

StadtMagazin

Lünen

Alarm im Lüner Kulturbetrieb

›Krisen-Surfen‹ mit LEN METTE



Laufen und schießen

Tempo und Treffer zählen



Auf geht's!

Aktiv und entspannt ins neue Jahr



Essbare Wärmespender

Winterliche Gerichte für Körper, Geist und Seele

caritas

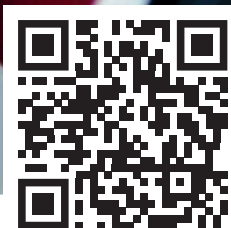
Lünen · Selm · Werne

**Bei uns ist mehr
für dich drin!**

... wetten?

Marina, Caritas-Pflege-Profi

**AMBULANTE
PFLEGE-
PROFIS
GESUCHT!**



**Jetzt schlau machen!
caritas-pflege-profis.de**



Das Stadtmagazin
bei Facebook

Ein Magazin nur für Sie

*Freut euch zu jeder Zeit!
Dankt Gott, ganz gleich wie eure
Lebensumstände auch sein mögen.*
1. Thessalonicher 5, 16 + 18

Die Zeit des Wünschens hatte gerade wieder Hochkonjunktur und damit auch Enttäuschungen, falls die Erfüllung ausblieb.



Erika Killing-Overhoff
Verlagsleitung



Antje Dittrich
Redaktionsleitung

Haben Sie sich schon einmal bedankt dafür, dass Sie nach einer Auto- oder Fahrradfahrt oder einem Spaziergang gesund wieder nach Hause gekommen sind? Falls ein kleiner Unfall passiert ist, ist das Wehgeschrei oft groß, doch mehrheitlich schaffen wir es ja, ohne Blessuren wieder in den eigenen vier Wänden zu landen. Betrachten wir es deshalb als selbstverständlich? Eigentlich ganz schön arrogant.

Es gibt unendlich viele Möglichkeiten und Gegebenheiten, für die wir dankbar sein können und dürfen. Sich das bewusst zu machen, ist höchst inspirierend. Auch wenn wir manchmal feststellen müssen, dass das Spiel des Lebens zeitweise eine ganz ernste Angelegenheit ist.

Also, überlegen wir uns doch gut, was wir uns wünschen und wofür wir danken. Wunderbare Gespräche, ein gemeinsam zubereitetes Essen und einfach das Beieinandersein kann nicht durch unzählige Geschenke ersetzt werden, die vielleicht ein paar Tage später umgetauscht oder gar vergessen werden.

Haben Sie viele gute Gedanken, glückliche Stunden und ein schönes 2023!

Herzlichst Ihr
Correctum Verlag
E. Killing-Overhoff

**Das nächste Stadtmagazin
erscheint Anfang März 2023.
Redaktionsschluss ist
am 22. Februar 2023.**

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
info@stadtmag.de · www.stadtmag.de

Herausgeber: Correctum Verlag

Redaktion: Erika Killing-Overhoff (verantwortl.), Antje Dittrich,
Pia Lüddecke, Bernd Janning

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
[gültige Anzeigenpreisliste 2023]

Satz und Layout:

Selisky Design UG
Stahlbaustraße 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:

LEN METTE; Foto: Michael Epke-Wessel

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



Vielleicht sollten wir uns überlegen, was wir uns wünschen, was wirklich wichtig und wesentlich ist. Wird uns das, was wir gerade begehren, glücklicher machen, bringt es uns weiter, gibt es unserem Leben einen entscheidenden Kick? Oder dient es nur einer kurzfristigen Befriedigung, die bald schon wieder in Unzufriedenheit ausartet und neue Begehrlichkeiten produziert? Ein Kreislauf ohne Ende, der nebenbei auch viel Geld und Arbeitskraft kostet.

Eigentlich sind doch unsere Grundbedürfnisse gedeckt, solange wir gesund sind, ein Dach über dem Kopf und genug zu essen haben. Alles andere ist schmückendes Beiwerk. Klar, es ist schon schön, so dies und das obendrein zu haben und sich auch hier und da einen Sonderwunsch zu erfüllen. Doch wesentlich sind ein paar ganz andere Dinge: Harmonie, Zufriedenheit, Frieden, Fröhlichkeit, liebevolle Beziehungen und die Fähigkeit, sich auch an kleinen Dingen zu erfreuen, die wir jeden Tag in der Natur und von allen Seiten geschenkt bekommen.

WOHNEN MIT ZUKUNFT



Für unsere rund 6000 Mietwohnungen und Häuser in und um Lünen hat die Nutzung und Erzeugung regenerativer Energien eine entscheidende Bedeutung. Bis zum Jahr 2045 möchten wir klimaneutral werden.

11



Inhalt

Aktiv und entspannt ins neue Jahr 6

Laufen und schießen – Tempo und Treffer zählen 8

Räume gestalten – Lebensraum schaffen 11

Kinderrätsel 14

Was Conni kann – das könnt ihr auch! 15

Buchtip: Wörter verbinden 15

Mitten aussem Leben ODER Ratta, ratta 16

Die neue Mercedes-Benz T-Klasse:
zwischen Alltagsfahrzeug und Micro-Camper 17

Ratgeber Steuerrecht: Inflationsausgleichsprämie 18

Die Kraft der Stimme 19

Winterliche Gerichte für Körper, Geist und Seele 20

Immobilienverkauf?



0 23 06 - 69 93

- Kostenlose Immobilienbewertung
- Erstellung eines Energieausweises
- Tippgeberprovision 300,- € netto

Bei Beauftragung zum Verkauf einer Immobilie durch unser Büro.

Sichern Sie sich Ihren persönlichen Mehrwert-Coupon!

Inhalt

Alarm im Lüner Kulturbetrieb
 ›Krisen-Surfen‹ mit LEN METTE 22

Film und Fotokunst aus Lünen und Wien 24

Von der Schülerjury zum Filmemacher 24

Eine Reise durch Untiefen und Abgründe 26

Buchtipps aus der Redaktion 28

Dies & Das 29

Rätselspaß 30



24



26



29

**OPEL
FLAT²
FOR FREE**

Beispielfoto der Baureihe. Ausstattungsmerkmale ggf. nicht Bestandteil des Angebots.

/ MEISTVERKAUFTER KLEINWAGEN 2022*

z.B. als Corsa Edition 1.2, 55 kW (75 PS), Start/Stop, Euro 6e inklusive DAB+, Klimaanlage, Dynamik Orange Metallic, Spurhalteassistent, Müdigkeitserk., Berg-Anfahr-Ass., Bluetooth, Intellig. Geschwindigkeitsregler, u.v.m. MTL.¹ **149€**

Kraftstoffverbrauch nach WLTP (Benzin), kombiniert 5.3 l/100km, CO₂ Emission nach WLTP** (Benzin), kombiniert 119 g/km, Effizienzklasse A.**
 *Gemäß offizieller Zulassungsstatistik des deutschen Kraftfahrt Bundesamtes im Gesamtzeitraum Januar bis November 2022. **Bei den Angaben handelt es sich um Herstellerangaben gemäß WLTP. ¹Ein Leasingbeispiel der Opel Bank S.A., Mainzer Str. 190, 65428 Rüsselsheim, für die wir als ungebundener Vertreter tätig sind. Voraussetzung für dieses Angebot ist der Besitz (mindestens 6 Monate) eines Fahrzeuges (auch Verwandschaft 1. Grades) – eine Anzahlungnahme ist nicht zwingend notwendig: Laufzeit 36 Monate, Sonderzahlung 990 €, gebundener Sollzins 5,29 %, effektiver Jahreszins 5,42 %, Gesamtfahrleistung 30.000 km, Fahrzeugpreis/Gesamtkreditbetrag 18.280 €, Monatliche Rate 149 €, zzgl. 995 € Überführungskosten, voraussichtlicher Gesamtbetrag 6.358,32 €. ²Inkl. Opel Flat: 2 Jahre Herstellergarantie und 1 Jahr Anschlussgarantie gemäß den Garantiebedingungen, europaweiter Mobilservice (gemäß Bedingungen der Opel Assistance) und Wartungen (gemäß Opel Serviceplan). Gültig für Neuwagen und Vorführwagen bis 12 Monate nach Erstzulassung. Gültig vom 16.01. bis zum 13.02.2023. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten oder Aktionen.

ZUM JAHRESSTART
INKLUSIVE WARTUNG

Rüschkamp
 44145 Dortmund · Evinger Str. 20 – 24 · Tel. 0231/31 72 75-0 Franz Rüschkamp
 59368 Werne · Lünener Str. 41 · Telefon 02389 / 98 40-0 GmbH & Co. KG
 44532 Lünen · Viktoriastr. 73 · Telefon 02306 / 2 02 03-0
 59348 Lüdinghausen · Seppenrader Str. 17 · Telefon 02591/79 79-0
 59379 Selm · Schachtstraße 1 · Telefon 02592 / 9 34 - 0 www.opel-rueschkamp.de



© Foto: R. Butov auf Pixabay

Aktiv und entspannt ins neue Jahr

»In 20 Jahren wirst du mehr enttäuscht sein über die Dinge, die du nicht getan hast, als über die Dinge, die du getan hast. Also löse die Knoten, laufe aus aus dem sicheren Hafen. Erfasse die Passatwinde mit deinen Segeln. Erforsche. Träume.«

Mark Twain, US-amerikanischer Schriftsteller (* 30.11.1835; † 21.04.1910)

Der Krieg in der Ukraine, der massive Einbruch der Energieversorgung, steigende Inflation und Kosten, Menschen in Not ... Das vergangene Jahr hat bei uns große Sorgen und Ängste ausgelöst. Und nach wie vor spielt Corona eine nicht zu unterschätzende Rolle, sei es durch neue Virusvarianten oder durch die Schwächung des Immunsystems aufgrund unseres veränderten Lebensalltags und damit verbundenen immensen Beschwerden beispielsweise bei grippalen Infekten. Wir leben in keinen einfachen Zeiten. Umso wichtiger ist es, möglichst positiv ins neue Jahr zu blicken und 2023 engagiert und bewusst anzugehen.

›Gute Vorsätze‹ – Ideen für 2023

Daheim auf der Couch zwischendurch mal die Augen schließen, tief ein- und ausatmen und in Gedanken am Lieblingsurlaubsstrand entlangwandern.

Regelmäßig – einmal, zweimal oder dreimal die Woche – mit wichtigen Menschen sprechen. Gerne persönlich, per Telefon oder Video-Chat, denn unterschätzen Sie nicht den Wert des Kluges der Stimme.

Regelmäßig raus vor die Tür: durch die Siedlung, ins Wäldchen, an den Teich oder in die City. Bewegung und Begegnungen mit Mensch und Natur bereichern unser Leben.

›Gute Vorsätze‹ haben bei uns eine lange Tradition. Mehr Sport treiben, sich gesünder ernähren, mit dem Rauchen aufhören, häufiger aufräumen und weniger in die ›Glotze‹ glotzen ... Viele von uns kennen es nur zu gut, Anfang Januar mit ambitionierten Vorsätzen durchzustarten und bereits wenige Wochen später frustriert fest-

zustellen, dass wir mal wieder daran gescheitert sind. Woran liegt es? Waren die Ziele zu hochgesetzt? Mangelt es an unserem Durchhaltevermögen? Feststeht: Der Mensch ist ein Gewohnheitstier. Möchten wir auf Dauer etwas ändern, müssen wir realistische Pläne entwerfen, die zu uns und unserem Alltag passen. Zu viel funk-



© Foto: Stadtmagazin

Tipp: Regelmäßig raus vor die Tür ins Wäldchen, an den Teich oder in die City.

tioniert nicht, zu wenig wäre aber einfach zu wenig. Unser Tipp: Überlegen Sie, was Ihnen besonders wichtig ist, und gehen Sie es aktiv und zugleich entspannt an.

Aber Moment einmal: aktiv und entspannt – sind das nicht unvereinbare Gegensätze? Auf keinen Fall, im Gegenteil! So haben doch unzählige Menschen in den letzten Jahren festgestellt, wie der coronabedingte Wegfall von sozialen Kontakten ihre Aktivität von jetzt auf gleich quasi auf Null reduziert hat. Keine Familienfeier, kaum Vereinssport, mangelnder persönlicher

Austausch mit Kolleg*innen, Schulkamerad*innen, Freund*innen und Bekannten ... Eine Deaktivität, die definitiv Stress auslöst und keine Entspanntheit ermöglicht. Doch auch Dynamik sollte auf keinen Fall zu dynamisch realisiert werden, hier kann ebenfalls eine ruhige und besonnene Herangehensweise sehr hilfreich sein. Von daher: Gegensätze ziehen sich an und bereichern uns. Fazit: ›aktiv und entspannt‹ ist eine wunderbare Kombination. Wir drücken Ihnen und uns die Daumen, dass wir so das neue Jahr bewusst(er)leben können.



Unterwegs im Südpark: Begegnungen mit der Natur bereichern unser Leben.

© Foto: Stadtmagazin

Veranstaltungstipps

Selbsthypnose – Selbstcoaching

Selbsthypnose ist eine für alle nutz- und erlernbare Methode, die die Gestaltungsfähigkeit im Hinblick auf Selbstbestimmung und Zielorientierung fördern kann. Entdecken Sie Ihre ganz individuelle Quelle der Kraft zur Veränderung – Ihre Gedanken! Ein Schnellverfahren für eine zielgerichtete Trance sowie Vertiefungsübungen dazu werden im VHS-Tages-Workshop erarbeitet. Im Vorfeld kann eine individuelle Zielformulierung – z. B. Motivation, Entspannung, Lebensveränderung – vorgenommen werden. Anhand konkreter Schritte erfahren Sie, wie Sie die Methode zu Hause, bzw. an jedem beliebigen Ort praktisch und effektiv anwenden können.

Termin 21.01., 10–17 Uhr

Kursgebühr 39,80 Euro

Impulsworkshop: Zeitmanagement – Haben Sie Ihre Zeit im Griff?

Haben Sie das Gefühl, dass Sie gestresst sind, aber die eigentlichen Aufgaben nicht geschafft haben? Bleibt am Ende des Tages immer noch ein Haufen Arbeit auf Ihrer To-Do-Liste? Das kennen viele von uns, doch den Umgang mit unserer Zeit lernen wir oft nicht. Wir ›machen‹ einfach, statt mal innezuhalten und unsere ›Säge zu schärfen‹. Dieses VHS-Training bietet Ihnen statt eines Patentrezeptes eine Anleitung für Ihr individuelles Konzept und Methodenvielfalt. Dabei geht es nicht um ›höher, schneller, weiter‹, sondern um Strategien für den eigenen Umgang mit der Zeit.

Termin 24.01., 18–21 Uhr

Online-Seminar mit Zoom

Kursgebühr 20,00 Euro

Fit in den Feierabend – Intensive Gymnastik für Alle

Ohne eine gute Kondition machen Radfahren, Wandern oder Skifahren keinen Spaß. Gerade dabei benötigen wir kräftige Muskeln und einen belastbaren

Kreislauf. Die Umstellung kann ein gut trainierter Körper zudem sehr viel besser verkraften. Deshalb ist es Ziel dieses VHS-Kurses, die allgemeine Beweglichkeit und ausdauer spezifische Muskelkraft durch ein intensives Konditionstraining und spezielle Übungen zu verbessern. Das gesamte Übungsprogramm ist rückenstärkend und -schonend ausgerichtet.

Kursbeginn 13.02., 18–19:00 Uhr · Dauer 15 Wochen

Kursgebühr 63,00 Euro

Die heilsame Kraft des Lachens

Gelotolog*innen haben herausgefunden, dass unser Gehirn den Unterschied nicht erkennt, ob wir mit oder ohne Grund lachen. Das Gehirn erkennt nur, dass wir lachen, und schüttet sogleich Glückshormone aus. Die Spiegelneuronen verstärken das Lachen, und schnell erklingt ein ansteckendes Gelächter. 1995 wurde Lach-Yoga vom indischen Arzt Dr. Madan Kataria entwickelt. Mittlerweile wird es weltweit mit viel Erfolg praktiziert – auch in Lünen! Das Lach-Yoga kann u. a. die Kommunikation, das Miteinander, die Beweglichkeit fördern und die Atmung, den Stoffwechsel sowie das Immunsystem stärken. Alltagssituationen werden transformiert und schaffen einen Perspektivwechsel. Lachen hat eine positive sowie nachhaltige Wirkung. Lach-Yoga kann mehr Leichtigkeit und Freude ins Leben bringen. Jeder kann es umgehend gewinnbringend in Alltag und Beruf integrieren.

Lach-, Klatsch-, Atem- und Entspannungsübungen sowie freudige Bewegung, die sowohl kleinere als auch größere Muskelpartien beanspruchen, sind Elemente des VHS-Kurses. Sie erhalten einen Einblick in die Vielfältigkeit des Lach-Yogas und weitere nützliche Anregungen, wie Sie das Lachen gewinnbringend in Ihren Alltag und Ihren Beruf integrieren können. Erfahren Sie selbst die wohltuende Wirkung auf Körper, Geist und Seele.

Termin 03.03., 18–21 Uhr

Kursgebühr 20,00 Euro

Weitere Infos und Anmeldung über: www.vhs-luenen.de



Frohes neues Jahr!

Das gesamte Team der WBG Lünen wünscht allen Leserinnen und Lesern einen guten Start in das Jahr 2023. Wir planen dieses Jahr nachhaltige Neubauprojekte und Modernisierungen in unseren Quartieren und schaffen für Sie attraktive Wohnumfelder für ein gemütliches Zuhause.

www.wbg-luenen.de

Laufen und schießen – Tempo und Treffer zählen

Sommer-Biathlon: Die Sportschützen Nordlünen/Alstedde sind einer der deutschen Vorreiter

Laura Dahlmeier, sympathische siebenfache Weltmeisterin im Winterbiathlon, sattelte 2019 von den Skiern auf das Fahrrad um. Die 29-Jährige bewies mit einer Radtour durch zehn europäische Länder, wie fit sie durch Biathlon geblieben ist. Nach 2.680 Kilometer hatte sie nach 19 Tagen ihr Ziel Istanbul erreicht. Erfolgreicher als Laura Dahlmeier war nur Magdalena Neuner. Als sie schon mit 25 Jahren aufhörte, war sie erfolgreichste Sportlerin aller Zeiten in ihrer Disziplin. Von 2006 bis 2012 gewann sie zweimal Gold bei Olympia, zwölfmal bei der WM, zweimal die Totalwertung im Weltcup und 34 Rennen. Mit zu den Besten gehörten Katrin Apel, Uschi Disl, Andrea Henke und Kati Wilhelm.



Maike und Andreas Hellnick starteten für die Lüner bei der Deutschen Meisterschaft im Sauerland und wurden in Ganderkesee Nordwestdeutsche Landesmeister.

Wir kennen bei den Männern noch Sven Fischer, der 33 Mal den Weltcup holte, Michael Greis, Ricco Gross, Mark Kirchner und Frank Luck. In diesen Tagen der Jahreswende 2022/23 rückte mehr und mehr die zweite Garde mit Benedikt Doll, Johannes Kühn, Roman Rees und Justus Strelow in den Vordergrund. Es waren aber nicht die Männer, sondern vor allem die Frauen, die mit ihren spannenden Wettkämpfen im Schnee uns bei den Übertragungen am TV vor lauter Begeisterung die Zeit vergessen ließen.

Vom Schnee des Winter-Biathlons zum Sommer-Biathlon: Wem sagt der Name Monika Liedtke etwas? Diese gab zwischen 2001 und 2007 den Ton an. Sie war mit 53 Titeln die erfolgreichste Deutsche, blieb

zwischen 2001 und 2006 im Einzel unbesiegt. Die immer noch aktuelle Coronapandemie schwächte zwar auch die Sommer-Biathleten, warf sie jedoch nicht um. Der Beweis: Ende August 2022 gewannen sie die Weltmeisterschaft, ausgetragen in Ruhpolding. Deutschland gewann die Gesamtwertung mit viermal Gold, fünfmal Silber und zweimal Bronze klar vor Italien, Tschechien und Schweden. Wer kennt dabei Jana Landwehr? Eine Sportlerin aus unserer Nähe (Dortmund-Huckarde und Aplerbeck), die zwischen 2014 und 2022 mehrfache Welt- und Deutsche Meisterin in der Disziplin Target Sprint wurde, eine Disziplin des Sommerbiathlons, bei der so lange geschossen werden muss, bis alle Ziele gefallen sind.

Von den Athleten an der Weltspitze werfen wir einen Blick auf unsere Sportler*innen vor Ort. Ganz auf Erfolg und Geselligkeit setzt der Schützenverein Nordlünen-Alstedde von 1834, Vorreiter im Sommerbiathlon. Die II. Kompanie gründete 1987 den gemeinnützigen Verein ›Sportschützen Nordlünen Alstedde von 1987 e. V.‹. Dieser übernahm das Sportliche und die Jugendarbeit. Jetzt wurde neben dem sportlichen Schießen mit Luftdruckwaffen ab 1990 auch Sommer-Biathlon angeboten. Seit 1992 gab es auch einmal jährlich einen überregionalen Wettkampf im Rahmen des Westfalen-Championats auf dem Alstedder Fußballplatz. Über Jahre wurde dieser von der Dorfmeisterschaft der Altlüner Vereine begleitet.

Die Lüner trainierten auf den umliegenden Feldwegen und in den nahen Wäldern. Der traditionelle und vereinseigene Schießstand in der Nordlüner Straße ›Im Ort‹ musste einer Neubebauung weichen. Weiter ging es in Räumen der ehemaligen Schuhfabrik ara an der Alstedder Straße. Am 4. März 2009 wurde dort der neue Schießstand mit sechs elektronischen Schießbahnen und vier Biathlonanlagen in Betrieb genommen.

Dass die Biathleten engagierte Läufer sind, zeigte sich auch an den immer länger werdenden Strecken. Einige liefen damit bei Marathons mit. Zweimal wurde in den 90er-Jahren der Mannschaftspokal des Lüner Hanselaufs gewonnen. Im Gewehrschießen sowie im Sommerbiathlon qualifizierten sich viele Mitglieder für Landes-, NRW- und Deutsche Meisterschaften, kämpften teils auch um die Medaillenränge mit.

Vorsitzender der sportlichen Schützen mit ihren 100 Mitgliedern ist seit 1992 Bernd Dittmeyer, der 2015 auch als Kreisvorsit-

zender die Gesamtführung der Lüner Schützen übernahm. Für ihn ist insbesondere der Sommerbiathlon eine Herzenssache: »Das ist eine tolle Sportart ohne großen Aufwand. Benötigt werden nur Laufsachen, Schuhe und ein Luftgewehr, das sich Anfänger auch beim Verein leihen können. Zum Laufen gehören Ausdauer und Kraft, zum Schießen Disziplin und Konzentration, und wenn Kinder diese Sportart ausprobieren wollen, dann stehen auch leichte Laser-Gewehre zur Verfügung.« Wird beim Winterbiathlon mit den Gewehren gelaufen, bleiben diese im Sommer am Schießstand. Je nach Geschlecht gibt es in den Altersklassen von den Schüler*innen bis zu den Damen und Herren unterschiedliche Laufstrecken. Geschossen wird im Anschlag liegend und stehend.



Bernd Dittmeyer, Vorsitzender der Sportschützen Nordlünen-Alstedde

© Foto: Archiv

Bis zu der Rekordzahl von 205 Teilnehmern gingen an den Start. Seit der 25. Auflage im Jahr 2017 richten die Lüner keinen Wettbewerb mehr aus. Bernd Dittmeyer: »Selbst mit unseren sehr gut eingespielten Ehrenamtlichen war diese beliebte Veranstaltung nicht mehr zu bewältigen. Die öffentlichen Auflagen wurden immer größer, es fehlten Sponsoren. Insbesondere ist unser Sport professioneller geworden. Davon profitierten die klassischen Wintersportorte wie Bayrisch-Eisenstein, Clausthal-Zellerfeld, St. Andreasberg und Ruhpolding. Doch waren uns die Fahrtkosten zu Wettkämpfen in ganz Deutschland zu hoch. Gleichzeitig gingen bei uns die Meldezahlen zurück! Sommerbiathlon kann bei uns jeder gerne trainieren. Aber eigene Wettkämpfe sind für uns derzeit kein Thema!«

Geblichen sind aber dennoch einige immer noch Aktive und weiterhin schöne Erfolge, für die vor allem das Ehepaar Maike und Andreas Hellnick sorgte. So bei der Deutschen Meisterschaft im sauerländischen Landesleistungszentrum Biathlon Jagdhaus 82 e. V. bei Schmalleben. Strömender Regen begleiteten die Massenstart-Wettkämpfe auf der anspruchsvollen Strecke. Trotzdem verbesserte sich Maike Hellnick in der Altersklasse Damen II ge-

genüber dem Vorjahr um drei Plätze auf Rang 9. Andreas Hellnick bestätigte in der Klasse Herren II den 9. Platz aus dem Vorjahr. Mehr war möglich, doch das Gewehr repetierte nach Stunden im Regen nicht mehr einwandfrei. Bei den Sprintwettkämpfen einen Tag später besserten trockene Bedingungen deutlich die Stimmung und die Ausbeute. Andreas sicherte sich mit einem fehlerfreien Schießen den 6. Platz und damit einen Platz in der erweiterten Siegerehrung vor dem Podium. Seine Frau Maike verbesserte sich von Rang 12 im Vorjahr auf den 7. Platz. Weiter aktiv ist das Alstedder Urgestein Manfred Schöpfer, das schon mehrfach bei Landesmeisterschaften und im Westfalenchampionat vordere Plätze erreichte. Neu dabei ist auch der Jugendliche Filip Wolanin, der im April 2023 mit in die Wettkämpfe einsteigen wird.

Nach einem Vierteljahrhundert Sommerbiathlon werfen die Sportschützen Nordlünen-Alstedde ihre Flinten nicht ins Korn, allerdings wird jetzt der Fokus mehr auf das sportliche Schießen gelegt. Mit mehreren Mannschaften wird jährlich an den Runden- und Ligawettkämpfen des Schützenkreises teilgenommen; die beste Mannschaft schießt derzeit in der Verbandsliga des Westfälischen Schützenbun-

In den ersten Jahren war Sommerbiathlon bei den Nordlünen-Alsteddern der Renner.


STADTWERKE LÜNEN

LICHTSCHNELL

INS NEUE JAHR

➤➤ MEHR LEISTUNG, MEHR MÖGLICHKEITEN

⚡ JETZT GLASFASERANSCHLUSS BUCHEN!

www.SWL24.de/glasfaser



Gefördert durch



Ministerium für Wirtschaft, Innovation, Digitalisierung und Energie des Landes Nordrhein-Westfalen



Stadt Lünen



Bundesförderung Breitband



atene
KOM
Projektträger



Ergotherapie Wisniewski Nina Mayweg

Waltroper Str. 23 · 44536 Lünen
Tel: 0231 · 88 206 88
ergowisniewski@gmx.de
www.ergotherapie-wisniewski.de



Unser Team (v. l.):

Agnes Borsch
Nina Mayweg
Sabrina Böttcher

Ergotherapie für Kinder, Erwachsene und Senioren u. a. bei:

- Wahrnehmungs- und Entwicklungsstörungen
- Konzentrationsstörungen
- neurologischen Erkrankungen
- psychischen Belastungen
- Legasthenie/Dyskalkulie
 - Demenz
 - AD(H)S
- Rheuma/Arthrose

Unsere Behandlungsmethoden sind u. a.:

- Sensorische Integrationstherapie
- Bobath-Therapie
- Verhaltenstherapie nach dem Intra Act Plus Konzept
- Video-Wahrnehmungstraining
- Aufmerksamkeits- und Konzentrationstraining
- individuelle Elternarbeit
 - PNF
 - Spiegeltherapie

Wir freuen uns auf Sie!



Impressionen von vergangenen Wettkämpfen der Lünen Sommerbiathleten

des. Zum vierten Mal wird das jährliche Marathon-Schießen Anfang März angeboten. 100 Schuss mit einem Gewehr! Zudem gibt es die im September 2023 stattfindenden 7. Alstedder Schießsporttage. Dabei müssen 40 Schuss unter Meisterschaftsbedingungen absolviert werden. Zu beiden Veranstaltungen sind in den letzten Jahren immer deutlich über 100 Sportler aus ganz Nordrheinwestfalen angetreten.

Wir wünschen auch für die Zukunft alles Gute und volle Kraft voraus!

Bernd Janning

Schießanlage Sportschützen Nordlünen-Alstedde

Alstedder Str. 44-46 · 44534 Lünen-Alstedde
Tel. 0 23 06 / 3 72 77 67

Trainingszeiten: dienstags 18 bis 22 Uhr,
donnerstags ab 19 Uhr und nach Vereinbarung.
Außerdem wird am letzten Freitag im Monat
ein Kleinkaliber-Training auf dem
Schießstand von Lünen 1332 angeboten.

Räume gestalten – Lebensraum schaffen

Das Leben ändert sich. Und nun?

Was tun, wenn Sie vor einer neuen Lebenssituation stehen und das ›alte‹ Zuhause auf einmal zu groß oder zu klein ist oder nicht mehr Ihren Bedürfnissen entspricht? Beispiele dafür gibt es viele: Die Kinder ziehen aus. Sie selbst orientieren sich beruflich und geografisch neu, es gibt eine Trennung oder einen Todesfall. Eventuell zwingt Sie auch eine finanzielle Notlage, den gemeinsamen Haushalt aufzulösen. Vielleicht ziehen auch neue Mitbewohner*innen ein, beispielsweise weil Mutter oder Vater nicht länger alleine leben können und betreut werden müssen. Oder Sie gründen einen neuen Hausstand als Patchwork-Familie. Die Frage ist nun, was Sie mit Ihrer Immobilie tun können, damit es wieder passt. Hier hilfreiche Tipps der Verbraucherzentrale NRW.



Wann ziehen die Kinder aus, wann vielleicht Oma und/oder Opa ein? Es kann immer zu neuen Wohnraumansprüchen und -wünschen kommen.

Entwickeln Sie eine neue Wohn-Perspektive

Wenn Sie nicht umziehen müssen oder möchten, sollten Sie zunächst überlegen, was passieren muss, damit Sie Ihr altes Zuhause weiternutzen können.

- Passt der bauliche Zustand des Hauses noch zu allen, die darin leben, und deren Bedürfnissen?
- Was müsste geändert werden, damit jeder Zugang zu allen Räumen und wichtigen Einrichtungsgegenständen erhält?
- Wie viel Zeit würde ein Umbau in Anspruch nehmen?
- Lohnt sich Ihr Vorhaben mit den finanziellen Mitteln, die Ihnen zur Verfügung stehen?

Erhöhen Sie den Komfort für alle

Welche baulichen Maßnahmen sind nötig, um Ihre Ziele zu erreichen? Reicht es, nur

das Nötigste zu tun, wie beispielsweise nur den Hauszugang, die Türen und das Bad barrierearm zu gestalten? Oder möchten Sie gleich den Grundriss verändern, damit Ihr Haus für eine neue Aufteilung des Wohnraums oder für eine Hausgemeinschaft geeignet ist, inklusive getrennter Abrechnungen für Heizung, Strom und Wasserversorgung? Um den Komfort für alle zu erhöhen, bietet es sich auch an, in allen Räumen moderne, energiesparende Standards zu setzen. Neben Rückzugsorten für die einzelnen Mitbewohner*innen benötigen Sie auch Räume, die Sie gemeinsam nutzen können, sei es für Gespräche, den Mittagstisch oder zur Freizeitgestaltung. Am besten lassen Sie sich auch vorab von einem Architekturbüro beraten. Die Fachleute können Ihnen Gestaltungsvorschläge und Tipps geben, wie Sie das Haus umnutzen, weiterentwickeln und umbauen können.

PARTNER FÜR INDUSTRIE UND HANDWERK.

UNSER SORTIMENT

- / Hand- und Elektrowerkzeuge
- / Schließanlagen, Schlösser und Beschläge
- / Schrauben und Befestigungstechnik
- / Arbeitsschutz und PSA
- / Technische Produkte
- / Gartengeräte und Gartentechnik
- / Technische Gase
- / Betriebseinrichtungen
- / Schweißtechnik

UNSERE DIENSTLEISTUNGEN

- / Reparatur und Wartung
- / Konzeption von Schließanlagen
- / Schlüssel fräsen
- / Stihl-Service
- / Schärfdienst
- / Veredelung von Arbeitsbekleidung
- / Service-Tool
- www.meine-wartung.de
- / UVV-Prüfungen
- / Warenausgabesysteme

PUTZIER WERKZEUGE UND EISENWAREN GMBH

Arndtstraße 27 | 44534 Lünen
 Tel.: +49 2306 758800
 www.putzier.net | info@putzier.net



Perspektiven für die thermische Klärschlamm-Entsorgung



Gesellschaft zur innovativen Nutzung von Brennstoffen mbH

Frydagstraße 47 · 44536 Lünen
 Telefon 02306/92823-10
 Fax 02306/92823-17
 E-Mail gf@innovatherm-gmbh.de
 Internet www.innovatherm.eu

© Foto: Max Franke auf Pixabay



Aus eins mach zwei: So lassen sich mehr Räumlichkeiten realisieren. Allerdings sollten Sie kleinere Zimmer nicht zu dunkel gestalten. Helligkeit verschafft Perspektiven!

Folgeschäden und Kosten vermeiden

Optimalerweise erstellen Sie mit Hilfe von Fachleuten einen individuellen Sanierungsfahrplan, der festlegt, wann welche Maßnahmen durchgeführt werden sollten. Die Ausführung sollten Sie Fachkräften überlassen. So vermeiden Sie unnötige Kosten, Dreck und Folgeschäden am Gebäude. Sie können Schritt für Schritt vorgehen oder gleich den »großen Wurf« wagen.

Denken Sie beim Umbau auch an die Zukunft!

Bei allen Maßnahmen sollten Sie bedenken, dass Sie nicht nur eine kurzfristige Lösung brauchen. Denken Sie in die Zukunft, um auch die im Alter benötigten Freiräume und Flexibilität zu erhalten, damit Sie möglichst lange selbstbestimmt und selbstständig in den eigenen vier Wänden bleiben können. Unabhängig davon, wie Sie aktuell wohnen möchten: Schaffen Sie schon heute die baulichen Voraussetzungen für alle Fälle. Durch eine bauliche und energetische Modernisierung lässt sich langfristig der Wert der Immobilie steigern. Das ist sowohl bei einem späteren Verkauf vorteilhaft, als auch bei der Perspektive für eine neue Aufteilung der Wohnfläche oder einer zukünftigen Vermietung.

Informieren Sie sich vorab über mögliche Fördermittel des Bundes. Denn für Umbau- und Sanierungsmaßnahmen, die Barrierearmut und altersgerechtes Wohnen zum Ziel haben, können Sie Zuschüsse und zinsgünstige Kredite erhalten. Die können dabei helfen, Ihre Sanierungs- und Modernisierungspläne finanzierbar zu machen. Auch auf Landesebene gibt es meist Fördermittel, um das eigene Zuhause barrierearm zu gestalten. In Nordrhein-Westfalen ist dafür die NRW Bank zuständig.
www.nrwbank.de/de/privatpersonen/wohneigentum-gestalten/barrierefrei-umbauen/



DIE BADGESTALTER

WASSER – WÄRME – WELLNESS
 Sanitär- und Heizungstechnik in Lünen



Abwechslungsreiche Bad-Ausstellung

Modern, praktikabel oder ausgefallener Wellnessstempel ... Bei uns finden Sie Ihr Traumbad.

Regenerative Heizungsanlagen – Nutzen Sie unser Know-how, es lohnt sich!

Kastner GmbH
 Am Wetterschacht 21 · 44534 Lünen · Tel. 0 23 06 / 2 30 85
 www.kastner-haustechnik.de

Besuch der Ausstellung aktuell nur nach vorheriger Terminvereinbarung

Ihr MalerMEISTER



Heinrich Fittinghoff

für kompetente Beratung und Ausführung von:

Maler-, Tapezier-, Lackier-, Putzarbeiten, Fassadensanierung, -gestaltung, Bodensanierung, -beschichtung Vollwärmeschutzarbeiten, Bodenlegerarbeiten, u.v.m.

Innungsfachbetrieb der Maler- & Lackiererinnung Dortmund & Lünen

44536 Lünen-Brambauer · Gustav-Sybrecht-Straße 31
 Tel. 02 31 / 87 34 19 · Mobil 01 71 / 2 83 13 43
 E-Mail: h.fittinghoff@t-online.de · www.maler-heinrich-fittinghoff.de



Schauen Sie sich um!

Bei der Frage, wie Sie Ihr Zuhause zukunftsfit gestalten, spielt auch das direkte Wohnumfeld eine Rolle. Gibt es in Ihrem Quartier oder Wohnort Geschäfte, Arztpraxen, Apotheken und soziale Einrichtungen, die leicht erreichbar sind, falls Sie in späteren Jahren nicht mehr so mobil sind? Können Sie im Zweifel auf Hilfe aus der Nachbarschaft vertrauen?

Tipp:

Die Energieberater*innen der Verbraucherzentrale NRW helfen Ihnen mit einer unabhängigen und anbieterneutralen Beratung weiter. Über die Energielotsen können Sie einen Termin vereinbaren. www.verbraucherzentrale.nrw/energielotse

Berücksichtigen Sie möglichst von Beginn an barrierearme Komfortvoraussetzungen.

© Foto: pressmaster - stock.adobe.com

Komfortabel in die besten Jahre

Immer mehr Menschen werden immer älter – und möchten möglichst lange in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben. Das gelingt aber nur, wenn Haus oder Wohnung rechtzeitig barrierefrei umgebaut werden. Für mehr Komfort, weniger Hindernisse – und weniger Energieverbrauch. Weil die meisten Häuser und Wohnungen jedoch nicht barrierefrei sind, entwickelt sich hier ein riesiger Markt.

Der clevere Umbau der eigenen Immobilie kann sehr gut gelingen, wenn man Bescheid weiß und die richtigen Entscheidungen trifft. Hier hilft Ihnen auch der Ratgeber der Verbraucherzentrale, ein äußerst lesenswertes und sehr informatives E-Book.

- Warum überhaupt umbauen? Die persönliche Situation
- Bauwissen kompakt für Außen- und Innenbereiche
- Clevere Umbauideen vom Keller bis zum Dachgeschoss
- Rechenbeispiele: Was kostet welcher Umbau?
- Rechtliche Voraussetzungen für Umbauen, Experten für den Umbau, Förderprogramme

Clever umbauen

Komfortabel in die besten Jahre
E-Book · 15,99 Euro
Downloadbar unter
www.ratgeber-verbraucherzentrale.de/bauen-wohnen/clever-umbauen-46007743



Ev. Altenzentrum Lünen

Stationäre Pflege
Kurzzeitpflege
Tagespflege
Ambulante Pflege
Seniorenladen
& mehr

Kontakt

Bebelstraße 200 Tel.: 02306 944770
44532 Lünen

www.diakoniedortmund.de

 **Diakonie**
Diakonische Altenhilfe
Dortmund und Lünen
gemeinnützige GmbH

 **Diakonie**
Ruhr





Buchstaben Wirr-Warr

Lösung: Schneeball

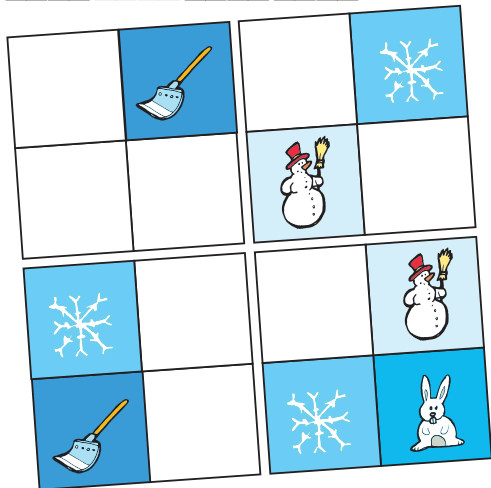
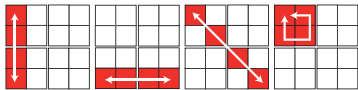
Hier sind einige Buchstaben ganz schön durcheinandergekommen. Wenn du alle Buchstaben mit einem schwarzen Punkt ausmalst und ordnest erhältst du das Lösungswort.

Labyrinth



Mini-Sudoku

In jeder senkrechten, waagerechten und diagonalen Reihe und in jedem Viererfeld muss jedes Motiv genau einmal vorkommen.



Lösung:



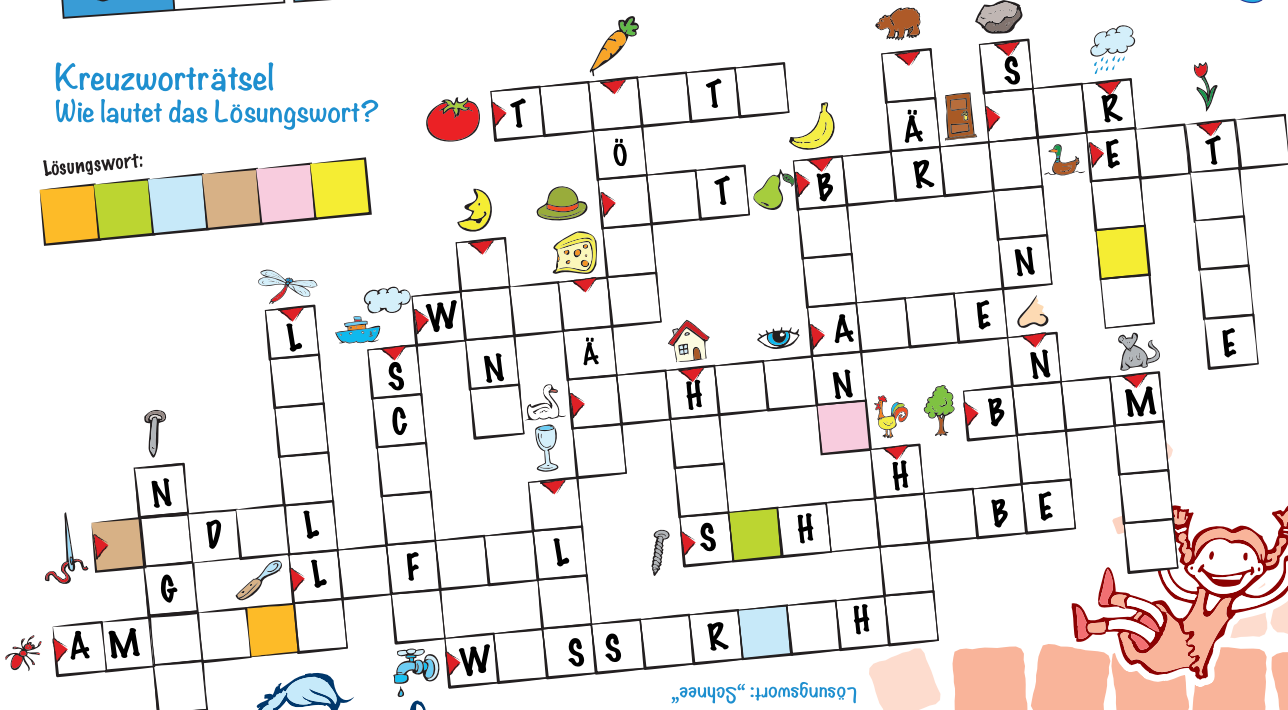
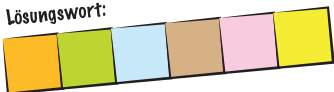
Puzzleteil suchen
Welches Teil fehlt hier?

Lösung: Puzzleteil C

Kreuzworträtsel

Wie lautet das Lösungswort?

Lösungswort:



Lösungswort: „Schnee“



© Foto: Tiffany Gödde / COCOMICO Theater



Was Conni kann – das könnt ihr auch!

Am 2. Februar steht im Heinz-Hilpert-Theater ein tolles Event auf dem Plan: Conni – Das Zirkus Musical. Einzigartig und besonders, exklusiv vom Cocomico Theater auf großer Tournee! Frei nach dem Motto ›Was Conni kann – das könnt ihr auch!‹ werden die Besucher*innen zum Teil der Inszenierung und können zusammen mit Conni und ihren Freunden erleben, das Zirkus-Musical-Abenteuer zu meistern und über sich hinauszuwachsen. Heraus kommt ein Musicalspaß für Jung und Alt zum Mitlachen und Miterleben mit vielen tollen Songs und ganz viel Charme!

Darum geht's: Conni hat am Wochenende etwas ganz Besonderes vor. Zusammen mit ihrer Freundin Julia steht eine große Zirkus-Aufführung in der KiTa bevor, vorher soll dort auch noch übernachtet werden. Bis zur Aufführung geht allerdings so einiges schief, und sogar Connis Eltern müssen bei der Zirkus-Aufführung einspringen. Und welche Rolle spielt Connis Kater Mau, um das großartige Event zu retten? Für Conni, ihre Familie, ihre Freunde und all ihre kleinen und großen Publikumsgäste wird es in diesem Zirkus-Musical-Abenteuer nie langweilig. Es ist immer etwas los, und Conni hat viel Spaß, auch wenn es einige Probleme zu lösen gilt. Denn sie hat ja Rückhalt durch all ihre vielen Zuschauer*innen, von ihrer Freundin Julia, von Mama und Papa Klawitter, und sogar von ihrem geliebten Kater Mau!

Conni – Das Zirkus Musical

Ab drei Jahren
02.02., 16 Uhr
Heinz-Hilpert-Theater

BUCHtipp

Wörter verbinden

Wörter bilden das Fundament unserer Sprache. ›Die Geschichte der Wörter für Kinder‹ erforscht die einzigartige menschliche Fähigkeit, Gedanken mithilfe von Wörtern zu teilen. Kompetent geschrieben von Mary Richards und humorvoll illustriert von Rose Blake, führt das Buch die jungen Leser*innen durch die Geschichte der Wörter und erzählt von Erfindungen, Autorinnen und Autoren und Zivilisationen, die unsere Sprache und die Art der Kommunikation auf der ganzen Welt geprägt haben.



›Die Geschichte der Wörter‹ inspiriert junge kreative Köpfe und hilft ihnen zu verstehen, wie wir kommunizieren, wie wir andere Sprachen erlernen, wie Sprache unsere Identität ausdrückt, welche Sprachen vom Aussterben bedroht sind und wie die Zukunft der Wörter aussieht.

Mary Richards / Rose Blake

›Die Geschichte der Wörter für Kinder‹

Ab acht Jahren
Midas Verlag · 22,00 Euro



Wir beraten und behandeln Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

NEU! Lerntherapie für Dyskalkulie und LRS



Şerif Yıldırım

Brechtener Straße 18 · 44536 Lünen

Tel.: 0231 - 24 97 59 9

info@sprachtherapie-brambauer.de

www.logopaedie-luenen-brambauer.de

Mitten aussem Leben ODER Ratta, ratta – radada dadaaaa

Heute wieder ein paar Stündchen unterwegs gewesen. Innenstadt, Brambauer, Alstedde, Horstmar and back to the city. Oha, die Verkehrssituation ist schon länger etwas speziell. Baustellen, Baustellen, Baustellen ... Stau, Stau, Stau ... Und auch wieder auf der B 236: Stau ohne Ende!

Hinter mir ein Auto mit einem jungen Fahrer, der vermutlich denkt, dass ich wohl zu dämlich bin, gescheit und zügig weiterzu-

fahren. Nein, nein, mein Herr, das ist definitiv nicht meine Schuld, dass es nicht weitergeht. Kannst du nicht sehen, dass ich hinter Millionen von Fahrzeugen in der Schlange stehe und selbst total genervt bin? Zu blind? Zu empathie- und ahnungslos? Wobei, es stimmt ja schon, dass man teils nicht erkennen kann, was genau da vorne los ist.



© Foto: Stock.adobe.com; nalidsa; 115478526

TÜV NORD Hauptuntersuchung
Für alle eine runde Sache.



Unsere Öffnungszeiten:

Mo. – Do.: 08.00 – 12.30 Uhr und 13.00 – 16.30 Uhr
Fr.: 08.00 – 12.30 Uhr und 13.00 – 15.00 Uhr

TÜV-STATION Lünen
(am Autohaus Rüschkamp)
Viktoriastraße 73
Service-Tel.: 0800 80 70 600
www.tuev-nord.de



Egal, die Type fängt irgendwann an, zu hupen, zu blinken und mir fürchterlich fiese Stinkefingerformationen zu zeigen. Boah, denke ich, was will der blöde Kerl da hinter mir nur? Und – zack – hat ette wieder einen Song im Ohr und ist beseelt hoch drei.

Na gut, Kerlchen hinter mir, musst du durch, und du willst nicht wissen, was ich gerade denk'. Und ob ich nach Haus' oder zu einem Rendezvous fahre, geht dich nen Sch...-Dreck an!!! Und denselben Sender hören wir definitiv nicht. Abgesehen davon, dass ich das Radio jetzt prompt ausgeschaltet habe und selber singe in einer Lautstärke, die jede Hupe gnadenlos übertönt: ratta, ratta ...

Ein herzliches Dankeschön, werter Hinterherfahrer und/oder -steher, für diese wunderbare Inspiration. Wie schön, dass ich heut' endlich einmal Zeit hab. Ich muss nicht rasen wie ein wilder Stier. Ich träum' so in Gedanken, ganz allein und ohne Schranken und wünsch', der Stau bleibt noch sehr lange hier!

ad

premio Reifen+Autoservice

Nicht nur Reifen...

- Inspektion
- Stoßdämpfer
- Achsvermessung
- Auspuff
- Bremsen
- HU*/AU

*Prüfung durch externe Prüferingenieure der amtlich anerkannten Überwachungsorganisationen.

Karl Lingnau e.K. - Kfz-Meisterbetrieb
Dortmunder Str. 50-52 · 44536 Lünen · Tel.: 0 23 06-1 80 84 · Fax: 0 23 06-25 71 65
www.reifen-lingnau.de · info@reifen-lingnau.de

Kennen Sie eigentlich ...

... besagten und mitgesungenen Song? Im Wagen vor mir fährt ein junges Mädchen ist ein Lied des deutschen Komponisten Hans Blum, das er 1977 unter dem Pseudonym Henry Valentino gemeinsam mit der Sängerin Uschi (Ursula Pepsang) veröffentlichte.

Es wird gemunkelt, dass ihm die Idee kam, als er mit dem Auto hinter einem anderen Fahrzeug herfuhr, in dem er eine Frau mit schönem, langem Haar zu erkennen glaubte. Als er den Wagen neugierig überholte, stellte sich heraus, dass es in Wirklichkeit ein Mann mit Langhaarfrisur war. Aus diesem Erlebnis entstand der Songtext um einen Autofahrer, der im Wagen vor ihm ein 'junges Mädchen' entdeckt und tagträumend längere Zeit hinter ihr herfährt, während ihr diese vermeintliche Verfolgung zunehmend unheimlich wird. Tja, Hans Blums Ehefrau kritisierte vor allem die Melodien im Mitsingteil zunächst als »zu kompliziert, zu wenig eingängig, zu umständlich«. Erst als er den Teil auf zwei Silben reduzierte, war sie zufrieden – und nicht nur sie! Rund 33 Wochen lang gehörte der Hit zu den Top 100 der deutschen Single Charts.

Die neue Mercedes-Benz T-Klasse: zwischen Alltagsfahrzeug und Micro-Camper

Die T-Klasse ist da – ein Fahrzeug, das das Portfolio um ein attraktives Einstiegsmodell in die Mercedes-Welt erweitert und sich als Premium-Small-Van insbesondere an Freizeitaktive sowie Familien richtet.

Die neue T-Klasse verbindet ein sportlich-emotionales Design mit dem Mercedes-typischen Anspruch an Wertigkeit, Komfort und Konnektivität. Diese Eigenschaften, in Kombination mit ihren kompakten Außenmaßen bei einem gleichzeitig durchdachten Platzangebot im Innenraum, eröffnen dabei auch im zunehmend populären Bereich der Micro-Camper-Umbauten vielfältige Möglichkeiten für den Neuen mit Stern.

Die neue T-Klasse überzeugte beim unabhängigen Sicherheitstest Euro NCAP in allen vier Kategorien, die sich auf Insassensicherheit, Kindersicherheit, Fußgängerschutz und Assistenzsysteme beziehen. Insbesondere bei der Sicherheit von Kindern setzte sie sich mit an die Spitze im Segment der Kompaktvans. Serienmäßig ist das Fahrzeug mit dem iSize-Befestigungssystem für drei Kindersitze und einer Kindersicherung an beiden Schiebetüren ausgestattet. Bei entsprechender Ausstattung verfügen auch die elektrischen Fensterheber im Fond über eine Kindersicherung.

Zum Schutz aller Passagiere sind standardmäßig sieben Airbags an Bord. Auch die Anzahl an Fahrerassistenzsystemen ist für dieses Segment außergewöhnlich umfangreich. Das neue Modell ist der perfekte Begleiter für all diejenigen, die viel Platz brauchen und dabei Wert auf Design, Sicherheit, Komfort und Vielseitigkeit legen. Es verbindet Multifunktionalität und ein großes Platzangebot mit hochwertigem Ausstattungsniveau.

Zur Individualisierung der T-Klasse bietet Mercedes-Benz zwei Ausstattungslinien an: ›Style‹ und ›Progressive‹. ›Style‹ bringt raffiniertes Design mit dynamischem Touch in



die T-Klasse, während die Line ›Progressive‹ den Fokus noch stärker auf Eleganz und gehobene Ausstattung legt. Zusätzlich bietet Mercedes-Benz für die T-Klasse zahlreiche Optionen für Komfort und Sicherheit in verschiedenen Ausstattungspaketten an: Das Technik-Paket umfasst KEYLESS-GO, Wireless Charging, zwei USB-Schnittstellen an der Mittelkonsole im Fond, den Fernlicht-Assistenten sowie LED High Performance-Scheinwerfer und Teil-LED-Heckleuchten. Das Winter-Paket kombiniert eine Sitzheizung für Fahrer und Beifahrer, das beheizbare Multifunktionslenkrad und eine beheizbare Windschutzscheibe. Das Spiegel-Paket enthält anklappbare Außenspiegel sowie einen automatisch abblendenden Innenspiegel.

Das Navigations-Paket umfasst das MBUX Infotainmentsystem mit integrierter Navigation, Live Traffic Information und erweiterten Funktionen wie dem intelligenten Sprachassistenten ›Hey Mercedes‹. Hinzu kommt der Verkehrszeichen-Assistent. In Verbindung mit den Lines Style und Progressive ist auch die Ambientebeleuchtung in acht Farben erhältlich.

Mercedes-Benz
Niederlassung Lünen
 Lindenplatz 3 · 44532 Lünen
 Tel. 0 23 06 / 24 00-0
www.luenen.mercedes-benz.de

Inflationsausgleichsprämie: bis zu 3.000 Euro steuer- und beitragsfreie Auszahlung möglich

Beitrag von Dipl.-Finanzwirtin (FH) Lena Skok, Steuerberater- und Rechtsanwaltskanzlei Skok & von Bohlen

Seit dem 26.10.2022 können Arbeitgeber ihren Arbeitnehmern bis zu 3.000 Euro steuer- und beitragsfrei in Form der Inflationsausgleichsprämie zahlen. Hierfür hat der Gesetzgeber den § 3 Nr. 11c EStG eingeführt, der diese Sonderzahlung steuerfrei stellt. Ziel des Gesetzgebers ist die Abfederung der weiterhin anhaltend hohen Inflation. Wir erklären Ihnen hier, wie die Inflationsausgleichsprämie umgesetzt werden kann und was es zu beachten gilt!

Damit die Sonderzahlung des Arbeitgebers an den Arbeitnehmer steuerfrei ist, muss die Zahlung in Form eines Zuschusses oder Sachbezuges zunächst zusätzlich zum ohnehin geschuldeten Arbeitslohn erfolgen, d. h. eine Entgeltumwandlung ist nicht zulässig. Die Zahlung muss in dem Zeitraum vom 26.10.2022 bis zum 31.12.2024 erfolgen, und diese muss gesondert im Lohnkonto aufgezeichnet werden. Zweck der Zahlung muss die Abmilderung der gestiegenen Verbraucherpreise sein, und die Zahlung darf 3.000 Euro nicht übersteigen. Werden diese Voraussetzungen eingehalten, ist die Inflationsausgleichsprämie von der Lohnsteuer und auch von den Beiträgen zur Sozialversicherung befreit.



Lena Skok

Auszahlung durch den Arbeitgeber an den Arbeitnehmer

Wichtig für die Gewährung der Inflationsausgleichsprämie ist das Vorliegen eines Arbeitsverhältnisses. Neben Voll- und Teilzeitmitarbeitern sind auch Aushilfen, Auszubildende und Minijobber begünstigt. Eine Anrechnung auf die Mini-/Midijobgrenze erfolgt nicht! Auch Arbeitnehmer, deren Arbeitsverhältnis aufgrund von Elternzeit o. ä. ruht, können die Inflationsprämie erhalten. Bei Gesellschafter-Geschäftsführern einer Kapitalgesellschaft sollte der Grundsatz der Fremdüblichkeit beachtet werden. Der Steuerbefreiung steht es nicht entgegen, wenn einzelnen Arbeitnehmern eine höhere Prämie ausgezahlt wird als anderen. Dies sollte jedoch aufgrund des arbeitsrechtlichen Gleichbehandlungsgrundsatzes sachlich begründet sein. Im Zweifel sollte ein Rechtsanwalt hinzugezogen werden.

Auszahlung zusätzlich zum geschuldeten Arbeitslohn

Die Prämie muss von top ausgezahlt werden. Eine Gehaltsumwandlung in Form des Verzichts auf bereits vereinbarte Gehaltserhöhungen oder vertraglich zustehende Gewinnbeteiligungen ist schädlich und führt zu einer Steuer- und Beitrags-

pfligt der Prämie. Dem Arbeitgeber steht es aus diesem Grund auch frei, ob und in welcher Höhe die Inflationsausgleichsprämie ausgezahlt wird, Arbeitnehmer haben grundsätzlich keinen Anspruch auf die Auszahlung.

Zeitraum 26.10.2022 bis 31.12.2024

Die Prämie ist nur steuer- und beitragsfrei, sofern sie bis zum 31.12.2024 ausgezahlt wird. Dies wird mit der Tatsache begründet, dass der Gesetzgeber davon ausgeht, dass die Energiepreise bis dahin wieder sinken. In diesem Zeitraum kann die Prämie in Form einer Einmalzahlung zu einem beliebigen Zeitpunkt oder in Form von Teilzahlungen ausgezahlt werden. Zum Beispiel können die 3.000 Euro in voller Höhe ausgenutzt werden, indem von Januar 2023 bis Dezember 2024 jeweils 125 Euro ausgezahlt werden. Für Arbeitgeber ist die Auszahlung in dieser Form häufig leichter finanziell zu stemmen, und Arbeitnehmer können die laufenden gestiegenen Energiepreise begleichen.

Abmilderung der gestiegenen Verbraucherpreise

Zwecks Sicherstellung der Steuerfreiheit sollte auf den Lohnabrechnungen oder auf

dem Überweisungsträger der Hinweis aufgenommen werden, dass die Prämie vor dem Hintergrund ausgezahlt wird, dass die Belastungen durch die Inflation reduziert werden sollen. Der Zweck der Inflationsausgleichsprämie muss dem Arbeitnehmer deutlich werden.

Form der Auszahlung

Die Prämie kann als klassischer Zuschuss oder als Sachleistung gewährt werden. Zum Beispiel können dem Arbeitnehmer Tankgutscheine o. ä. zugewendet werden. Diese fließen auch nicht in die monatliche 50 Euro-Sachbezugsfreigrenze ein.

Aufzeichnung im Lohnkonto

Für den Fall einer späteren Lohnsteueraußenprüfung sollte die Zahlung als auch die ggf. schriftlich geschlossene Vereinbarung mit dem Arbeitnehmer in das jeweilige Lohnkonto mitaufgenommen werden.

Höchstbetrag

Die Inflationsausgleichsprämie ist bis zu dem Höchstbetrag von 3.000 Euro steuerfrei. Dieser Freibetrag gilt pro Arbeitsverhältnis, d. h. Arbeitnehmer mit mehreren Arbeitsverhältnissen können auch mehrfach profitieren. Gleiches gilt für Arbeitnehmer, die zwischenzeitlich den Arbeitgeber wechseln.

Bei der Inflationsprämie gibt es sowohl für Arbeitnehmer als auch Arbeitgeber ein hohes Gestaltungspotenzial, um die Prämie optimal einzusetzen. Mit der Kanzlei Skok & von Bohlen haben Sie einen kompetenten Ansprechpartner für Fragen rund um die Inflationsausgleichsprämie an Ihrer Seite. Wir unterstützen Sie gerne bei der auf Sie abgestimmten Auszahlung.

Skok & von Bohlen Steuerberater & Rechtsanwälte

Lange Str. 81b · 44532 Lünen
Tel. 0 23 06 / 75 13 00
www.steuerberater-luenen.de

Die Kraft der Stimme

»Hast du schon den Müll rausgebracht?« Eine einfache Frage, doch die Betonung beim Sprechen verrät oft mehr als das, was die Worte rein inhaltlich aussagen.

Die Stimme ist das Spiegelbild unserer Persönlichkeit und unserer Seelenlage. In ihr kann Trauer, Furcht oder Freude, Wut oder Langeweile mitschwingen – bewusst oder unbewusst. So klingt eine aufgebrauchte Stimme meist schrill, während Mutlosigkeit und Trauer sie erschlaffen lassen und ihr einen schwachen, undeutlichen oder brüchigen Klang verleihen. Hohe Kleinmädchenstimmen signalisieren Hilfslosigkeit, während tiefe, ausgeglichene Stimmen beruhigend wirken und Souveränität ausstrahlen. Ältere Menschen, die beim Sprechen frisch und lebhaft klingen, werden von ihrer Umwelt übrigens regelmäßig jünger geschätzt.

Im Vorteil ist, wer die Wirkung seiner Stimme zu nutzen weiß. Zwar ist jede Stimme einzigartig – sie wird daher z. B. in der Kriminalistik sogar zur Identifizierung von Personen eingesetzt. Doch unabhängig von den unabänderlichen genetischen Voraussetzungen, die uns mit auf den Weg gegeben wurden, kann jeder Mensch am Ausdruck seiner eigenen Stimme feilen. Denn das Zusammenspiel von Atmung, Körperhaltung und Lautformung lässt sich durchaus optimieren. Und dies fördert nach Ansicht von Stimmforscher*innen die Verbesserung der Außenwirkung ebenso wie die Persönlichkeitsentwicklung.

Doch auch ohne professionelles Stimmtraining können wir schon viel tun, um unsere Stimme so zu pflegen, wie sie es verdient. Der erste und vielleicht wichtigste Schritt ist, die eigene ›Wohlfühlstimme‹ zu finden, d. h. die Tonlage, die am besten zu uns passt. Darüber hinaus hilft alles, was Körper und Seele guttut. Hingegen können Nikotin, Alkohol, zu viel Koffein, scharfe Speisen, bestimmte Medikamente, aber auch trockene Heizungsluft die Schleimhäute reizen bzw. austrocknen. Mangelnde Bewegung wirkt sich ungünstig auf die Körperhaltung und dementsprechend auch auf die Stimme aus.

Tipp: Um die Stimmbänder geschmeidig zu halten, sollten wir viel trinken (täglich zwei bis drei Liter Wasser). Haltungproblemen kann durch ausreichend Bewegung (möglichst an der frischen Luft) vorgebeugt werden. Regelmäßiges zu lautes Sprechen oder Schreien bei Hintergründlärm schadet der Stimme ebenso wie übermäßige Stimmbelastung bei Erkältungen. Für Vertreter bestimmter sprechintensiver Berufe wie Lehrer*in, Moderator*in oder Politiker*in können gezielte Stimmübungen beim Logopäden daher auch prophylaktisch sinnvoll sein.



© Foto: Wikimedia

»I have a dream!« – Redner mit Stimme und Charisma: Martin Luther King

Ihre Alltagshilfen
Alles was Sie brauchen –
alles aus einer Hand



Unterbezirk
Ruhr-Lippe-Ems



Tagespflege

Jeden Tag ein
Rendezvous

- Unna
- Lünen-Brambauer
- Lünen-Lippeaue



Ambulante Pflege

Auf eigenen
Beinen stehen

- Kamen
- Unna
- Bergkamen
- Bönen
- Lünen



www.ihre-alltagshilfen.de



Mit den Menschen für die Menschen.
Sie erreichen uns 24 Stunden täglich:
0800 4800060



Herzlich willkommen

in der Residenz Osterfeld

Wir bieten den uns
anvertrauten Senioren:

- ➕ vollstationäre Pflege und Betreuung
- ➕ Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- ➕ Pflege dementiell erkrankter Menschen



**GERNE BERATEN WIR SIE
IN EINEM PERSÖNLICHEN
GESPRÄCH!**

Residenz Osterfeld
Günter-Kleine-Straße 1
44532 Lünen
Fon 02306-929440
www.alloheim.de

Essbare Wärmespender

Winterliche Gerichte für Körper, Geist und Seele

Zugegeben, die ersten Wochen hat sich der Winter von einer ungewohnt warmen Seite gezeigt. Aber wer weiß? Es können durchaus noch kühle Zeiten auf uns zukommen. Gerade in unserer Region wird es vor allem Ende Januar und Anfang Februar oftmals frostig – für viele Menschen eine absolute Herausforderung. Unser Tipp: Nehmen Sie Ihre Essgewohnheiten unter die Lupe. Denn nicht nur kuschelige Kleidung beeinflusst unser Wohlbefinden in der dunklen Jahreszeit – auch unsere Ernährung spielt eine zentrale Rolle. Sogenannte ›wärmende‹ Lebensmittel bringen den Kreislauf in Schwung und sorgen dafür, dass Sie nie wieder grundlos kalte Füße haben.

Frühstückstipp: Haferbrei

Indem wir bestimmte Lebensmittel erhitzen, können wir ihren wärmenden Effekt noch verstärken. Schon deshalb gibt es für ›Frostbeulen‹ im Winter nichts Besseres, als mit einem warmen Frühstück in den Tag zu starten. Unser Tipp: Porridge aus gekochten Haferflocken. Denn schon die alten Schotten wussten: Wenn der Wind ums Haus pfeift und die Kälte in alle Ritzen kriecht, wirkt eine ordentliche Portion Haferbrei im Bauch wie ein biologisches Wärmekissen, das über den ganzen Körper bis in die Finger- und Zehenspitzen strahlt und Kraft für den Tag spendet. Gerne noch ein paar Walnüsse, Rosinen und Apfelstückchen für die Vitamine unterheben. So sind wir für das nasskalte Schmuddelwetter und die Minusgrade bestens gewappnet.

Wintergemüse liefert Energie

Saisonale Gemüsesorten wie Kürbis, Kohl, Süßkartoffeln, Fenchel, Lauch, Karotten, Rote Bete und andere Rüben sind die Klassiker auf der winterlichen Speisekarte. Und das nicht ohne Grund: Sie liefern Wärme, Energie sowie wertvolle Vitamine

und Mineralien, die wir in der Erkältungszeit dringend benötigen. Am besten werden sie zu pikanten Suppen, Schmorpfannen oder deftigen Eintöpfen zubereitet. Wer clever würzt – mit Zimt, Muskat, Kümmel, Koriander, Sternanis, Nelken, Ingwer, Chili, Pfeffer oder verschiedenen Currymischungen – kann dem Körper an kalten Tagen zusätzlich einheizen. Zum Nachtisch empfehlen wir winterliches Obst wie Orangen, Mandarinen und Kumquats, einen leckeren Bratapfel frisch aus dem Ofen oder – als Absacker – einen selbst gemachten Ingwer-Shot.

Fix und fertig:

Frühstücksporridge à la Pia

Zutaten für 1 große Portion:
6 gehäufte EL kernige Haferflocken
1 kleiner Apfel (z. B. Elstar)
1 TL brauner Zucker
1 Prise Zimt
1 Prise Salz
1 Schuss Milch oder Hafermilch

Den Apfel in kleine Stückchen schneiden. Haferflocken mit Zucker, Zimt, Salz und

den Apfelstückchen in einer großen Schale vermengen. Kochendes Wasser aufgießen, bis die Haferflocken knapp bedeckt sind. Drei bis fünf Minuten quellen lassen und gelegentlich umrühren. Überschüssiges Wasser eventuell mit einem Löffel vorsichtig abheben, damit nicht zu viel Flüssigkeit in der Schale ist. Zum Schluss einen Schuss Milch hinzufügen und nochmals umrühren. (Achtung: Hafermilch ist von Natur aus süß, je nach Geschmack kann der Zucker reduziert oder ganz weggelassen werden). Warm verzehren.



Biologisches Wärmekissen: Porridge

© Foto: Mara Zengalié - stock.adobe.com

Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

100

Echt AWO. Seit 1919.
Erfahrung für die Zukunft.

Seniorenzentrum „An der alten Gärtnerei“

Waltroper Str. 25 • 44536 Lünen
Fon: 0231 - 9868090 • sz-luene-ll@awo-ww.de

Seniorenzentrum „Minister Achenbach“

Hermann-Schmälzger-Straße 15-19 • 44536 Lünen
Fon: 0231 - 8783-1 • sz-luene-ii@awo-ww.de



Kürbis-Möhren-Suppe: So schmeckt der Winter!

Schön scharf: Kürbis-Möhren-Suppe mit Kokosmilch

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Hokkaido-Kürbis
- 400 g Möhren
- 1 Stück Ingwer (ca. 5 cm lang)
- 1 Zwiebel
- 1 scharfe rote Chilischote
- 2 EL Butter
- 1/2 Liter Gemüsebrühe
- 400 ml Kokosmilch
- 1 Zitrone
- Sojasauce
- Chilipulver
- Salz und Pfeffer
- Koriandergrün zum Garnieren

Kürbis, Möhren, Zwiebel und Ingwer schälen und würfeln. Chilischote in feine Ringe schneiden. Alles in der Butter andünsten. Mit Brühe aufgießen und etwa 20 Minuten weichkochen. Danach fein pürieren. Die Kokosmilch unterrühren. Zitrone auspressen. Mit Sojasauce, Zitronensaft, Chilipulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit dem Koriander garniert servieren.

Deftig: Schmorpfanne mit Wirsing und Hackfleisch

Zutaten für 4 Personen:

- 1 Wirsing
- 500 g gemischtes Hackfleisch
- 1 Gemüsezwiebel
- 1 Knoblauchzehe



Wirsing liefert Wärme, Energie und wertvolle Vitamine.

- 2 EL Butterschmalz
- Tomatenmark
- 1 Prise Zucker
- 1 Schuss Weißwein
- Gemüsebrühe
- Kümmel
- Süßes Paprikapulver
- Chilipulver
- Salz und Pfeffer

Wirsing achteln und nach Entfernen des Strunks in kleine Streifen schneiden. Hackfleisch mit Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne im erhitzten Butterschmalz anbraten und würzen. Dann den geschnittenen Wirsing dazugeben und schmoren lassen. Schuss Weißwein und Tomatenmark hinzufügen. Von Zeit zu Zeit etwas Weißwein und Brühe angießen, sodass der Kohl nicht anbrennt. Nach ca. 20 bis 25 Minuten sollte der Wirsing gar, aber noch bissfest sein. Mit den Gewürzen abschmecken. Dazu passen Reis oder Kartoffeln.



Ingwer-Shot: Skol!

Power im Glas: Ingwer-Shot

Zutaten für 1 Shot:

- 100 g Ingwer
- 2 Bio-Zitronen
- 100 ml naturtrüber Apfelsaft
- 50 ml flüssiger Honig
- 1 TL Zimt
- 1 TL Kurkuma
- 1 Messerspitze Cayennepfeffer

Ingwer schälen und in Würfel schneiden. Zitronen auspressen. Alle Zutaten in einen Mixer geben und fein pürieren. In ein Glas füllen. In kleinen Schlucken genießen.

Alarm im Lüner Kulturbetrieb

»Krisen-Surfen« mit LEN METTE

Ein spärlich befüllter Kalender 2023, ein Hauch Staub auf Kisten, Koffern und Stativen: So sieht es derzeit in einem kleinen Büro und Techniklager in Lünen aus. Es sind die Räume von Len Mette, die derzeit eher nicht durch geschäftiges Treiben geprägt sind, und das hat Gründe. Der Autor, Musiker und Kabarettist feierte noch im November 2021 erfolgreich die Premiere seines neuen Programms »Ballett für Erwachsene« im Heinz-Hilpert-Theater in Lünen vor geladenen Gästen, denen er für ihren Einsatz während der Pandemie eine kleine Auszeit gönnen wollte.



© Foto: Bettina Südmeyer

Aufgeben ist für Len Mette keine Option – auch nicht in schwierigen Zeiten.

Volle Bücher nach den Lockdowns, aber ...

»Das war tatsächlich ein sehr schöner Abend«, erinnert sich Len Mette, »und auch in der ersten Jahreshälfte 2022 reihete sich gefühlt eine Veranstaltung hinter die nächste, da es viele Nachholtermine

für Veranstaltungen gab, die während der Lockdowns verschoben werden mussten. In den letzten sechs Monaten sah das jedoch deutlich anders aus. Normalerweise buchen wir meine Termine gern etwa ein Jahr im Voraus. Das ist momentan allerdings Utopie.« Die Ursache für jene ausbleibenden Buchungen findet sich nicht etwa im Inhalt dessen, was Len Mette auf den abendlichen Bühnen präsentiert. O nein! Vielmehr steht fest, dass aktuell viele Kleinkünstler, Comediennes und Veranstalter von denselben Problemen zu berichten wissen oder bereits aufgeben mussten. Die Gründe mögen vielschichtig sein, aber mit dem Jazz-Club, dem Greif und dem Kulturcafé sind konkret in Lünen wesentliche Orte für Kunst und Kultur weggefallen oder mussten sich deutlich verkleinern.

»Todesurteil für den kulturellen Mittelstand«

»Was wir aktuell erleben, ist anscheinend eine Verkettung einiger unterschiedlicher Effekte«, erklärt er weiter. »Die Inflation lässt die Menschen abwägen, ob sie sich eine Theaterkarte gönnen möchten. Wenn sie es tun, dann soll damit natürlich auch

ein »großer Name«, also eine Art Spaßgarantie verbunden sein. Veranstalter hingegen machen sich bei den gestiegenen Energiepreisen und aufgrund des Personalmanagements ebenfalls ihre berechtigten Gedanken, für welchen Künstler sie ihre Pforten überhaupt öffnen und ein finanzielles Risiko eingehen können. Werden nicht genug Karten verkauft, wird ein solcher Abend schließlich schnell zu einem Minusgeschäft. Auch hier sind bekanntere Namen die besseren Umsatzgaranten. Und nicht zuletzt schlägt sich sicherlich auch noch das Thema Corona in der Entscheidung nieder, ob man für Kleinkunst ins Theater gehen mag oder eben nicht. Musikveranstaltungen sind da schon verlockender. So verständlich all diese Themen sind: Für den kulturellen Mittelstand grenzt diese Entwicklung momentan an ein Todesurteil, sofern man als Künstler nicht zum Nulltarif auf die Bühne gehen kann.«

Beruf? Optimist!

Was sich in der Kulturszene abspielt, lässt sich also mit der Krise nach der Corona-Krise beschreiben. Oder mit der Krise – während der Energiekrise. Ganz, wie man möchte. Fakt ist: Ein Künstler nach dem anderen muss sich eine alternative Einkommensquelle suchen. Doch Len Mette mag Schwarzmalerei nicht, betront er: »Die Situation ist natürlich schwierig, und das tut mir insbesondere für jene leid, die mich unterstützen und die einen Teil ihres Einkommens mit meinem kleinen »Wanderzirkus« erwirtschaftet haben, wie ich das kleine Unternehmen gern nenne. Nichtsdestoweniger bin ich von Beruf auch Optimist und investiere aktuell in Verbesserungen bei der Bühnentechnik, sowie im administrativen Bereich. Das sind Themen, die du nicht so leicht anpackst, während du irgendwo in Deutschland unterwegs bist. Jetzt habe ich die Zeit dazu. Ich gehe davon aus, dass sich die Situation in ein oder zwei Jahren normalisieren wird. Daher möchte ich jetzt nachhaltig agieren, um zu einem solchen Zeitpunkt schnell wieder einsatzfähig zu sein. Bis dahin heißt es: Einfach durchhalten!



© Foto: METTE TV EVENTS

Im November 2021 feierte Len Mette erfolgreich die Premiere seines neuen Programms »Ballett für Erwachsene«.

Stimmung hoch drei: Len Mette mit Nicola Bansberg (li.) und Cora Hoell im Heinz-Hilpert-Theater



© Foto: Michael Epke-Wessel

Ich werde daher einige Gastauftritte spielen und mich auch musikalisch wieder mehr in verschiedene Projekte einbringen oder auch Wohnzimmer-Lesungen anbieten. Der kreative Prozess ist schließlich

das, was ich liebe. Aufgeben ist somit keine Option, sodass es mich auch nach der Krise, nach der Krise, nach der Krise noch geben wird! Ich erlerne derzeit eben mühsam den Spaß am Krisen-Surfen. Vielleicht mit

einem etwas kleineren ›Wanderzirkus‹ als den, den wir in den letzten Jahren aufgebaut hatten, aber davon lasse ich mich nicht einschüchtern!«

Neue Pläne

Wer etwas nachbohrt, erkennt bei Len Mette jedoch auch Pläne, die etwas weniger weit in die Zukunft gerichtet sind, wie das Stadtmagazin aus ihm herauskitzeln konnte: »Es gibt schon noch Gespräche mit namhaften Partnern in Lünen. Die Idee ist es, mithilfe einer humorvollen Veranstaltungsreihe etwas gegen dieses Bühnen- und Künstlersterben zu tun und das Publikum dazu zu animieren, auch wieder diesen Teil des kulturellen Miteinanders zu genießen. Schließlich sind Theater und Kleinkunst von je her wesentlicher Bestandteil des gesellschaftlichen Miteinanders gewesen und sind es darüber hinaus wert, dafür zu kämpfen. Wenn ich hier dabei sein kann, dann tue ich das aus Überzeugung. Mehr darf ich aber noch nicht verraten!«

Toi, toi, toi!

Len Mette hält durch und bleibt Lünen als lokales Talent erhalten, wenn auch etwas stiller, als man es von ihm gewohnt ist. Möge das Publikum ihn unterstützen und das ›Krisen-Surfen‹ zum neuen Freizeittrend werden lassen. Für den Spaß an der Kleinkunst und der Freude am kulturellen Miteinander – toi, toi, toi!



© Foto: METTE TV EVENTS

Warm-Up auf der Nordseeinsel Juist vor der Show

METTE TV EVENTS

www.mette.tv

Buchung: event@mette.tv

Facebook: www.facebook.de/dermette

Instagram: [@len_mette](https://www.instagram.com/len_mette)

Mastodon: <https://mstdn.social/@LenMette>



Haus am Campus
Wohngemeinschaft für
Menschen mit Pflegebedarf



Seniorenrechtliches Wohnen mitten in der Stadt
Gut versorgt, selbstbestimmt & in Gemeinschaft wohnen

- Großzügige individuell einzurichtende Einzel-Zimmer, eigenes Bad, Telefon & Fernsehanschluss
- Gemeinschaftsräume, Atrium, Wintergarten und Balkon
- Vier Mahlzeiten am Tag
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Grund- und Behandlungspflege
- Betreuung rund um die Uhr, eigenes Hausnotrufsystem
- Gemeinsame Ausflüge, Feiern
- u. v. m.

Vereinbaren Sie noch heute einen unverbindlichen Besichtigungstermin

Campus 2 • 59379 Selm • Tel.: 02592 / 989 990
Email: info@hausamcampus.de • www.rehermannpartner.de

Wer ist eigentlich dieser Florian Klapetz?

Film und Fotokunst aus Lünen und Wien



© Foto: Gordon Johnson auf Pixabay

Manche Geschichten kann man sich nicht ausdenken. Wie die von Florian Klapetz. Vielleicht haben Sie den Namen schon einmal gehört, etwa im Zusammenhang mit dem Festival Junges Theater Lünen, das er als Fotograf begleitet hat, oder mit dem diesjährigen Kinofest. So erging es jedenfalls unserer Autorin, und als gute Mitarbeiterin wurde sie sofort hellhörig. »Ein Fotograf und Filmemacher mit Lünener Wurzeln?«, dachte sie. »Den könnte man doch mal im Stadtmagazin vorstellen!« Voller Enthusiasmus schickte sie eine Interviewanfrage per E-Mail raus. Der Beginn einer Reihe mysteriöser Ereignisse ...

Zuerst erhielt unsere Autorin eine seltsame Freundschaftsanfrage bei Facebook. Der Absender: Florian Klapetz, Fotograf aus Wien. »Ist ja verrückt«, dachte sie. Andererseits erreichten sie quasi ständig Freundschaftsanfragen von mehr oder weniger realen Personen auf der ganzen Welt, das war also nichts Besonderes, und so tat sie es als komischen Zufall ab. Bis sich am nächsten Morgen ein Mann mit einer unbekanntenen Handynummer per Whatsapp bei ihr meldete: Er sei »der richtige Florian Klapetz«, es hätte da wohl eine Verwechslung gegeben, infolge welcher »der

falsche Florian Klapetz« sich in seiner Instagram-Story öffentlich darüber wunderte, wieso bei allen guten Geistern er von einem Lünener Stadtmagazin um ein Interview gebeten wurde ...

Was? Hä? Wie bitte? Die Autorin, aufgrund der frühen Uhrzeit sehr verwirrt, hatte sich bald wieder gefasst und brachte mit journalistischem Scharfsinn Licht ins Dunkel: Wie sich herausstellte, existiert in der Tat Florian Klapetz zweimal – einer in Lünen, einer in Wien, beide Fotografen, beide mit fast identischen E-Mail-Adres-

sen. Aufgrund eines kleinen Buchstaben-drehers war die Anfrage aus Lünen in Österreich gelaufen. Dumm gelaufen. Aber vielleicht ja auch ein kleiner oder großer Wink des Schicksals?

Wir finden: Die Geschichte ist viel zu lustig, um sie nicht zu erzählen. Und der Florian aus Wien kann ja nichts dafür, dass er nicht aus Lünen kommt. So werden wir Ihnen in den folgenden Beiträgen auf die titelgebende Frage nicht nur eine, sondern gleich zwei richtige Antworten präsentieren. Viel Spaß beim Lesen!

Von der Schülerjury zum Filmemacher

»Das war schon cool, die eigene Produktion auf der Leinwand zu sehen«

Ins Kino gehen, während andere die Schulbank drücken, berühmte Schauspieler*innen treffen, in den Glanz und Glamour der Filmszene eintauchen: Was zu schön klingt, um wahr zu sein, wurde im Jahr 2005 für einige junge Lünener*innen Wirklichkeit. Damals wurde beim Kinofest Lünen die erste Schülerjury ins Leben gerufen. Mittendrin: der 16-jährige Florian Klapetz vom Gymnasium Altlünen. Wobei der junge Filmfan vermutlich noch nicht ahnte, dass er 17 Jahre später erneut beim Kinofest zu Gast sein würde, diesmal als fertiger Regisseur: Im November 2022 feierte sein erster Spielfilm ›Intern‹ Weltpremiere. »Das war schon cool, die eigene Produktion auf der Leinwand zu sehen, in einem fast ausverkauften Kinosaal«, erzählt er. »Es waren nur deshalb noch einzelne Plätze frei, weil wir wegen der vielen Zuschauer aus einem kleineren Kinosaal in einen größeren umziehen mussten. Und das Feedback war einfach super. Ich habe mich gefreut, nach der Vorstellung mit so vielen Menschen ins Gespräch zu kommen.«



Florian Klapetz aus Lünen

© Foto: Stephan Böttcher

»Arbeitszeit ist Lebenszeit«

Dabei hätte alles ganz anders kommen können. Nach Abitur und Zivildienst absolvierte der kreative Lünener nämlich erst einmal eine Bankausbildung bei der Sparkasse. »Zum Glück habe ich noch rechtzeitig den Absprung geschafft«, bemerkt er mit einem Schmunzeln und fügt schnell hinzu: »Die kaufmännische Ausbildung hat mir nicht geschadet, das war eine super Grundlage, aber ich wusste schon immer, dass ich das nicht mein Leben lang

machen möchte. Arbeitszeit ist Lebenszeit. Ich habe mich entschieden, meine Leidenschaft zum Beruf zu machen.« In Köln studierte Florian Klapetz Film und Fernsehen mit dem Schwerpunkt Regie. Danach wirkte er an verschiedenen Kinoproduktionen und Imagefilmen mit. »Aber ich hatte immer Lust, einmal etwas eigenes Szenisches als Regisseur umzusetzen. Also habe ich eine Projektidee aus dem Studium wieder aufgegriffen und mich damit für den Master-Studiengang an der FH

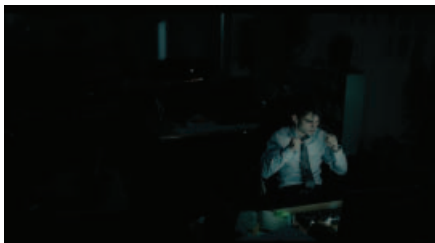


Bei den Dreharbeiten zum Film ›Intern‹

Dortmund beworben.« So entstand der 25-Minuten-Kurzfilm ›Intern‹ als Abschlussarbeit.

Gefährliche Praxis: ›Magic Roundabout‹

Darum geht's: Zwei Nachwuchsbanker starten ihr Praktikum bei einer elitären Investment Bank. Um die begehrte Festanstellung zu ergattern, arbeiten sie Tag und Nacht, bis ihre Freundschaft zu zerbrechen droht. »Die Geschichte beschäftigt sich mit den Auswüchsen der Ellenbogengesellschaft und zeigt, wie aus Freunden unter Leistungsdruck Konkurrenten werden«, erklärt Florian Klapetz, der durch eine Pressemeldung aus dem Jahr 2013 auf das Thema gebracht wurde: Ein junger deutscher Investmentbanker war in London vor Erschöpfung tot unter der Dusche zusammengebrochen. »Diese traurige wahre Geschichte hat mich zu meiner fiktiven Story inspiriert.« In dem Zeitungsartikel wurde auch die in der Investment-Branche übliche Praxis des ›Magic Roundabout‹ thematisiert: Nachwuchsbanker werden nach stundenlanger Arbeit nach



Szenen aus dem Film ›Intern‹



Filmpremiere beim Kinofest Lünen 2022

Hause kutschiert, um sich kurz frisch zu machen, während das Taxi vor der Haustür wartet, und fahren dann im selben Taxi zurück zur Bank – ohne zu schlafen. »Weshalb mein Film zunächst den Arbeitstitel ›Magic Roundabout‹ trug.«

»Alle standen zu 100 Prozent dahinter«

Gemeinsam mit dem Dortmunder Drehbuchautoren Sebastian Giese feilte Florian Klapetz am Plot. Die beiden Theater- und Fernsehschauspieler Anton Andreew und Julian Bloedorn übernahmen die Hauptrollen. Insgesamt waren über 30 Personen in das Projekt eingebunden, vom Cast über Dramaturgie und Kamera bis zur Filmmusik. Nach monatelanger Vorproduktion sollte der Dreh im März 2021 starten. »Fast hätte uns die Pandemie einen Strich durch die Rechnung gemacht«, berichtet Florian Klapetz. »Wir haben lange abgewogen, ob wir unter den Voraussetzungen drehen wollen, uns dann aber dafür entschieden. Und es war eine gute Entscheidung. Alle standen zu 100 Prozent dahinter, weshalb wir die Dreharbeiten dann auch relativ kurzfristig innerhalb von 14 Tagen über die Bühne gebracht haben. Dass mein Werk dann auch noch als Nachwuchsfilm für das Kinofest in meiner alten Heimat ausgewählt wurde und wir hier die Premiere feiern konnten, hat mich riesig gefreut.«

Als Komparse auch vor der Kamera

Jetzt heißt es wieder gespannt abwarten, denn die Bewerbungsphase für viele Festivals in ganz Deutschland und dem Ausland läuft derzeit noch. Mit etwas Glück wird ›Intern‹ also bald noch in anderen Kinos gezeigt werden. Nach Abschluss der Festivalsaison könnte der Film dann außerdem online gehen. »Bis dahin müssen

sich Interessierte aber wohl noch ein oder zwei Jahre gedulden«, so Florian Klapetz. Ihm selbst dürfte in dieser Zeit kaum langweilig werden, denn seine nächsten Filmprojekte stehen bereits in den Startlöchern. Und wenn er nicht gerade filmt, frönt er seiner zweiten Leidenschaft, der Fotografie. »Ich habe immer gerne fotografiert und an der Uni aus Spaß entsprechende Kurse belegt. So kam eins zum anderen.« Heute lichtet er Schauspieler*innen, Tänzer*innen und viele andere Künstler*innen ab und unterstützt das Festival Junges Theater Lünen als Technischer Leiter und Fotograf. Als ob das noch nicht genug wäre, ist Florian Klapetz als Kleindarsteller und Komparse auch vor der Kamera im Einsatz, zum Beispiel im nächsten Werk des Lüner Horrorfilmregisseurs Ralf Möllenhoff, der 2023 ins Kino kommen soll. Wir sind gespannt!



Ein Bild aus Florian Klapetz' Fotoreihe ›amuse you / a little lonely‹

Weitere Infos:
www.florianklapetz.com

Vorgestellt: Florian Klapetz, Wien

Eine Reise durch Untiefen und Abgründe

Kinder, die im Schmutz auf der Straße spielen. Ein betrunkenener Punk, der seine Finger in die Kamera streckt. Verwitterte Fassaden und schummrige Kneipenlicht.

© Foto: Götz Schrage



Florian Klapetz aus Wien

Während der Lüner Filmemacher Florian Klapetz in die Hochglanzwelt der Ehrgeizigen und Erfolgreichen eintaucht, begibt sich der Wiener Fotograf Florian Klapetz auf die Spur menschlicher Untiefen und Abgründe, die er in Bahnhöfen, Nachtlokalen und Slumvierteln einfängt. Als Reisender und scharfer Beobachter des Alltags ist er vor allem in den Ländern des ehemaligen Ostblocks und Österreichs unterwegs. Wir haben die Gelegenheit genutzt und ihm einige Fragen gestellt.

Erinnern Sie sich noch an Ihre ersten Bilder?

Bereits im Kleinkindalter habe ich auf diversen Urlaube die Kamera des Vaters oder Großvaters übernommen. Für die beiden war die Technik zu kompliziert, und bis sie die Bedienungsanleitung gelesen hätten, wäre der Urlaub schon vorbei. Da war ich schneller.

Welche Motive faszinieren Sie heute am meisten?

Menschen in ihrer natürlichen Umgebung. Also nicht im Studio. Das reale ungeschönte Leben. Wie man aus meinen Bildern bei Instagram sehen kann, fotografiere ich gerne auch Randgruppen, von den Menschen des Hamburger Berges mit Elbschlosskeller und Goldenem Handschuh bis hin zur magischen Welt der Hexen in Rumänien.



Die magische Welt der Hexen in Rumänien

© Fotos: Florian Klapetz



© Foto: Florian Klapetz

Junge Menschen ...

Wie kommt man dazu, Hexen zu fotografieren?

Das ist eine lange Geschichte. Roma sind sehr abergläubisch und vertrauen bei Liebes-, Gesundheits- und Geldproblemen eher auf Hexen und ihre Rituale als auf Therapeuten oder andere Fachleute. Ein Ritual ist aber nicht gerade günstig, und Hexen verdienen sogar für westliche Verhältnisse sehr gut. 2011 wollte die damalige rumänische Regierung die Hexen dazu verdonnern, ihr Einkommen zu versteuern. Im Gegenzug bot man ihnen eine Art Hexen-Gewerkschaft und Hexen-Sozialversicherung an. Die Frauen wehrten sich mit Drohungen und Flüchen dagegen. Es



© Foto: Florian Klapetz

... ältere Herren ...

war kaum zu glauben. Einige Politiker hatten Angst und unterschrieben die Verordnung nicht. Das dauerte bis 2015. Im Jahr 2019 praktizierten die Hexen erneut ihre Rituale gegen die Regierung, die kurze Zeit später zerbrach. Mich hat das Thema interessiert, ich habe die Rituale begleitet und ein Interview geführt.

Was haben Sie gedacht, als Sie vom Lüner Stadtmagazin angeschrieben wurden?

Da ich viel für deutsche Kunden arbeite, eigentlich nicht viel. Lünen kenne ich vom Hören und Vorbeifahren. Der Filmemacher Florian Klapetz sagt mir auch etwas. Nach meiner Recherche sind wir zwei die



© Foto: Florian Klapetz

... auf seinen Reisen hält Florian Klapetz bemerkenswerte Begegnungen in extrem aussagekräftigen Bildern fest.

einzigsten Personen mit diesem Namen auf dem Planeten. Wir haben uns vor Jahren deswegen auf Facebook verlinkt, sind uns jedoch nie persönlich begegnet. Langsam interessiert es mich aber mehr und mehr. Vielleicht sollte ich einmal ein Portrait von ihm machen.

Weitere Infos
www.instagram.com/florian.klapetz

**PRAXIS FÜR
 SPRACHTHERAPIE**
 Dipl. Päd. Christine Moser-Dobis

Sprechen statt Schweigen

**Praxis für
 Sprachtherapie**
 Körner Hellweg 100
 44143 Dortmund

**Sprachtherapie
 Husen/Kurl**
 Husener Straße 27
 44319 Dortmund

**Praxis für
 Sprachtherapie
 Lünen-Süd**
 Bebelstraße 133
 44532 Lünen
 Tel. 0 23 06 / 99 86 456

Wir behandeln alle Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen.

Sprachtherapie im Klinikum Westfalen, DO-Brackel und LÜN-Brambauer
www.sprachtherapienetz.de
 facebook: Sprachtherapie Lünen-Süd / Sprachtherapie in Körne

Wir machen Hausbesuche nach ärztlicher Verordnung

Deutsches Rotes Kreuz

- Ambulanter Pflegedienst
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Erste-Hilfe Kurse
- Hausnotruf
- Menüservice
- Wohnen mit Service
- Tagespflege "In der Geist"
- Wohngemeinschaft "Glück Auf"
- Pflegeberatungseinsätze nach § 37.3

Telefon 02306 306 11 0

Kreisverband Lünen e. V.
 Spormeckerplatz 1a in Lünen
www.drk-luene.de

**Deutsches
 Rotes
 Kreuz**



Vier junge Menschen zwischen Verrat und dem Kampf um die Demokratie

Sechs Jahre nach dem Mauerbau lernt die erfolgreiche Dolmetscherin Emma in West-Berlin die aus dem Ostteil der Stadt geflohene Sängerin Irma Assmann kennen. Als sie ihrer Zwillingschwester Alice davon erzählt, reagiert diese beunruhigt. Alice schreibt als Journalistin über die Studentenbewegung und steht in Kontakt mit verschiedenen Fluchthilfe-Organisationen. Ist Irma mit ihren ehemaligen Beziehungen zum KGB als Informantin im Westen? Oder sind die Schwestern und deren Männer Julius und Max durch ihre Verbindungen zur DDR zu Zielscheiben geworden? Kurz darauf wird die Sängerin ermordet, und die vier geraten inmitten der Studentenunruhen zwischen die Fronten der Geheimdienste.

Autorin Claire Winter liebt es, in fremde Welten einzutauchen, historische Fakten genau zu recherchieren, um sie mit ihren Geschichten zu verweben, und ihrer Fantasie dann freien Lauf zu lassen. Ihre Romane finden sich regelmäßig auf der SPIEGEL-Bestseller-Liste, zuletzt vertreten mit ›Kinder ihrer Zeit‹. Die spannende Geschichte um die Schwestern Alice und Emma im Berlin der 60er-Jahre wird nun fortgesetzt. Unser Fazit: Eine bewegende, äußerst lebendige Geschichte aus wahn-sinnig schwierigen Zeiten.

Claire Winter
Kinder des Aufbruchs
 Verlag Diana
 22,00 Euro

Straftat, Tabu, Menschenrecht?

Der Suizid in Wissenschaft und Kunst

Suizid. Eine Sünde? Ein ehrenhafter Ritus? Eine Straftat? Ein Tabu? Ein Menschenrecht? Die Wahrnehmung von Selbstmord hat im Laufe der Menschheitsgeschichte immer wieder Wandlungen durchlaufen. Heute wird das Thema oft totgeschwiegen. Dabei ist es in der Gesellschaft allgegenwärtig – in Deutschland suizidiert sich etwa jede Stunde ein Mensch.

Das Buch ›Sein oder Nichtsein‹ beleuchtet Suizid aus wissenschaftlicher und künstlerischer Sicht. Fachleute verschiedener Disziplinen wie Medizin, Geschichte, Literaturwissenschaft oder Psychologie treffen auf Kunstschaffende, die sich dem Sujet auf kreative Weise widmen. Darunter die bekannte Musikerin und Autorin Luci van Org, der Sänger Asp Spreng oder der Schriftsteller, Regisseur und Drehbuchau-



tor Christian von Aster. Zudem schenkt das Werk auch Hinterbliebenen und Überlebenden eine Stimme. Auf 262 Seiten finden sich Gedichte und Kurzgeschichten, Erfahrungsberichte und Fotostrecken.

Gemeinsam wollen die Beteiligten eine Tür öffnen und das tabuisierte Thema der Öffentlichkeit näherbringen. Was bewegt einen Menschen dazu, den Freitod zu wählen, seinem Leben ein Ende zu bereiten? Welche psychosozialen Aspekte spielen bei suizidalen Akten eine Rolle? Das Phänomen der Selbsttötung, des selbstbestimmten Todes, ist so vielschichtig wie die damit einhergehenden Begriffe. Doch eines trifft auf jeden Suizid zu: Er ist immer endgültig.

Dr. Katherina Heinrichs &
 Prof. Dr. Jörg Vögele:
 ›**Sein oder Nichtsein – Suizid in Wissenschaft und Kunst**‹
 ›Edition Outbird‹
 16,90 Euro

BESTATTUNGSHAUS MÖCKE

Eigene Trauerhalle
 Eigene Aufbahrungsräume

44532 Lünen · Seelhuve 11 · Tel. 0 23 06/20 24 20
 59368 Werne · Lünener Straße 32 · Tel. 0 23 89/49 98
 info@moecke-bestattungen.de

DER VORSORGE-EXPERTE RÄT:

„Ein Bestattungs-Vorsorge-Vertrag bedeutet, selbst zu bestimmen und die Familie zu entlasten - auch finanziell.

Machen Sie es wie ich: Einfach mal ein paar Nüsse zur Seite legen! Und eine Sorge weniger haben.“

Noch Fragen? Sprechen Sie uns an.

Kirchhof-Merten
 Bestattungen · Vorsorge
 Telefon (02306) **9 42 30 30**

Vorsorge · Trauerhalle · Abschiedsräume · Trauercafé

© Foto: Andrej Grlc; Cuarteto SolTango



Cuarteto SolTango

Bereits zum 14. Mal präsentiert die Lüner Konzertreihe kammermusikalische Highlights auf höchstem Niveau – eines der wichtigsten Aushängeschilder des Lüner Kulturlebens. Am 20. Januar schlägt das Cuarteto SolTango in der einzigartigen

Besetzung von Geige, Cello, Bandoneon und Klavier die Brücke zwischen Kammermusik und argentinischem Tango. Seit seiner Gründung 2008 gastierte das Ensemble auf zahlreichen Festivals: Studiokonzerte des Bayerischen Rundfunks, Grachtenfestival Amsterdam oder Heidelberger Frühling. Freuen Sie sich auf phänomenale Klang- und Rhythmusgenüsse

20.01. · 20 Uhr
Hansesaal

FESTE feiern

FESTE ist ein Märchen für Erwachsene ohne Worte. Eine tragikomische Geschichte über die Jagd nach dem individuellen Glück – hinter der sich jedoch noch mehr verbirgt: Gleich den Engeln von Paul Klee bezeugen die Masken mit ihrer stillen Unbeweglichkeit den tosenden Wahnsinn des Fortschritts.



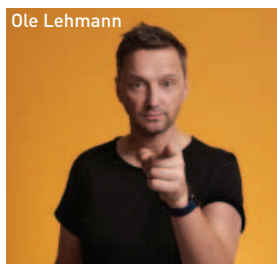
© Foto: Simon Wachter

Darum geht's: In einem herrschaftlichen Haus am Meer soll eine Hochzeit stattfinden. Hinten, im dunklen Betriebs Hof, wird geliefert, geputzt, geräumt, bewacht und entsorgt. In einer poetischen Melange aus bitterer Tragik und düsterem Slapstick geben die liebenswerten Charaktere ihr Bestes, um die reibungslose Versorgung des prächtigen Hauses am Meer zu sichern. Dazu verurteilt, schwach zu bleiben, kämpfen sie um ihre Würde und den Respekt der Starken und Reichen. Aber plötzlich ist das Meer verschwunden, und es bleibt nur eine Wüste aus Sand und Stein. Für einen Augenblick steht alles still. Doch die Musik spielt lauter, das Fest der Liebe soll weitergehen.

27.01. · 20 Uhr
Heinz-Hilpert-Theater

5. Lüner Lachnacht

Am 16. werden im Heinz-Hilpert-Theater wieder die Lachmuskeln strapaziert! Bereits zum fünften Mal kommt die Lachnacht nach Lünen. Und weil das schon ein kleines Jubiläum ist, hat sich der charmante Moderator Ole Lehmann für diesen besonderen Anlass wieder vier ganz besondere Gäste eingeladen. Mit dabei sind Matthias Brodowy, Lutz von Rosenberg Lipinsky, Vera Deckers und Roberto Capitoni. Ein heißer Mix aus Humor und Satire.



© Foto: kikphotography

16.02. · 20 Uhr
Heinz-Hilpert-Theater



© Foto: Martin Sigmund

Himmlische Zeiten

Das Erfolgsteam von ›Heiße Zeiten‹ und ›Höchste Zeit‹ lässt die vier Frauen erneut die Bühne stürmen. Und jetzt geht's ans Eingemachte! Was bleibt nach Wechseljahren und später Scheidung, nach Brigitte Woman und Dove Pro Age? Die Autoren nähern sich dem Ernst des Alters mit dem gebotenen Unernst und verorten ihre Komödie in der Privatabteilung eines Krankenhauses. Dort treffen sie wieder aufeinander: die Karrierefrau, die ihren Managerposten mit einer kosmetischen Generalüberholung gegen die Konkurrenz verteidigen will, die Junge, die kurz vor Torschluss ihr zweites Kind bekommt, die Hausfrau, deren Rente nicht zum Leben und nur knapp zum Sterben reicht, und die Vornehme, die nach dem Zusammenstoß mit einem hart geschlagenen Golfball unter Gedächtnisstörungen leidet. Sie alle kämpfen mit dem Altern, mit den Symptomen des Verfalls, mit der Angst vor dem Ende und der Hoffnung auf ein Danach. Und sie tun das in gewohnt lakonisch-unterhaltsamer Weise, denn dieser Abend ist ein Fest für das Leben und für die Freundschaft.

Liebenswerte Charaktere, schlagfertige Dialoge, urkomische Situationen und jede Menge Musik machen dieses Event wieder zu einem unvergesslichen Erlebnis.

29.01. · 17 Uhr
Heinz-Hilpert-Theater

Aus Liebe zum Leben

Sicherheit auf Knopfdruck.

Der Johanniter-Hausnotruf.

- / 24-Stunden-Sicherheit
- / Schnelle Hilfe auf Knopfdruck
- / 99% Kundenzufriedenheit

Wir beraten Sie gerne!
02306 37892502

JOHANNITER

Sudoku

einfach

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

schwierig

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

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

Sudoku einfach
Auflösung aus Ausgabe 127

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

Sudoku schwierig
Auflösung aus Ausgabe 127

Bilden Sie aus folgenden Buchstaben ein Wort:

T	G	U
R	R	E
I	H	E

Auflösung
aus Ausgabe 127:
GASUMLAGE

Einmal lächeln bitte ...



Pessimist: Schlimmer geht's nicht! – Optimist: Doch!

Die typischen 4 Jahreszeiten in Deutschland: Schneematsch, Heuschnupfen, Hitze, Regen.

Sportlehrer: »Wir machen heute Dehnübungen.«
Schüler: »Es heißt DIE Übungen.«

Ich kenne einen lustigen Bahnwitz – weiß aber nicht, ob der ankommt.

Was machen Mathematiker im Garten? – Wurzeln ziehen.

Was trinken Führungskräfte? – Leitungswasser.

Was macht ein Clown im Büro? – Faxen.

Was sagt der große Stift zum kleinen Stift? – Wachs-Mal-Stift!

Wie nennt man den Flur im Iglu? – Eisdiele.

Was sitzt auf einem Baum und schreit: Aha? – Ein Uhu mit Sprachfehler.

Wohin geht ein Reh mit Haarausfall? – In die Reh-Haar-Klinik.

Servus Peter

Hommage an Peter Alexander

1969 ging Peter Alexander das erste Mal auf große Konzert-Tournee. Ihm zu Ehren startet Entertainer Peter Grimberg eine Tournee als Hommage an den grandiosen unvergessenen Sänger. In diesem zwei-stündigen Konzert wird das Publikum in eine Zeit versetzt, wo Musik noch handgemacht wurde, u. a. beginnend mit dem ersten fantastischen Song ›Das machen nur die Beine von Dolores‹ von 1951 oder mit dem größten Hit ›Die Kleine Kneipe‹ von 1976, der auch heute noch auf keiner Party fehlen darf.



© Foto: Anne Brellmann

Zur Auflockerung zwischen den einzelnen Musikstücken gehören locker eingestreute Sketche und unterhaltsame Anekdoten von Peter Alexander. Die zauberhaften Duette der 50er- und 60er-Jahre mit Caterina Valente, Bibi Johns, Cornelia Froboess, Margit Imlau werden Sie begeistern, und ein Chor rundet das Gesamtbild der Bühnenshow ab. Genießen Sie für ein paar Stunden eine Reise in die Vergangenheit und vergessen Sie die Sorgen des Alltags.

Termin
19.02.; 17 Uhr
Heinz-Hilpert-Theater



FACTORY OUTLET Lünen

In den Hummelknäppen

44534 Lünen

Mo- Fr: 10-18 Uhr • Sa: 10-14 Uhr

Telefon: 0 23 06/9 78 92 52

ara[®]
since 1949



Den Tag vollpacken? Entspannt!

Die neue T-Klasse. Wenn alles, was Sie vorhaben, in den Kofferraum passt. **#lifegetsbig**
Mehr unter [mercedes-benz-vans.de/t-klasse](https://www.mercedes-benz-vans.de/t-klasse)
oder bei Ihrer Mercedes-Benz Niederlassung.

Jetzt Probe fahren

