstunden stecken. Ein Besuch der Werkstatt enthüllt, dass Dagmar Dörken Vogt auch Handwerkerin ist. Neben ihrer Ausbildung in Malerei und Bildhauerei hat sie eine Grundausbildung in Metallbau absolviert. Das Schweißgerät handhabt sie genauso routiniert wie Pinsel und Spachtel. »Für die Skulpturen fertige ich zuerst Modelle aus Gips oder Beton mithilfe von Metallgerüsten an. Nach diesen Modellen entstehen dann die Bronzefiguren in der Großgießerei, welche von mir nachbearbeitet werden.« Arbeitstage von zehn Stunden sind für die Expertin keine Seltenheit. »Kunst kommt nicht nur von Können, es kommt auch von Müssen, dem Drang, etwas zu kreieren«, lächelt sie. »Man muss es lieben.«

**»Nacktheit ist Freiheit, Energie in ihrer reinsten Form«**

Die schwersten Bronzezüge bringen bis zu 350 Kilogramm auf die Waage. Dass sie trotzdem leicht und ästhetisch wirken, liegt an der besonderen Handschrift von Dagmar Dörken Vogt. »Anders als Kollegen, die durch Deformierung verfremden, nutze ich das Prinzip der Überlängung. Das bedeutet: Die Proportionen stimmen nicht.



»Flieg mit mir« aus der Serie »Die Tanzenden«

Meine Menschen sind übermäßig schlank, mit überlangen Beinen und Armen. Auch die Körperhaltung ist auf Ästhetik ausgerichtet.« So wirken selbst Figuren wie »die Schlafende« oder »die Haarwäscherin« ungewöhnlich energiegeladen – als wäre ihre zusammengekauerte Haltung eine Pose in einem Tanz, die jeden Moment dynamisch aufbrechen könnte. Apropos Tanz: Berühmt ist die Serie »Die Tanzenden«, die durch das Tanztheater Pina Bausch inspiriert wurde. Ins Auge springt, dass sämtliche Figuren bis auf eine Ausnahme (Pina Bausch selbst) immer nackt dargestellt werden. »Kleidung würde den Körper überdecken. Nacktheit ist Freiheit, Energie in ihrer reinsten Form.«



Die Haarwäscherin



Landschaftsmalerei im Grenzbereich zwischen konkret und abstrakt



Bilder an Schienen

**Open House im Atelier DAVO**  
 Mittwochs · 14–18 Uhr · Sonntag 10.04. · 11–18 Uhr  
 Eröffnung des Skulpturengartens 22.05., 11–18 Uhr  
 Weitere Infos · [www.davo.de](http://www.davo.de)

# Die Gitarre war seine erste Liebe, dann seine Bands, dann sein Geschäft

Heute steht für Bernd Dussin (65) seine Familie an der ersten Stelle

Ob man mit 65 schon ein Urgestein ist oder erst mit 70, das hat unser Mitarbeiter Michael Winkler mit Bernd Dussin nicht ausdiskutiert. Tatsache ist aber, dass der sympathische ›Earny‹ ein Urwittener ist und ein Topgitarrist noch dazu. Die beiden kennen sich schon seit ihrer Kindheit.



© Foto: Rüdiger Eggert

Anfang der 80er, als sein Kinnbart in Richtung Brusthaar wuchs: Bernd Dussin links an der Sologitarre, dann Helmut Zygmanski an der Harp, daneben Reiner Schaub am Bass (leider schon verstorben) und rechts ›the incredible Ulsch‹ Ulrich Weitz.

**Du bist in Witten geboren, in Witten aufgewachsen und in Witten geblieben. Gewohnt hast du als Jugendlicher in der Westfeldstraße, wo auch Pelle Günther (›Best before‹) und Rolf Klaer (›White‹) gewohnt haben. Aus demselben Vorort kommen Martin Bartelworth (›Crea‹), Siggie Vietze (›Mountain Dew‹) und Martin C. Herberg. Ist Annen ein besonders musikalischer Wittener Stadtteil?**

In Annen, in der Otto-Laue-Siedlung war ja auch Lothar Simsheuser mit seinem Tonstudio ansässig, bei dem meine ›Bad Luck Blues Band‹ in den späten Siebzigern ihr erstes Demoband aufgenommen hat. Man kann schon sagen, in Annen, da war schon ordentlich was los ... Ein Willi aus Annen war sogar mal Roadie bei Deep Purple.

**Die Gitarre war und ist dein Lieblingsinstrument. Warum?**

Seit dem ersten Schuljahr war ich von dem Instrument begeistert. Es sollte aber noch ein paar Jahre dauern, bis ich damit anfangen durfte. Erst heimlich – bei Eddi Exner im Partykeller –, dann mit meiner ersten Gitarre von Musik-Born.

**Die akustische Gitarre passt mehr zur Folkmusik, die Stromgitarre mehr zur Rockmusik. Welchen Sound magst du mehr?**

Anfangen hat es ja mit meiner Liebe zum Folk-Blues – Sonny Terry & Brownie McGhee, Robert Johnson, Lighnin' Hopkins, später dann Leo Kottke und Hannes Wader. Alles, nur nichts Elektrisches! Dann hörte ich B. B. King: Aus war's, ab da wurde es laut.

**1981 – vor gut 40 Jahren – wagtest du mit 25 den Schritt in die Selbstständigkeit. Dein erstes Geschäft war direkt neben dem besetzten Haus in der Bahnhofstraße 54, für alte Wittener ein legendärer Ort. Hier fanden Demos statt, aber auch künstlerische Aktivitäten wie Ausstellungen, Lesungen und kleine Konzerte.**

Stimmt. Hildegard Doebner hat mir das ermöglicht. Dafür bin ich der ›Folkmutter‹ heute noch dankbar.

## Rechtsanwalts- und Notarkanzlei Dr. Rath-Kröger

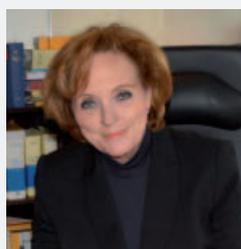
**Veronika Atuahene**  
Rechtsanwältin

Tätigkeitsschwerpunkte:  
Sorge- und Umgangsrecht  
Strafrecht  
Verkehrsrecht



**Dr. Ursula Rath-Kröger**  
Rechtsanwältin und Notarin

Fachanwältin für Erbrecht  
Fachanwältin für Familienrecht



Was ist aus den Spontis und Alternativen geworden? Hast du noch Kontakt zur politischen Szene?

Ich persönlich bin dem linken Grundgedanken treu geblieben. Kontakt zur politischen Szene habe ich aber nicht, außer zu unserem neuen Bürgermeister. Den mag ich sehr. Er ist zwar in der falschen Partei, aber ich bin tolerant.

Unvergessene Jahre gab's in den 70ern im Folkclub, der freitagabends in der ›Alten Zeit‹ seine Konzerte veranstaltete. Danach trafen sich die Musiker bei Hildegard Doebner in der Steinstraße 15. Ihr zur Seite standen z. B. Ulli Pütz und Michael Lohrengel. Gehörtest du auch zum ›Inner Circle‹?

Ja, das kann man wohl sagen. Ich war ständig da und habe mitgeholfen, Musiker



### Earny

hat heute Geburtstag. Ab sofort gilt er als der Mann ab 30 und darf sich als erwachsen bezeichnen!

© Foto: Michael Winkler

Zum 30. Geburtstag von ›Earny‹ erschien diese Anzeige in einer Wittener Zeitung. Wer das veranlasst hatte, weiß Bernd Dussin bis heute nicht.

von Konzerten oder vom Bahnhof abholt, den Ordner gemacht und so weiter. Man kam da abends rein, und Hannes Wader saß am Küchentisch. Oder Ray Austin oder die Fureys, die abends beim Irish Folk Festival vor 5.000 Leuten in der Ruhrlandhalle gespielt hatten, danach bei Hilde in der Küche. War 'ne irre Zeit.

Irgendwann kam dann der Rock zu dir oder du zu ihm, und du spieltest in Bands wie ›White Hot & Blue‹ und ›Who shot John?‹. Seit einiger Zeit ist auch die ›Bad Luck Blues Band‹ wieder mit dir am Start.

Ja, bin damals ordentlich unterwegs gewesen. Dann kam eine lange musikalische Pause, und nach genau 40 Jahren haben wir die allererste Band wieder zusammengeholt – fast in Originalbesetzung. Es macht einen Riesenspaß mit den Jungs.

Irgendwann kam nicht der ›Bert aus der Sesamstraße‹ in ›Earny's Musikladen‹, sondern die hübsche Angela. Ihr habt geheiratet, und es kamen zwei Kinder. Wie fühlst du dich als ›später‹ Vater, und wie empfindest du dein Familienleben im Vergleich zu den Jahren als Junggeselle?

Toll. Es war genau die richtige Zeit, Vater zu werden. Keine Flausen mehr im Kopf, alles erlebt, tolle Frau und tolle Kinder. Mehr geht nicht.

Michael Winkler



## Steuerberater

Bebbelsdorf 83 · 58454 Witten  
Tel.: 02302 / 6788 o. 6789  
Fax: 02302 / 69 89 61

E-Mail: [b.kraft@kraft-stb.de](mailto:b.kraft@kraft-stb.de)  
Internet: [www.kraft-stb.de](http://www.kraft-stb.de)

Bürozeiten: Mo. - Do 08.00 - 12.00 u. 14.00 - 17.00 Uhr  
Fr. 08.00 - 13.00 Uhr  
und nach Vereinbarung



Steuerliche Beratung für

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

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

Beatrix  
Kraft

# SOVD

Sozialberatungszentrum

## Wir lassen Sie nicht allein!

SoVD NRW e. V.  
SBZ Witten

Pferdebachstr. 11  
58455 Witten

Telefon: 02302 12858

Fax: 02302 82516

[sovdwitten@t-online.de](mailto:sovdwitten@t-online.de)

[www.sovd-witten.de](http://www.sovd-witten.de)

Sie erreichen uns  
telefonisch

Mo.–Do. 9–13 Uhr

und 14–16 Uhr

Fr. 9–13 Uhr

Beratungen finden nur  
nach vorheriger telefonischer  
Terminabsprache  
statt.

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

**Werden Sie Mitglied in der größten Sozialorganisation Wittens!**

# Glauben und Spiritualität leben, Sinnstiftendes und Schönes tun

*Im Gespräch mit Superintendentin Julia Holtz*

Seit fünf Jahren ist sie im Amt: Julia Holtz leitet als Superintendentin zusammen mit dem Kreissynodalvorstand den evangelischen Kirchenkreis Hattingen-Witten. Sie ist Vorgesetzte und Seelsorgerin für alle, die im Kirchenkreis ein Amt haben und stellt sich immer neuen großen Herausforderungen. Wir sprachen mit Julia Holtz über ihr breit gefächertes und ungemein verantwortungsvolles Arbeitsgebiet.

**Frau Holtz, erzählen Sie uns doch mal: Was genau ist Ihr Beruf?**  
Also im Grunde bin ich Pfarrerin, und das ist wirklich der schönste Beruf der Welt! Glauben und Spiritualität leben und weitergeben, Sinnstiftendes und Schönes tun ... Für meinen Mann, der übrigens auch Pfarrer ist, ist der Glaube im Alltag ebenso wesentlich. So lesen wir täglich zusammen die Bibel zum Frühstück, das ist uns wichtiger, als theologische Diskussionen zu führen. Natürlich sind die Herausforderungen unseres Berufs nicht zu unterschätzen. Pfarrpersonen müssen ihre Arbeit komplett selbst organisieren, das klassische Pfarramt war immer schon ein Homeoffice, bevor das Wort erfunden wurde. Da ist es wirklich ungemein wichtig, sich mal kleine Grenzen zu setzen, um im Beruf gesund zu bleiben und für die Gemeinde so lange wie möglich da zu sein.

**Was nun ist denn die Aufgabe einer Superintendentin?**

Das Amt der Superintendentin ist das der klassischen mittleren Leitungsebene, ich vermittele zwischen den Gemeinden und der Landeskirche in der Hoffnung, dass es sowohl zwischen der Landeskirche und den Gemeinden vor Ort als auch zwischen den Gemeinden untereinander ein gutes und faires Miteinander gibt. Angesichts abnehmender Ressourcen, weniger Mitgliedern und weniger Kirchensteuern gilt es, die vorhandenen Mittel möglichst gerecht zu verteilen. Außerdem muss ich darauf achten, dass das Kirchenrecht eingehalten wird.

**Wie hat sich Corona auf Ihre Arbeit, aber auch auf das Leben der Gemeindeglieder ausgewirkt?**

Nun, feststeht, dass Corona wie ein Katalysator Prozesse beschleunigt hat, die die traditionellen Gemeindemodelle in Frage stellen. Gemeinschaft und Miteinander war halt lange Zeit nicht möglich. Die Sonntagsgottesdienste sind deutlich leerer geworden, und Singen ohne Maske ist leider immer noch nicht möglich. Natürlich haben wir schon vorher mit rückläufigen Mitgliederzahlen und abnehmendem Gottesdienstbesuch zu kämpfen gehabt, aber Corona hat diesen Prozess beschleunigt. Viele Menschen, die früher regelmäßig kamen, haben die Alternativen im Fernsehen und im Internet entdeckt und werden vielleicht nicht mehr zurück-



## Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser

- Altenpflegeheim
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- ServiceWohnen

📍 Pferdebachstraße 43, 58455 Witten

☎ 02302 589-5100

🌐 [diakonie-ruhr.de/feierabendhaeuser](http://diakonie-ruhr.de/feierabendhaeuser)

kehren. Es kann ja ganz gemütlich sein, sonntagsmorgens in der Jogginghose auf dem Sofa am Gottesdienst teilzunehmen und dabei noch Kaffee zu trinken.

### Wie sehen Sie die Zukunft der Kirche?

Wir bilden als große Volkskirchen nicht mehr die Mehrheit der Gesellschaft, das war vor wenigen Jahrzehnten definitiv noch anders. Kam früher ein Baby zur Welt, wurde sofort gefragt: ›Wann wird das Kind getauft?‹ Heute hingegen hören Eltern auch schon mal die Aussage: ›Wie jetzt, ihr lasst euer Kind taufen?‹ Da hat sich gesamtgesellschaftlich etwas verändert, aber das empfinde ich nicht als dramatisch. Die Kirche Jesu Christi hängt nicht am Tropf unserer Kirchensteuer. Wenn wir unsere Rolle glaubwürdig ausfüllen und unsere Aufgaben mit innerer Überzeugung, Herz und Leidenschaft ausüben, sehe ich keine Bedrohung. Tatsache ist jedoch: Wir müssen einladend auf Menschen zugehen, und wir müssen zeitgemäße Formen der Verkündigung finden, die Menschen unserer Zeit ansprechen. Das Evangelium an sich ist unveränderlich, aber die Formate der Verkündigung müssen sich wandeln. Die Kirche wird diverser werden mit einer größeren Bandbreite an kulturellen und sozialdiakonischen Angeboten. Hier sind wir in Witten auf einem guten Weg. Die Gemeinden bieten unterschiedliche Formate an, vom klassischen Gottesdienst mit Predigt und Orgelmusik über Gottesdienste mit Worship Musik bis zu Zielgruppenangeboten für Eltern mit Kindern oder speziell für junge Erwachsene. Auch meditative Angebote sind dabei, was ich persönlich für wichtig halte. Das wird sehr positiv angenommen. Ebenfalls im sozialen Engagement setzen die Gemeinden unterschiedliche Schwerpunkte.

### Worauf freuen Sie sich besonders in der nächsten Zeit?

Ganz klar: auf Ostern! Ostern ist für mich der zentrale Feiertag überhaupt. Ich erlebe und genieße Ostern ganz anders als Weihnachten. Nun ja, geboren wird jeder, auferstanden ist nur einer. ☺ Für mich ist der Ostermorgen der Kerntag des Kirchenjahres, aber auch die herrliche Jahreszeit – den Frühling – und den 6-Uhr-Gottesdienst liebe ich ungemein. Für mich muss Ostern unbedingt vor Sonnenaufgang beginnen, und dann gehe ich erfüllt und gestärkt in den Tag hinein.

Nun, dann wünschen wir Ihnen doch auch dieses Jahr ein wunderbares, frohes Osterfest, Frau Holtz! Danke gleichfalls, das wünsche ich Ihnen auch!



Superintendentin Julia Holtz: Pfarrerin mit tiefster innerer Überzeugung, Herz und Leidenschaft

© Foto: Öffentlichkeitsreferentin Nicole Schneidmüller-Gaiser

## Sieben Osterfeuer erleuchten die Feiertage

Endlich dürfen wieder Osterfeuer stattfinden. In den vergangenen beiden Jahren waren die Veranstaltungen aufgrund der Corona-Regeln untersagt, 2019 hatte es noch 14 Osterfeuer gegeben. Jetzt aber geht es wieder los, wobei das Abbrennen von Feuern ausschließlich im Rahmen öffentlicher Veranstaltungen zulässig ist.

An folgenden Standorten können Menschen an öffentlichen Osterfeuern teilnehmen:



© Foto: Csar-Fotografie auf Pixabay

### Samstag, 16. April:

- Wiese hinter dem Gebäude Kämpenstraße 120, Stallgemeinschaft Brandt, ab 18 Uhr
- Weidefläche des Pferdebetriebs Martin Lange, Brunebecker Straße 4, ab 18.30 Uhr
- Sportplatz Wittener Turnverein 1877 e. V., Sonnenschein 2a, ab 19 Uhr
- Vereinsgelände Golfclub am Kemnader See e. V., In der Lake 33, ab 19.30 Uhr
- Vereinsgelände Kanu Klub Neptun Witten e. V., Wetterstraße 42, ab 20 Uhr

### Sonntag, 17. April:

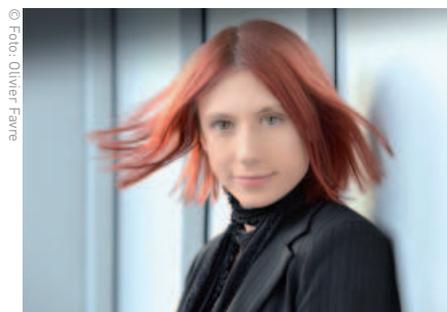
- Vereinsgelände ETSV Witten e. V., Wetterstraße 54, ab 18 Uhr
- Parkplatz des Vereins für Deutsche Schäferhunde OG Herbede e. V., Kattenjagd 23, ab 18 Uhr

**Hilfe auf Knopfdruck**  
 Hausnotruf und mobiler Notruf durch den  
 ASB Witten: (02302) 91 08 80  
[www.asb-en.de](http://www.asb-en.de)

**ASB KV Witten e.V. Helfen ist unsere Aufgabe!** Wir helfen hier und jetzt.

**ASB**  
 Arbeiter-Samariter-Bund

## Spannende Einblicke in die Psyche von Sadisten



© Foto: Oliver Favre

Am 29. April ist die bekannte Kriminalpsychologin, Therapeutin, Referentin und Kolumnistin Lydia Benecke zu Gast in der WERK°STADT. In ihrem Vortrag ›Sadisten: Tödliche Liebe – Geschichten aus dem wahren Leben‹

erläutert sie, welche Spielformen des Sadismus es gibt und verschafft einen Einblick in die unterschiedlichen psychologischen Profile harmloser sowie gefährlicher sexueller Sadisten: Einerseits wird das ›ganz normale Leben‹ derjenigen beschrieben, die einvernehmlich ihren sexuellen Sadismus mit masochistischen Partnern ausleben. Andererseits tauchen die Zuhörer in die Gedanken- und Gefühlswelt der gefährlichen, kriminellen Sadisten ein – zu deren bekanntesten Vertretern Jack the Ripper und Ted Bundy gehören. Und Lydia Benecke erklärt auch, warum ›Shades of Grey‹ keinen realistischen Einblick in die Beziehungsführung zwischen Sadomasochisten gibt und warum Christian Grey eher ein gefährlicher als ein einvernehmlicher sexueller Sadist ist.

Termin 29.04, 20 Uhr · WERK°STADT

Karten (25 Euro zzgl. VVK-Gebühren) sind an allen bekannten VVK-Stellen sowie online über [www.werk-stadt.com](http://www.werk-stadt.com) erhältlich. Für den Einlass gilt 3G. (Änderungen vorbehalten.)

## Hape Kerkelings ›Kein Pardon‹



© Foto: Tom Schütze

Von Bottrop-Beach in die Glitzerwelt des Fernsehens: Kein Pardon für Heinz Wäscher. Das Musical von Thomas Hermanns und Hape Kerkeling basiert auf dem gleichnamigen Film ›Kein Pardon‹ (Regie: Hape Kerkeling)

aus dem Jahr 1993. Es ist eine selbstironische Satire auf die schillernde Bussi-Bussi-Gesellschaft des Showgeschäfts. Mit der rauen Ruhrpott- und der Gute-Laune-Welt des Unterhaltungsfernsehens treffen zwei musikalische Gegensätze aufeinander. Vom Kinofilm zur perfekten Musical-Unterhaltung mit warmherzigem Humor und tollen Songs, von denen die Hymnen ›Das ganze Leben ist ein Quiz‹ oder ›Witzigkeit kennt keine Grenzen‹ zum Mitsingen einladen.

Termin 27.04., 20 Uhr · Saalbau

Tickets (ab 32 Euro) bei Theatergemeinde Volksbühne Witten e. V., [www.eventim.de](http://www.eventim.de) und beim Tourist und Ticket Service, Marktstr. 7

## Tratsch im Treppenhaus

Wer kennt sie nicht – liebe Nachbarn, die stets den neuesten Klatsch und Tratsch parat haben, wobei sie es mit der Wahrheit nicht immer so genau nehmen. Ein solches Exemplar ist Meta Boldt, die regelmäßig an Türen lauscht und Gerüchte in Umlauf setzt. Sie wohnt mit dem pensionierten Steuerinspektor Ewald Brummer und der Witwe



© Foto: Maike Kollenrott

Das erfolgreichste Bühnenstück in der Geschichte des Ohnsorg-Theaters zum letzten Mal mit Heidi Mahler in einer Paraderolle

Knoop in einem Mietshaus. Die Witwe hat ihre separate Kammer an die junge Heike Seefeldt abgegeben. Auch den jungen Dieter Brummer hält nichts mehr zu Hause, und so bezieht er – zum Missvergnügen seines Onkels Ewald – Quartier in dessen zur Wohnung gehörenden Kammer. Und natürlich werden auch die neuen Bewohner von Meta Boldt aufs Korn genommen.

Am Schluss ist aber der Hausfrieden wiederhergestellt, denn die Mieter sind sich einig: Bei ihnen kann das Plappermaul mit ihren Treppenhaustratschereien nicht mehr landen, sie lassen sich von der Frau mit dem losen Mundwerk mit ihren zusammengereimten Halbwahrheiten nicht mehr gegeneinander ausspielen. Heidi Mahler vom grandiosen Original Ohnsorg-Theater schlüpft in die Glanzrolle ihrer Mutter und beschert einen köstlichen Theaterabend mit viel Gelächter und Beifallsstürmen!

Termin 23.04., 17 Uhr · Saalbau

Tickets (ab 26 Euro) bei Theatergemeinde Volksbühne Witten e. V., [www.eventim.de](http://www.eventim.de) und beim Tourist und Ticket Service, Marktstr. 7

## ›Jung, wat biste groß geworden!‹

Seit 20 Jahren begeistert Jürgen B. Hausmann nun schon mit seinem wunderbaren Kabarett ›Direkt von vor der Haustür‹. Das möchte der Kabarettist natürlich auch mit dem Publikum feiern – mit seinem Jubiläumsprogramm ›Jung, wat biste groß geworden!‹. Herrlich überdreht und doch wie aus dem Leben gegriffen – Hausmann hat seine Beobachtungen und Erfahrungen wieder einmal in urkomische Anekdoten verpackt.



© Foto: Guido Schröder

Sein Kabarett entspringt direkt den Wohnzimmern, Vereinsheimen und Hobbymärkten unseres Landes, seine Figuren stammen aus der Familie, von nebenan oder laufen ihm zufällig über den Weg. Und die Reaktionen im Publikum offenbaren, dass sich wohl der ein oder andere wiedererkennt ... Gerade darin liegt die große Stärke von Jürgen B. Hausmann. Denn dank seiner ausgezeichneten Beobachtungsgabe und seines Gespürs für Komik verwandelt der Kabarettist alltägliche Situationen und Menschen wie du und ich in treffsichere, amüsante Geschichten und echte Originale. Oder er verarbeitet sie in seinen herrlichen Gesangsnummern, bei denen ihn sein langjähriger musikalischer Partner Harald Claßen unterstützt.

Termin 14.05., 20 Uhr Saalbau

Tickets (27,50 Euro + Gebühr): Saalbaukasse und Online-Ticket Shop



© Foto: Varieté et Cetera

## Witzig – wunderbar – weltklasse!

Das Varieté et cetera feiert seinen 30. Geburtstag! Und so wird das Jubiläumsjahr fulminant eröffnet mit artistischen Darbietungen der Extraklasse, welche noch nie zuvor auf der Bochumer Bühne zu sehen waren.

Gastgeber der Show ›Das kann doch nicht wahr sein!‹ ist der mehrfach ausgezeichnete Zauberkünstler Matthias Rauch. An seiner Seite erobert Rafael aka Ra Fou mit seiner visuellen Comedy die Herzen der Zuschauer und begeistert mit einer Mischung aus Slapstick und originellen Gags. Auf einem niedrigen Tischlein dreht sich das ganze Rollschuh-Universum von Emelie & Royer: Artistik auf acht kleinen Rollen mit höchster technischer Brillanz und unglaublichen Hebefiguren.

Die Schwedin Emelie Sandberg verzaubert mit ihren grazilen Kunststücken am Vertikaltuch, das Duo Deibit y zeigt eine ausdrucksvolle, unkonventionelle Strapaten-Nummer, und Alona Zhuravel begeistert mit einer anspruchsvollen und zugleich sinnlichen Handstandakrobatik. Zdenek Polach entdeckte bereits im Alter von fünf Jahren seine Leidenschaft für die Jonglage. Heute ist der weltweit bekannte Tempojongleur mit seiner Jonglage von zehn Bällen aktueller Weltrekordhalter!

Absoluten Nervenkitzel garantiert das ecuadorianische Duo Navas mit dem Todesrad. Auf der sich drehenden Stahlkonstruktion vollführen Rony Navas und Sergio Cordova waghalsige Kunststücke und zeigen sich als wahre Adrenalin-Junkies. Freuen Sie sich auf eine Show mit unbeschreiblicher Magie, bester Comedy und spektakulärer Artistik.

›Das kann doch nicht wahr sein!‹  
bis 19. Juni  
Termine und Tickets unter  
[www.variete-et-cetera.de](http://www.variete-et-cetera.de)

VARIÉTÉ  
et cetera

BOCHUM

ARTISTIK.COMEDY.GASTRONOMIE.

0234  
13003

11. März bis 19. Juni 2022

DAS KANN  
DOCH NICHT  
WAHR SEIN!

30  
JAHRE  
VARIÉTÉ  
et cetera

SHOWS: Fr. 20 Uhr | Sa. 16:30 & 20 Uhr | So. Brunch & 19 Uhr oder Satt & Lustig

WWW.VARIETE-ET-CETERA.DE



© Foto: privat

## Singt mit und hab Spaß!

Jeden 1. Montag im Monat lädt der Musiker und Musikjournalist Helmut Brasse zum ›Offenen Rock + Pop Chorsingen‹ in die WERK°STADT ein. Dabei wird eine Handvoll bekannter Rock- und Popsongs mit dem Publikum für das ›Abschlusskonzert‹ am Ende des Abends einstudiert. Es ist kein ›Rudelkaraoke‹ und auch keine hochkomplizierte Chorprobe, sondern ›irgendwas dazwischen‹. Notenkenntnisse sind nicht erforderlich, dennoch werden die Songs meist mehrstimmig arrangiert. Wodurch die Teilnehmer\*innen meist ganz neue Einblicke in die Lieder bekommen. Im Mittelpunkt steht aber der gemeinsame Spaß beim Singen. Und nicht zu vergessen die mittlerweile wissenschaftlich erforschten positiven Effekte des Chorsingens für Körper und Geist.

Termine 02.05. + 30.05., 20 Uhr  
WERK°STADT

Die dann geltenden Corona-Regeln werden zeitnah unter [www.werk-stadt.com](http://www.werk-stadt.com) veröffentlicht.

# Sudoku

## einfach

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

## schwierig

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

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

Sudoku einfach  
Auflösung aus Ausgabe 137

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

Sudoku schwierig  
Auflösung aus Ausgabe 137

## Einmal lächeln bitte ...

Vater zum Sohn: »Wie, eine 6 in Deutsch?  
Hab doch geübt mit du.«



Welche Hunderasse isst mit den Ohren?  
Alle. Oder hast du schon mal einen Hund gesehen,  
der vor dem Essen die Ohren abnimmt?

Patient zum Arzt: »Immer, wenn ich Kaffee trinke, bekomme ich  
so ein fieses Stechen im Auge, was kann das sein?«  
Arzt: »Sie müssen vor dem Trinken den Löffel rausnehmen.«

»Schatz, ich habe Kopfschmerzen. Hast du was dagegen?«  
»Nein, das ist schon in Ordnung, dass du Kopfschmerzen hast.«

Kunde im Kaufhaus: »Ich hätte gern einen Badeanzug, der meine  
Fettpölsterchen kaschiert.«  
Verkäufer: »Schlafsäcke finden Sie in der 3. Etage.«

Zahnarzt zum Patienten: »Sie brauchen eine Krone.«  
Patient: »Endlich versteht mich jemand.«

»Natürlich müsste ich mal die Fenster putzen, aber so ein bisschen  
Privatsphäre ist auch wichtig.«

Der Chef ruft den Mitarbeiter zu sich: »Haben Sie allen erzählt,  
ich sei früher eine Frau gewesen?«  
Der Mitarbeiter: »Sie sagten mir doch gestern ganz ausdrücklich:  
›Ich war ´ne Sie.««  
Der Chef: »Unglaublich! Ich habe gesagt: ›Ich warne Sie!««

»Schatz, sollen wir uns mal ein schönes Wochenende machen?«  
»Oh, das wäre supertoll!«  
»Fantastisch! Dann bis Montag.«

Bilden Sie aus folgenden Buchstaben ein  
Wort:

N	N	N
I	E	A
K	H	C

Auflösung  
aus Ausgabe 137:  
IMPLANTAT

## Bücher, Kaffee, Wein und Käse

Nach der coronabedingten Zwangspause erwachen viele Kulturorte aus ihrem Dornröschenschlaf, so auch die evangelische Kirche Buchholz. Ab sofort veranstaltet das Bündnis für Buchholz e. V. wieder den ›kleinen Bücherflohmarkt‹, der immer donnerstags von 15 bis 17 Uhr im Vorraum zum Gemeinderaum zum Stöbern einlädt. Das Kirchen-Café öffnet an jedem letzten Mittwoch um 15 Uhr seine Pforten. Und natürlich finden auch die beliebten ›Käse-Wein-Abende‹ wieder statt, normalerweise an jedem zweiten Donnerstag ab 19 Uhr, im April (wegen der K-Woche) allerdings erst am 21. April.



© Foto: Lolame auf Pixabay

Auch werden den Sommer über wieder Konzerte und ähnliches auf dem Programm stehen. Interessierte finden aktuelle Infos auf der Website des Fördervereins. Der Eintritt ist in der Regel frei. Spenden werden gerne gesehen und fließen in den Erhalt der Kirche.

[www.buendnis-fuer-buchholz.de](http://www.buendnis-fuer-buchholz.de)

**VOLVO SELEKT**  
Premium Gebrauchtwagen



Die beste  
Wahl. ✓

# Für Sorglos-Fahrende. Mit Sicherheit die beste Wahl.

Das rechnet sich.

Top Auswahl, perfekte Ausstattungen, beste Konditionen, sofortige Verfügbarkeit.  
Unsere Volvo Selekt Premium-Gebrauchtwagen. **Das rechnet sich.**

## 2 JAHRE RUND UM SORGLOS, INKLUSIVE FOLGENDER LEISTUNGEN:

VOLVO SELEKT GARANTIE <sup>1</sup>	WARTUNG/INSPEKTION <sup>2</sup>
HOL- UND BRINGDIENST <sup>3</sup>	25% RABATT AUF ORIGINAL TEILE <sup>4</sup>
ERSATZWAGEN <sup>5</sup>	0,99% SONDER-ZINS <sup>6</sup>

Weitere Informationen und Angebote erhalten Sie direkt bei uns oder unter [vc-rhein-ruhr.de](http://vc-rhein-ruhr.de)

Eine Angebotsaktion der Volvo Centrum Rhein Ruhr GmbH. Gültig für alle Volvo Selekt Premium-Gebrauchtwagen bei Kauf, Leasing oder Finanzierung bis 30.05.2022. <sup>1</sup>24 Monate Gebrauchtwagen Garantie gemäß Bedingungen der CG Car-Garantie Versicherungs-AG. <sup>2</sup>Zwei Inspektionen in 2 Jahren gemäß Volvo-Serviceplan. <sup>3</sup>Hol- und Bringdienst im Service- und Wartungsfall maximal im Radius von 30 km zum Volvo Standort Mülheim oder Witten. <sup>4</sup>25% Rabatt auf alle Volvo Originalteile bei Verschleißreparaturen. <sup>5</sup>Ersatzwagen im Service- und Wartungsfall kostenfrei am Standort Mülheim oder Witten. Vorgenannte Leistungen gelten 24 Monate ab Kaufdatum bzw. Fahrzeugübergabe. Eine Kombination mit anderen Aktionen und/oder Rabatten ist nicht möglich. <sup>6</sup>Optionale Möglichkeit zur Fahrzeugfinanzierung mit 0,99% Sonderzins. Ein Angebot der Volvo Car Financial Services, ein Service der Santander Consumer Bank AG, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach. Der Zinssatz von 0,99% gilt nur für Volvo Selekt Premium-Gebrauchtwagen. Gültig für Finanzierungsgeschäfte mit oder ohne Anzahlung; mit einer Laufzeit von 12 - 72 Monaten; mit Standardfinanzierung oder Budgetfinanzierung mit Schlussrate; mit RSV inkl. ALO oder RSV und Santander Safe. Weitere Informationen erhalten Sie direkt bei uns. Abbildungen beispielhaft.

**LUEG.**

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

[www.vc-rhein-ruhr.de](http://www.vc-rhein-ruhr.de) · [info@vc-rhein-ruhr.de](mailto:info@vc-rhein-ruhr.de)

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

# FREIBAD- FEELING.

Das Außenbecken  
öffnet am 3. April!



*Wir freuen uns  
auf Euch!*

FREIZEITBAD  
**Heveney**  
DIE THERME IM RUHRTAL

QUERENBURGER STR. 35  
58455 WITTEN  
TELEFON 02302 - 56 263

Mo-Do 9-22 Uhr  
Fr & Sa 9-23 Uhr  
Sonn- & Feiertage 9-21 Uhr

METROPOLE  
**RUHR**  
FREIZEIT

[www.Freizeitbad-Heveney.de](http://www.Freizeitbad-Heveney.de)