

StadtMagazin

Witten

April / Mai 2024

Großes Engagement für ein einmaliges Kleinod

Viele Ehrenamtliche erwecken den Gүнnemann-Kotten gemeinsam wieder zum Leben



Raus ins Grüne
Radeln mit dem ADFC



»Yula, komm!«
Assistenzhunde führen sicher und bereichernd durchs Leben



Viel mehr als einfache Rauferei!
Judo bei der Sport-Union Annen fördert Bewegung, Respekt und soziales Verhalten

V O L V O



Einfach. Elektrisch. Erleben.

Sofort verfügbar: Der neue Volvo EX30.
Jetzt bis zu 24 Stunden vollelektrisch Probe fahren.

Zukunftsweisende Technologie, vielseitiger Stauraum und begeisterte Innenraumdesigns aus recycelten Materialien – in unserem kleinen vollelektrischen Volvo EX30 steckt wahre Größe, die beeindruckt.

AUSGESTATTET MIT: GOOGLE SERVICES² | 12,3"-TOUCHSCREEN (31,2-CM-DIAGONALE) | PREMIUM SOUND BY HARMAN KARDON® | DRIVER AWARENESS | SITZHEIZUNG VORN | LENKRADHEIZUNG | FRONT- U. RÜCKFAHRKAMERA | LEICHTMETALLRÄDER 19" IM 5-SPEICHEN AERO-DESIGN | U.V.M.

JETZT FÜR

280 €/Monat³



Volvo EX30 Single Motor Extended Range RWD Plus, 200 kW (272 PS); Energieverbrauch 17,0 kWh/100 km; CO₂-Emission 0 g/km; (kombinierte WLTP-Werte); CO₂-Klasse A.

¹ Volvo EX30, Gewinner in der Kategorie „Kleine SUV/Crossover“ (Importwertung). Berichterstattung in auto motor und sport, Ausgabe 05/24.

² Google Services sind nach Auslieferung 4 Jahre gebührenfrei verfügbar. Danach ist die Nutzung der Digital Services inkl. Google Services kostenpflichtig. Google ist eine Marke von Google LLC.

³ Ein Privatkunden-Kilometer-Leasing-Angebot der Volvo Car Financial Services – ein Service der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach – für einen Volvo EX30 Plus Single Motor Extended Range, einstufiges Getriebe, vollelektrisch, 200kW (272PS). Monatliche Leasingrate 280,00 Euro, Vertragslaufzeit 36 Monate, Laufleistung pro Jahr 5.000 km, Leasing-Sonderzahlung 0,00 Euro. Angebot inkl. gesetzl. USt., zzgl. Überführungskosten in Höhe von 1.291,10 Euro und separaten Zulassungskosten. Bonität vorausgesetzt. Gültig nur solange der Vorrat reicht. Beispielfoto eines Fahrzeugs der Baureihe, die Ausstattungsmerkmale des abgebildeten Fahrzeugs sind nicht Bestandteil des Angebots. Irrtümer, Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten. AN22469988.

LUEG.

LUEG Volvo Centrum Rhein Ruhr
An der Seilfahrt 2 · 45472 Mülheim/Ruhr
Tel. 0208 82870 - 100

LUEG Volvo Centrum Rhein Ruhr
Stockumer Straße 80 · 58453 Witten
Tel. 02302 277170 - 44

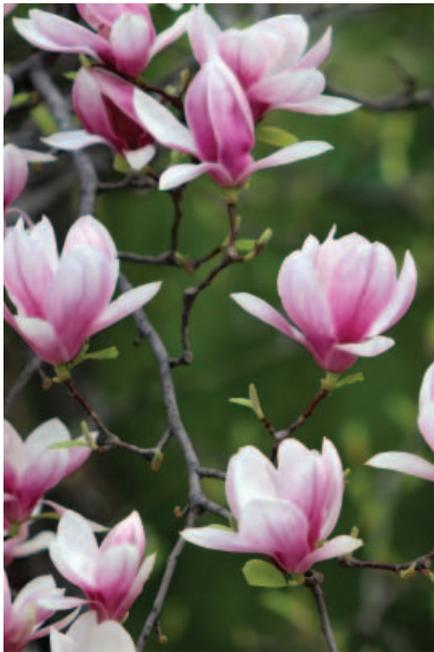


Das Stadtmagazin
bei Facebook

Ein Magazin nur für Sie

»Das Schöne am Frühling ist, dass er immer dann kommt, wenn man ihn am dringendsten braucht.«

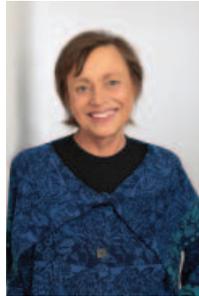
(Unbekannt)



© Foto: HeungSoon auf Pixabay



Axel Sieling
Verlagsleitung



Antje Dittrich
Redaktionsleitung

Liebe Leserinnen und Leser,

der Frühling ist endlich da, und mit ihm erwacht die Natur zu neuem Leben. Die ersten zarten Blüten sprießen, die Vögel zwitschern fröhlich, und die Sonne lässt die Welt in einem warmen Licht erstrahlen. Es ist die Zeit des Aufbruchs, der Veränderung und der Hoffnung.

Vor allem ist es die Zeit, die Natur in ihrer Vielfalt bewusst und positiv wahrzunehmen und zu genießen. Jeder ›Augenblick‹ zählt, insbesondere bei den immer massiver werdenden Folgen des Klimawandels. Umso wichtiger ist es, dass wir die Landschaft ›direkt vor unserer Tür‹ und großartige Kleinode wiederentdecken und uns für ihren Erhalt aktiv einbringen.

Aktiv werden sollten wir auch hinsichtlich sozialer, sportlicher und kultureller Betätigung. Erfahren Sie, welche Veranstaltungen und Events in unserer Stadt geplant sind, und lassen Sie sich inspirieren von Tipps für Fahrradrouten in die Natur und unseren kulinarischen Vorschlägen, um den Frühling mit Saus und Schmaus in vollen Zügen zu genießen.

Nutzen Sie diese Zeit, um neue Pläne zu schmieden, alte Gewohnheiten abzulegen und sich selbst neu zu erfahren. Wir wünschen Ihnen einen wundervollen Frühling voller Freude, Inspiration und positiver Energie.

Ihr Stadtmagazin-Team
Axel Sieling



AG
GERSTNER
Der Ring fürs Leben®
seit 1862



Impressum

Correctum Verlag

Axel Sieling
Kermelberg 26 b, 58453 Witten
Tel. 0 23 02 / 80 09 43
info@stadtmag.de · www.stadtmag.de

Herausgeber: Correctum Verlag

Redaktion: Axel Sieling (verantw.), Antje Dittrich, Pia Lüddecke, Christian Hirdes, Anja Scheve, Tanja Schneider

Anzeigen:

E-Mail axelsieling@stadtmag.de
(gültige Anzeigenpreisliste 2023)

Satz und Layout:

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

Druck:

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

Titelbild:

Günneemann-Kotten; Foto Stadtmagazin

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.

Das nächste Stadtmagazin
erscheint am 11. Juni 2024.
Redaktionsschluss ist am
28. Mai 2024.

Gerling by EILOFF
Juwelier seit 1899

Bahnhofstr. 15 in Witten
Tel. 0 23 02 / 5 21 82
www.juwelier-gerling.de



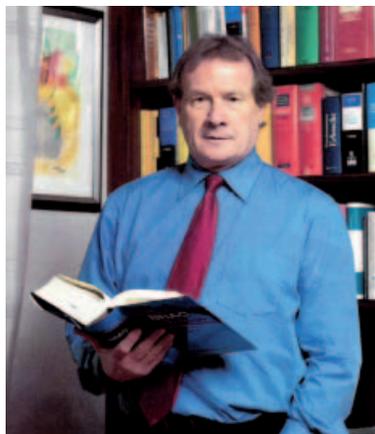
Inhalt

Großes Engagement für ein einmaliges Kleinod	6
Unternehmungslustig mit ›Witten on Tour‹	9
Augen auf, Ohren auf! Frühling!!!	10
Kinderrätsel	12
›Mein Glückskind‹: Naturnahes Spielzeug und mehr.	13
Tipps für Kids	14
Learning English live	16
UWH lädt zum Tag der offenen Tür	17
Karrierestart bei Pilkington Automotive.	19
Mit der Logopädie den Beruf fürs Leben gefunden.	21
Schrott ... · Mehr als altes Eisen!	22
Rechtstipp aus der Kanzlei Schauwienold.	24
Raus ins Grüne · Radeln mit dem ADFC	26
Stadtwerke bauen Stromtankstellen aus.	29
Kfz-Tipp: Marder meiden!	30
Sicher unterwegs mit Oldtimer und Motorrad	31
Mähen mit der Sense	32
Verjüngungskur für den Garten gefällig?	33
Tipps der Verbraucherzentrale: Glasfaserausbau.	34
Leistungsstarkes Glasfasernetz von E.ON vor Ort.	35

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



Ehrenamtliche bringen frischen Wind ins Seniorenzentrum ... 36
 Assistenzhunde führen sicher und bereichernd durchs Leben ... 38

Fielmann präsentiert die neue Frühlings-Edition 41
 Frühlingsfreude trotz Pollenallergie 42
 World Voice Day 2024 · Infos rund um die Stimme..... 43
 SOUL HUG bietet außergewöhnliche Hilfe bei Schmerzen... 45
 Selbsthilfegruppe Fibromyalgie sucht neue Interessierte 46
 Im Altenzentrum St. Josef ist immer was los 47
 Neue Tagespflege mitten in Witten 48
 Diabetes Typ 2: Das Risiko steigt. 50

›Rettungsschwimmer Silber‹: Gold wert! 51
 Judo – Viel mehr als einfache Rauferei! 52

Frühlingsrollen bringen Glück..... 54
 Wildes von Bäumen und Sträuchern 56
 GenussGalerie: Den Frühling mit allen Sinnen genießen 57
 Trauerfeiern im Café Goldstück..... 58

Der Weg der Kohle..... 59
 Was raschelt da im Unterholz?..... 60

Musik liegt in der Luft 62
 Dies & Das 64
 Termine: Hier ist was los!..... 68
 Rätselspaß 70



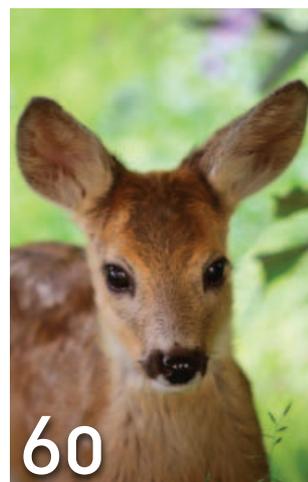
51



52



54



60

ROESLER

UNTERNEHMENSGRUPPE C-CONNECT

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

E|HANDWERK



JETTE ^{JK}



Von klassischer Mode über farbenfrohes Design bis hin zu stylischen Formen ...

STOCKUM
 OPTIK

Pferdebachstr. 249 · 58454 Witten-Stockum
 Tel.: 0 23 02 / 94 13 72 · www.stockum-optik.de



Auf der Pflanztausbörse ist immer ordentlich was los. Am 21. April geht es wieder rund.

Großes Engagement für ein einmaliges Kleinod

Viele Ehrenamtliche erwecken den Günnemann-Kotten gemeinsam wieder zum Leben

Sie schreiben die Geschichte dieses historischen Ortes weiter: Seit die Mitglieder des Günnemann-Kotten e. V. das denkmalgeschützte Haus samt seines wunderschönen Grundstücks 2019 ersteigern konnten, haben sie viel bewegt. Gemeinsam werkeln sie daran, aus diesem einst verfallenen Hof ein lebendiges Begegnungs- und Bildungsquartier entstehen zu lassen. Am 21. April laden sie zur Pflanztausbörse.

Historischer Hof – wahrer Herzensort

Samstagsmorgens um 10 Uhr an der Brunebecker Straße 98 in Rüdinghausen: Die Vögel zwitschern, Hahn Arthur und seine fünf Hühner scharren und gackern herum. Die Natur ist im Frühlingsmodus, es sprießt und blüht schon an vielen Ecken, der Bach Brunebecke plätschert am einstigen Gänsestall vorbei. Nach und nach trudeln Frauen, Männer und Jugendliche in Arbeitskleidung am Günnemann-Kot-

ten ein. Einige beackern den historischen Gemüsegarten und bereiten die mehr als 20 Beete für die Aussaat vor, andere verpassen der Giebelwand einen neuen Anstrich, die nächsten ziehen im Haus die letzten Mauern auf dem Dachstuhl hoch. Für die Mitglieder des Vereins ist die alte Hofstelle mit dem denkmalgeschützten Fachwerkhhaus und seinem über 6.000 qm großen Grundstück längst zu einem Herzensort geworden.



Richtfest im Januar 2024

Gemeinsam etwas für die Zukunft bewegen

»Das ist etwas ganz Besonderes hier. Und ich finde es klasse, dass ich helfen kann, das Fachwerkhhaus, das so viel Geschichte enthält, wieder mit aufzubauen«, sagt Theo Henrichsen. Mit 13 Jahren ist er eines der jüngsten Mitglieder des Vereins, etwas mehr als 100 gehören inzwischen dazu. Sie alle wollen zusammen etwas vor Ort und für die Zukunft bewegen. Ihr Ziel



© Foto: Günnemann-Kotten e. V.

Glückliche Hühner am Günnemann-Kotten

ist es, hier ein Begegnungs- und Bildungszentrum zu schaffen. Angedacht ist ein Nachbarschaftstreff für Jung und Alt mit samt Café, Repair-Café, Küche, Archiv, Leseraum und Geschichtszentrum, das die spannende Historie dieses schönen Ortes bewahrt und erzählt.

Ein Ort mit Geschichte(n)

Könnte der Günnemann-Kotten sprechen, ließen sich mit seinen Geschichten Bände füllen. Immerhin lässt sich die Hofstelle in Wittens östlichem Stadtteil bis ins Jahr 1668 zurückverfolgen. Seither hat sie viel erlebt. 2002 wurde das Fachwerkhaus, das viele Jahre leer stand und zu verrotten drohte, unter Denkmalschutz gestellt. Nach zahlreichen vergeblichen Anläufen, den Kotten von einer Erbgemeinschaft zu kaufen, konnte der im Jahr 2000 gegründete Verein Günnemann-Kotten e. V. den Hof bei einer Zwangsversteigerung 2019 erstehen. Dies kostete Nerven und am Ende 209.000 Euro. Geld, das die engagierten Retterinnen und Retter zuvor auf vielfältige Weise gesammelt hatten.

Enorme Baufortschritte

Was seitdem im und um das Gebäude herum passiert ist, sucht seinesgleichen. Zwar gerieten die Arbeiten durch die Corona-Pandemie immer wieder ins Stocken, doch seit 2021 sieht man fast Woche für Woche die großen Fortschritte an Dach und Fach, am Haus und auf dem Hof. Allein diese Zahl sagt mehr als 1.000 Worte: 4.387,5 Stunden ehrenamtliche Arbeit stecken bereits in dem Projekt. Dies ent-

Unterstützung willkommen

Wer das gemeinnützige Gemeinschaftsprojekt unterstützen will, kann dies auf vielfältige Weise tun:

- mit tatkräftiger Mitarbeit (einfach samstags von 10–13 Uhr vorbeischauen)
- mit einer Mitgliedschaft
- mit einer Finanzspritze oder
- mit Materialspenden (aktuell fehlen ein Glaser und Glasscheiben fürs Deelentor; schwarze Verteilerdosen sowie Bakelit-Kreuzschalter).

Weitere Infos und Einblicke unter www.guennemann-kotten.de sowie auf Instagram: [guennemannkotten](https://www.instagram.com/guennemannkotten)



© Foto: Günnemann-Kotten e. V.

Vorher – nachher: Mittlerweile sind die Außenwände vollständig saniert.

spricht einem Geldwert von 65.812,50 Euro. »Das ist wirklich beeindruckend«, sagt Marc Junge. Der Historiker setzt sich schon seit Jahrzehnten für die Rettung des einzigartigen Kleinods ein und ist seit der Gründung der Vorsitzende des Vereins. Die gelebte Vielfalt ist es, die die Mitglieder des Günnemann-Kotten e. V. antreibt und nicht nur den historischen Gemüsegarten wieder zum Gedeihen bringt. Ein großer Baustein ist die denkmalgerechte Sanierung des maroden Fachwerkhauses. Zunächst haben die Zimmerer der Firma Lehmundo, die für die Bauleitung verantwortlich zeichnet, fachmännisch das marode Holz ersetzt. Mit vereinten Kräften haben die Mitglieder dann seit Oktober 2021 die zuvor freigelegten Gefache wieder zugemauert. Mittlerweile sind die Außenwände des Kottens vollständig saniert. Auch die alten Fenster, vom Werkhof Witten frisch restauriert, erstrahlen in neuem Glanz.

Meilenstein Richtfest

Im Oktober 2023 stiegen die Ehrenamtlichen ihrem Kotten aufs Dach und deckten



© Foto: Günnemann-Kotten e. V.

in einer konzertierten Aktion die mehr als 4.000 Dachziegel ab. »Ich hätte nicht gedacht, dass ich mit 63 Jahren mal auf einem Dachstuhl rumkletterte und gemeinsam mit 25 Leuten innerhalb von drei Stunden ein komplettes Dach abdecken und nach Restaurierung des Dachstuhls wieder neu eindecken könnte«, sagt Birgit Klein. Für die Dortmunderin und alle weiteren Vereinsmitglieder haben sich all ihre Mühen mehr als gelohnt: Im Januar 2024 feierten sie gemeinsam das Richtfest. »Das war und ist nicht nur für den Kotten, sondern für uns alle ein großer Meilenstein. Denn es zeigt vortrefflich, was wir mit viel bürgerschaftlichem Engagement alles erreicht haben«, sagt Vereinsvorsitzender Marc Junge. Zudem können sich nun auch Besucherinnen und Besucher noch besser vorstellen, wie schön dieser Begegnungsort einmal werden wird. Aktuell gehen im Haus die Arbeiten an den Innenwänden, am Boden sowie mit dem Ausbau der Küche weiter. Zudem ist die Renaturierung des Baches Brunebecke gestartet, der sich künftig noch sanfter und im natürlichen Bett übers Gelände schlängeln wird.



© Foto: Günnemann-Kotten e. V.

Hier gedeiht der Kürbis!

Nachhaltigkeit im Fokus

Auch im Garten wird geackert. Nachdem der Boden von meterhohen Brombeeren sowie anderen wild gesäten Büschen und Sträuchern befreit wurde, wird hier seit zwei Jahren fleißig gepflanzt, gesät und geerntet. Das erste Saatgut von samenfesten Sorten wie der Roten Gartenmelde oder dem Mangold hat die Gartentruppe bereits gewonnen. Denn Nachhaltigkeit spielt auf dem Kotten eine wichtige Rolle: Nach und nach soll künftig für viele Gemüsesorten kein neues Saatgut mehr angeschafft werden. »Langfristig wollen wir unser Gemüse in der Kotten-Küche zu leckeren Produkten wie Chutneys oder Marmeladen verarbeiten und diese verkaufen, um damit auch Geld für den Kotten einzuwerben«, sagt Henriette Brink-Kloke. Sie bringt seit vielen Jahren nicht nur ihr gärtnerisches Wissen, sondern als ehemalige Stadtarchäologin Dortmunds auch ihre Expertise ein. Bei der Gartenarbeit bekommt der Verein jeden Mittwochmittag tatkräftige Unterstützung: Die Kinder der Garten-AG der Rüdingerhauser Grundschule helfen bei der Ernte, basteln und forschen im ehemaligen Gänsestall oder kochen Marmelade. Bereits zum vier-



Blick in den Gemüsegarten

ten Mal absolvieren Studierende der Uni Witten-Herdecke im Rahmen ihres fächerübergreifenden ›studium fundamentale‹ ihr Seminar ›Vom Hof zum Teller‹ am Kotten.

Verschiedene Förderungen

Die Liste der Unterstützer und Förderer ist lang – und muss in Zukunft noch länger

werden. Denn: »Nur mit dem Support und den Spenden der Bürgerinnen und Bürger, zahlreicher örtlicher Firmen und der Stadt Witten sind wir so weit gekommen. Und ohne sie alle geht es auch in Zukunft nicht«, erklärt Marc Junge. Das Gros der Gelder kam bislang aus den Denkmalschutzprogrammen des Landes NRW und der Bundesregierung sowie der NRW-Stiftung. Für die Fertigstellung des Kottens sowie eines Anbaus, der als Begegnungsraum und für Veranstaltungen genutzt werden soll, fehlt dem Verein noch eine hohe fünfstellige Summe. »Daher würden wir uns sehr über Spenden freuen – kleine wie große«, betont Vorsitzender Marc Junge.

Anja Scheve



Tag des offenen Denkmals 2023

Termine am Kotten

- 21. April, 14–17 Uhr
Pflanzentauschbörse mit Kinderaktion, Führungen, Kaffee, Kuchen und Grillwürstchen
- 4. + 18. Mai, 11–16 Uhr
Picknick mit Kaffee, Kuchen und Mitgebrachtem (weitere Termine siehe Homepage)
- 8. September, 14–17 Uhr
Tag des offenen Denkmals



Blütenzauber im Frühling.

 Ronsiek

Meisterbetrieb für Ihr Grün



Pferdebachstraße 103 a
58454 Witten



02302 - 420133



post@garten-witten.de



www.ronsiek.ruhr



#meinwittenundich

Unternehmungslustig mit »Witten on Tour«

Besichtigungen von Sehenswürdigkeiten und Trips ins Grüne gehören im Urlaub zum Standardprozedere. Zu Hause sind Unternehmungen dieser Art dagegen eher eine Seltenheit. Dabei gibt es auch bei uns in Witten viele tolle Ziele, die sich für eine Stippvisite oder einen ausgewachsenen Tagesausflug eignen. Pünktlich zur Freiluftsaison stellt das Stadtmarketing Witten sein neues Tourenprogramm für den Sommer vor.

»Von April bis Oktober bieten wir unter dem Motto »Witten on Tour« wieder einen bunten Mix aus alten Klassikern und neuen Formaten an«, verkündet Nadja Ridder (Tourismusmarketing). »Diese sind ab sofort online buchbar.« Die beliebten Stadtrundgänge, Naturführungen und Unter-Tage-Touren dürfen hier natürlich nicht fehlen. Im Juni und September kann Witten auch wieder bei einer Stadtrundfahrt im Oldtimerbus erkundet werden. Besichtigungen von Wittener Unternehmen stehen ebenfalls auf dem Programm. »Mit dabei sind zum Beispiel das Unternehmen Gloria sowie das Sortierzentrum von Amazon, für das wir aufgrund der hohen Nachfrage neue Termine anbieten«, so Nadja Ridder.

An bestimmten Tagen wird auch der Helenenturm für Besucherinnen und Besucher geöffnet. Ein neues Highlight im Kalender ist das »Feuerwerk zur Himmelfahrtskirmes auf dem Helenenturm«: Die Teilnehmenden gelangen über rund 140 Stufen zur Aussichtsplattform



Naturführung

© Foto: Stadtmarketing Witten

und können das Spektakel über den Dächern der Stadt bestaunen. »Anlässlich des 600. Jubiläums der Zwiebelkirmes wird es außerdem besondere touristische Angebote zur Kirmes geben«, macht Janina Lehnig neugierig.

»Witten on Tour« wird kontinuierlich erweitert. Es kommen immer wieder neue Formate und Termine hinzu. Daher lohnt sich der Blick auf die Website und auf die Social-Media-Seiten des Stadtmarketings.

Veranstaltungsvorschau* April & Mai

11. April, 10 - 12 Uhr:
Amazon-Robotics - Gut sortiert in Witten

14. April, 11 - 16 Uhr:
Trödelmarkt, Rathausplatz

25. April, 17 - 21 Uhr:
After Work Event, Berliner Platz

28. April, 14 - 16 Uhr:
Stadtrundgang Innenstadt

05. Mai, 10:30 - 12:30 Uhr:
Hohenstein - Naturführung mit allen Sinnen

07. Mai, 10 - 12 Uhr:
Gloria - Alles für den grünen Daumen

09. - 13. Mai:
Himmelfahrtskirmes

11. Mai, 21:30 - 22:30 Uhr:
Himmelfahrtskirmes von oben

12. Mai, 11 - 16 Uhr:
Trödelmarkt, Rathausplatz

16. Mai, 17 - 21 Uhr:
After Work Event, Berliner Platz

18. Mai, 11 - 17 Uhr:
Unter-Tage-Tour XXL

19. Mai, 14 - 18 Uhr:
Besichtigung Helenenturm

23. Mai, 10 - 12 Uhr:
Amazon-Robotics - Gut sortiert in Witten

25. Mai, 11 - 13 Uhr:
Auf den Spuren der Kohle

*Änderungen und Irrtümer vorbehalten

Alle Infos & Termine
www.stadtmarketing-witten.de

Spargel mit Sauce Hollandaise

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN SPARGEL

- 2 - 2,5 kg frischen Spargel
- 2,5 l Wasser
- 1 TL Salz
- 1 Prise Zucker
- 1 TL Öl oder Butter

FÜR DIE SAUCE

- 200 g Butter
- 2 Eigelb
- 2 EL Wasser
- 2 EL Weinessig
- 2 EL Zitronensaft
- 25 g fein gehackte Zwiebel
- ein wenig Pfeffer, Salz & Muskatnuss

1. Wasser mit Salz, Zucker und ein wenig Öl zum Kochen bringen.
2. Spargel waschen, schälen und ins heiße Wasser geben, ca. 20 Minuten kochen lassen.
3. Für die Sauce Hollandaise Essig, Wasser und die fein gehackte Zwiebel in eine Pfanne geben und so lange andünsten, bis die Menge auf ein Drittel zurückgegangen ist und abkühlen lassen.
4. Eigelbe hinzugeben und in einem Topf bei mäßiger Hitze (nicht wärmer als 65°) cremig aufschlagen.
5. Die handwarme Butter vorsichtig tropfenweise und unter ständigem Rühren unter die Sauce mischen.
6. Sauce mit Pfeffer, Salz und Muskatnuss abschmecken.
7. Zitronensaft kurz vor dem Servieren hinzugeben.

Dazu passt: Schinken, Kartoffeln oder Rührei

Augen auf! Ohren auf! Frühling!

Die holden Stimmen von Amsel und Drossel, die zarten Düfte von Brennnessel und Wiesenkerbel und die in frischem Grün erstrahlenden Bäume ... Es gilt zurzeit einiges zu erstöbern! Vor allem ist es immer wieder eine grandiose Offenbarung, wie wunderschön die Natur direkt um uns herum ist. In Kooperation mit der ›Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station e.V.‹ (NaWit) veranstaltet die vhs Witten/Herdecke zauberhafte Entdeckungstouren.

Heimische Singvögel an der Stimme erkennen

Das Konzert der Vogelstimmen ist ein Zeichen für den erwachsenen Frühling. Die Stimme ist ein typisches Verhaltensmerkmal einer jeden Vogelart, die es uns ermöglicht, die Spezies auch dann zu bestimmen, wenn die Sänger nicht sichtbar sind. Das Hören und Wiedererkennen von Vogelstimmen ist aber nicht nur ein ästhetisches Vergnügen, sondern auch häufig der Schlüssel zu ihrer Biologie. In einem Bildvortrag im LWL-Museum Zeche Nachtigall

FOTOGRAFIE
Annette Hauptmann



Iris - Fotografie

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



So mancher Vogel ist ein wahrer ›Star‹.

am 17. April werden unsere heimischen Singvögel, ihre Stimmen sowie ihre unterschiedlichen Verhaltensweisen und Ansprüche vorgestellt.

Live lauschen ...

... dürfen wir den gefiederten Sopranistinnen und Tenören am 21. April. Bei einer morgendlichen Exkursion im Wittener Muttental können wir uns mitten im Grünen an frühlingshaften ›Schnabel-Konzerten‹ ergötzen und verschiedene Vogelarten beobachten. In Begleitung eines Ornithologen lernen Sie die Stimmen unserer heimischen Piepmätze zu unterscheiden und wiederzuerkennen. Für die Exkursion möglichst ein Fernglas, falls vorhanden, mitbringen. Bitte beachten Sie, dass eine vorherige Anmeldung bis zum 18. April unbedingt erforderlich ist.

Kräuter entdecken

Was duftet da so fantastisch? Viele heimische Wildkräuter sind uns vertraut, manche aber doch unbekannt. Einige werden als ›Unkraut‹ bezeichnet, obwohl sie für zahlreiche Tiere und auch



Die Wiesenkerbel – gern genutzt zum Würzen von Salaten, Quark und Wildkräutersuppen – schmeckt so einigen!



© Foto: Andrea Böhl auf Pixabay

Den Ultraschallrufen der ›Kobolde der Nacht‹ können wir am 11. Mai auf die Schliche kommen.

für den Menschen wertvolle Eigenschaften besitzen, zum Beispiel als Nahrung, Heil- oder Zeigerpflanze. Bei einer Wildkräuter-Exkursion am Schloss Steinhausen und im Muttental erfahren die Teilnehmer*innen Wissenswertes über Brennnessel, Wiesenkerbel, Wegerich & Co. Auch für dieses

Event müssen Sie sich zuvor – bis zum 02. Mai – anmelden.

Kobolde der Nacht

Wenn in Witten die Sonne untergeht, werden sie erst wach: Fledermäuse! Auch am Hammerteich kann man die kleinen Flugakrobaten finden. Am 11. Mai – Anmeldung bis zum 8. Mai. – können wir die Fledermäuse bei ihrer nächtlichen Jagd begleiten und mehr über ihr heimliches Leben erfahren. Um sie auch zu belauschen, steht ein Fledermausdetektor zur Verfügung, der die Ultraschallrufe der ›Kobolde der Nacht‹ für uns hörbar macht. Achtung: Bei Regen findet die Exkursion nicht statt.

Termine auf einen Blick

Heimische Singvögel an der Stimme erkennen

Vortrag

Mi., 17.04. · 19.00–20.30 Uhr

LWL-Museum Zeche Nachtigall

›Live-Vogelkonzert‹

Exkursion im Muttental

So., 21.04. · 7.00–9.00 Uhr

Treffpunkt: Reiterhof an der Frielinghauser Straße, Witten-Bommern

Wildkräuter am Wegesrand

Sa. 04. Mai · 10.30–12.30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Nachtigallstraße gegenüber Einmündung der Straße ›Auf Steinhausen‹

Fledermäuse am Hammerteich

Sa. 11. Mai · 20.30–22 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz am Hammerteich

Gebühr jeweils 5,00 Euro

Weitere Termine und Infos unter

www.vhs-wwh.de



© Foto: Stadtmarketing Witten GmbH

Ist das ein Schwarzkittel oder ein Wildschwein? Vielleicht beides! Findet es heraus auf der Naturführung auf dem Hohenstein am 5. Mai.

Tipp: Auch die Stadtmarketing Witten GmbH lädt zu einem wunderschönen Landschaftserlebnis. Erfahrt die Tier- und Pflanzenwelt des Hohensteins mit allen Sinnen: Was sind Schwarzkittel? Welche Früchte und Blätter wachsen an welchen Bäumen? Welche Wildtiere leben unter uns, aber wir sehen sie nur selten?

Diese Fragen werden auf der exklusiven Erlebnistour durch die heimische Natur – mit Besuch der Waldschule – beantwortet. Besonderheit: Die Wanderung ist nicht barrierefrei, sie eignet sich für Menschen ab 5 Jahren. Gern ein Fernglas mitbringen!

Termin: 5. Mai · 14.30 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Hohenstein, unter dem Hinweisschild zum Lehrbienenstand

9,00 Euro pro Person / Anmeldung erforderlich

Stadtmarketing Witten GmbH

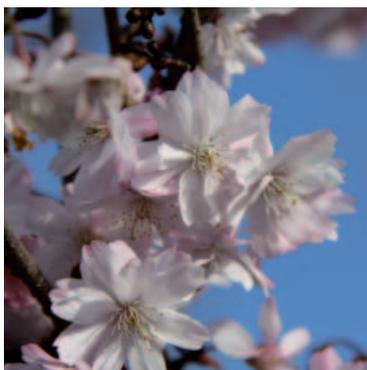
Tourist & Ticket Service

Marktstr. 7 · 58452 Witten

Tel. 0 23 02 / 1 94 33

**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

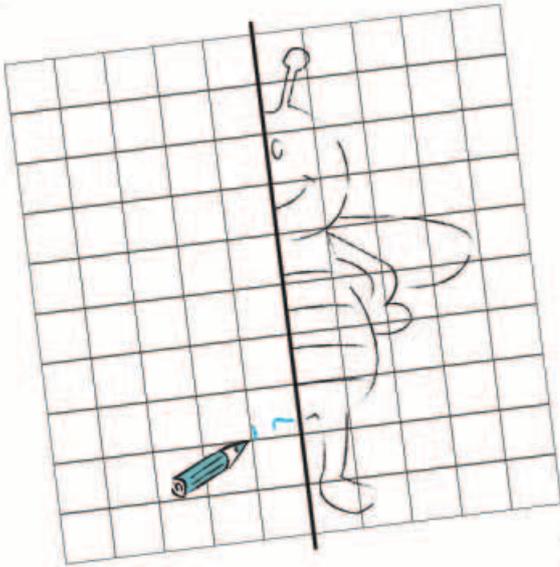
Tel. 0 23 02 / 6 60 50



Rastermalerei

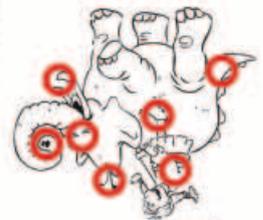
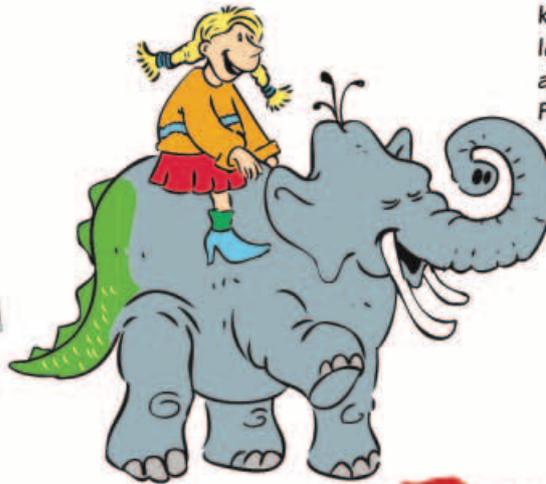
Summ Summ Summ.

Das Raster ist ein toller Trick, wie du die Biene allein zu Ende malen kannst: Übertrage die Linien in den Kästen rechts seitenverkehrt auf die Kästen links. Danach kannst du die Biene auch noch toll anmalen.



Ausmalen und Fehler finden

Kennst du schon Ella und ihren Elefanten Timba? Die beiden sind ein lustiges Paar. Du kannst sie schön bunt anmalen. In der Kopie rechts sind außerdem 7 Fehler versteckt. Findest du sie alle?



Lösung:

Alle dreimal?

Hier sind alle Monster dreimal zu sehen, oder? Nein, eines gibt es nur zweimal. Welches könnte das sein?



Lösung: Das rote Monster gibt es nur zweimal.

Labyrinth



Naturnahes Spielzeug und mehr

»Mein Glückskind«: Hier werden Kinder glücklich!

Da werden Kindheitserinnerungen wach: Ein Teddy sitzt auf einem Schränkchen, der kleine Prinz hat sein eigenes Reich im Regal hinten rechts für sich erobert, und auch berühmte Persönlichkeiten wie John Lennon, Martin Luther King, Marie Curie oder Frida Kahlo als liebevoll gestaltete englischsprachige Kinderbuch-Biografien reihen sich ein – »Little people – big dreams«. Mit »Mein Glückskind« an der Ruhrstraße 8 hat Inhaberin Regina Riesselmann Anfang März ein wahres Paradies aus naturnahem Spielzeug aus Holz und vielem mehr eröffnet.

Gemeinsam in die Welt der Gefühle eintauchen

»Die Resonanz ist einfach großartig! Ich habe schon etliche Artikel und Waren nachbestellen müssen«, sagt die Wittenerin. »Der absolute Renner sind die Gefühlskarten für Zwei- bis Siebenjährige, mit denen sie wunderbar ihre Emotionen widerspiegeln können: Glück, Neugier, Unsicherheit ... Die traumhaften Karten zeigen die unterschiedlichsten Gefühle und sind für Mama und Papa enorm hilfreich, die Empfindungen ihrer Kids auf einen Blick erkennen und entsprechend reagieren zu können. Hier gibt der dazugehörige Elternratgeber auch wertvolle Tipps.«



Naturnahes Spielzeug aus Holz

Spiele, Ideen und Anregungen für Groß und Klein

Doch es gibt noch so einige weitere wertvolle Dinge zu entdecken, beispielsweise in dem Schrank, der vor allem alles rund um den Geburtstag bereithält: das klassische Krönchen, kleine naturbelassene Holzkreisel, Spielfigurenstempel oder 3D-Geburtstagskarten. Und es sind ebenfalls nicht nur Ideen und Anregungen für den Nachwuchs. Kugelschreiber, Anhänger und Postkarten beispielsweise sind auch für die Großen gedacht. »Das gilt auch für »Beste Oma-Armbänder« oder die kreativen »Washi-Tapes«: Klebänder aus Washi-Reispapier. Mit ihnen kann man herrlich kreativ Geschenke »einbauen« und dekorieren – eine fantastische Verziermöglichkeit für alle Generationen. Auch hier habe ich auf eine künstlerische und ästhetische Komponente gesetzt«, erklärt Regina Riesselmann.



Mit individuellen Karten lassen sich Grüße schreiben, aber auch Gefühle ausdrücken.



Regina Riesselmann liegen die handgemachten Produkte von kleinen und vor allem regionalen Unternehmen am Herzen.

Kuschelige Nischenprodukte

Überhaupt liegen ihr handgemachte Produkte von kleinen und vor allem regionalen Unternehmen besonders am Herzen. Dazu gehören auch besondere Nischenprodukte. »Demnächst gibt es Kuscheltiere in Körperformen«, erklärt Regina Riesselmann, die von einer Kundin darauf aufmerksam gemacht worden ist: »Kinder verarbeiten auch im Rollenspiel ihre Krankheit und lernen, dass es nur das Organ ist, was krank ist. Nicht der ganze Mensch.« Der Darmplüsch, das Herz, die Niere und auch ein Zahn sind demnächst kuschelige Begleiter.



Wunderschöne Geburtstagsideen lassen sich bei »Mein Glückskind« entdecken.

Lernen durch Spielen

Apropos Begleitung. Beziehungen fördern, Rituale pflegen, spielerisches Lernen für jedes Alter – das liegt der ehemaligen Lehrerin ganz besonders am Herzen, und sie weiß: »Spielen ist so wichtig: Und dabei sind Bewegungsfreude, eine neue, bereichernde

Kommunikation durch Rollenspiele, aber auch auditive, visuelle oder kinästhetische Spielerfahrungen für das ganzheitliche Lernen mit Kopf, Hand und Herz von großer Bedeutung. Und Sie müssen Spaß und Freude am Spielen haben und einfach mal die Zeit vergessen. Insbesondere kleine Leute macht das stark.«

Mein Glückskind

Ruhrstraße 8 · 58452 Witten

Öffnungszeiten: Di.–Fr. 10–14 Uhr + 15–18 Uhr · Sa. 10–16 Uhr



© Foto: Sven Lorenz

Landscape – The Power of Nature

Kinderorchester NRW gastiert im Saalbau

Die Natur mit ihren Elementen war seit jeher eine Inspiration für viele Künstler*innen und Kompositionen. Denn sie kommt äußerst vielfältig daher: kraftvoll, feurig oder sanft und beschaulich. Die Elemente spielen hier eine wichtige Rolle, sind sie doch der Ursprung der Schöpfung und die Bausteine der Natur. Das Kinderorchester NRW geht auf eine fantastische musikalische Reise über Berge und Höhen, Täler und Flüsse. Von episch über ruhig bis dramatisch – ein Programm so abwechslungsreich wie die Landschaften unserer Erde.

Die Elemente finden sich auch in der Musik wieder: ›erdige Rhythmen‹, ›sphärische Klänge‹ ... Eine schöne Melodie, die wie Wasser dahinfließt, kann uns zu Tränen rühren, und eine feurige Fanfare lässt uns aufhorchen und weckt Energie in uns. Die Komponisten, die die Natur in ihren Werken vertont haben, zeichnen sich durch ihre Fähigkeit aus, die Schönheit, die Atmosphäre und die Emotionen der Natur in Musik zu übersetzen. Ob das musikalische Portrait eines malerischen Flusses, Glückseligkeit auf dem Meer und auf



Damit Bewegung leichter fällt

Die Pflege zu Hause kann anstrengend sein.

Praktische Ideen, wie Sie effektiv helfen und dabei auf Ihren Rücken achten, gibt Ihnen unser Online-Portal, der BARMER Pflegecoach.

Schauen Sie sich das Thema "Bewegung wirksam unterstützen" an: rund um die Uhr, kostenlos und ohne Anmeldung.

Artikelnummer 17030754Z/0822



Mehr Infos unter:
www.barmer-pflegecoach.de

dem Lande, finnische Wildnis, epische Reisen in der fantastischen Landschaft von Mitteleuropa oder mitreißende Klänge von Gewittern und anderen Naturgewalten.

Mit beeindruckender Musik zeigt uns das KIO NRW die Schönheit und den Zauber der Natur in all ihrer Pracht. Erleben Sie ein musikalisches Abenteuer durch majestätische Landschaften. Unterhaltsam, emotional und informativ: ein Familienkonzert für Groß und Klein.

Landscape – The Power of Nature

Sa. 27. April · 18 Uhr · Saalbau

Eintritt ab 10,00 Euro / 5,00 ermäßigt + Gebühr



© Foto: Golubov - adobe-stock.com

Lust zu schnibbeln, zu kosten und Englisch zu lernen? That's it!

Do you like to cook ...

... to learn English and to have fun? Mal selber kochen, in der Küche etwas Neues ausprobieren und dabei noch euer Englisch mit einer Muttersprachlerin verbessern: Das dürft ihr euch nicht entgehen lassen. Die vhs Witten | Wetter | Herdecke hat hier für euch tolle Kurse auf der ›Speisekarte‹: Kochen in englischer Sprache.

Wild West Cooking: Willkommen im Wilden Westen! Hier könnt ihr lernen, was in der Wildnis dieses Teils Amerikas damals auf die Teller kam. Es gab nämlich keine Supermärkte und Restaurants, das Essen musste am Lagerfeuer zubereitet werden und möglichst einfach und lecker sein. Einige dieser herzhaften Gerichte werden ausprobiert und dabei wird natürlich, passend zum Thema, euer Englisch aufpoliert. Auf dem Plan stehen ein deftiger Chili-Eintopf, ›corn on the cob‹ (Maiskolben), typisches ›cornbread‹ (Maisbrot), und etwas Süßes darf auch nicht fehlen. Zum Abschluss gibt es ›S´more Trifle‹, ein Schichtdessert. Für Kids ab 8 Jahren.

Super Bowls Party: Das dürft ihr euch nicht entgehen lassen. Alle Teenies ab 11 Jahren sind herzlich eingeladen, den neuen Foodtrend selbst zu entdecken. Es werden leckere, farbenfrohe und gesunde Bowls zusammengestellt. Nach dem Motto ›Alles Gute in einer Schale‹ wird eine California Bowl zubereitet, eine Poke Bowl mit Erdnusssoße, eine koreanische Bowl und natürlich auch eine Nachtisch-Bowl. Enjoy your meal!

Wild West Cooking

Sa. 20. April · 11–14 Uhr

Super Bowls Party

Fr. 26. April · 16.30–19.30Uhr

Beide Kurse (à 27,00 Euro) finden statt im vhs Seminarzentrum (Holzkampstraße 7).

Anmeldung: www.vhs-wwh.de



© Foto: Marco Pleucht

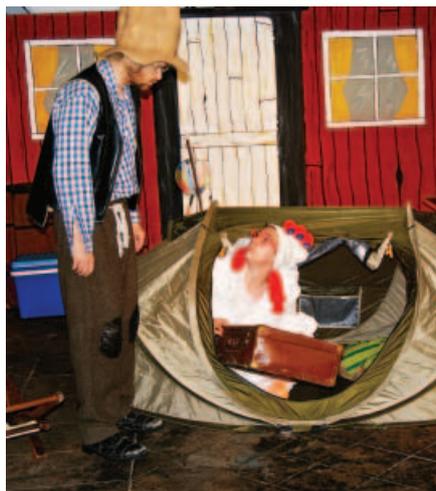
Hey, Pippi Langstrumpf!

Seitdem das Mädchen mit den roten Zöpfen, den Bärenkräften und den allerbesten Spiel-Ideen in die Villa Kunterbunt eingezogen ist, gibt es im Leben von Thomas und Annika keine Langeweile mehr. Da Pippis Mutter ein Engel im Himmel und ihr Vater auf hoher See ist, lebt sie allein mit ihrem Äffchen und Pferd – zur Beunruhigung der Erwachsenen. Doch Pippi wird locker mit Polizisten und Einbrechern fertig, denn sie macht sich die Welt einfach, wie sie ihr gefällt, und schenkt selbst Dieben noch ein paar Stücke aus ihrem Goldschatz. Doch eines Tages erfüllt sich Pippis größter Wunsch und ihr Vater steht vor der Tür. Jetzt müssen die Freund*innen schweren Herzens Abschied nehmen. Oder vielleicht doch nicht?

Bis heute ist ›Pippi Langstrumpf‹ aus keinem Kinderzimmer wegzudenken. Sie ist stärker als die Erwachsenen und braucht deren Geld nicht. Sie muss nichts tun, was sie nicht tun will, und respektiert nichts, was in ihren Augen keinen Respekt verdient, egal was andere sagen. Was für eine einzigartige Situation für ein Kind! Und einzigartig wird auch das humorvolle Schauspiel im Saalbau – versprochen!

Pippi Langstrumpf

Kinderstück nach Astrid Lindgren
ab 6 Jahren
Di. 23. April · 16 Uhr
Saalbau



© Foto: Kinder- und Jugendtheater Witten e. V.

Pettersson zeltet

Aller guten Dinge sind drei! Ganz genau – bei dem Schauspiel ›Pettersson zeltet‹ dürfen bereits Kinder ab drei Jahren ein super lebendiges Theaterstück für sich entdecken.

Darum geht's: Findus, der Kater vom alten Pettersson, hat noch nie in einem Zelt geschlafen. Klar, dass er endlich mal ausprobieren möchte, wie das ist. Und weil der alte Pettersson auch gerade was anderes ausprobieren möchte, nämlich seine selbsterfundene Flitzbogenwurf-Angel, beschließen die Beiden, einen Ausflug ins Fjäll zu unternehmen. Da können sie ein bisschen wandern, ein bisschen Barsche angeln und ein bisschen zelten. Aber daraus wird nichts, denn es kommt alles ganz anders ... Und das nur wegen der blöden Hühner, die partout auch mal ausprobieren wollen, wie das ist, in einem Zelt zu schlafen.

Eine wunderschöne, lustige Geschichte nach einem der beliebten Kinderbücher von Sven Nordquist, inszeniert und performt vom Kinder- und Jugendtheater Witten e. V. Dabei geht es den Künstler*innen vor allem darum, Spaß und Lebensfreude zu vermitteln, kulturelles Interesse zu fördern und für menschliche Werte wie Nächstenliebe, Hilfsbereitschaft und Verantwortungsbewusstsein zu sensibilisieren. Das alles spielerisch leicht, humorvoll und ohne erhobenen Zeigefinger.

Pettersson zeltet

Do. 25. April · 16 Uhr
Saalbau



Zwergenzeit

Bahnhofstraße 33

58452 Witten

Tel. 02302/278 1628

www.zwergenzeit-witten.de

Frühlingsgefühle erwachen



Cooler Outfits

Luftig-leichte Mode

Liebenswerte Kuscheltiere



Hochwertige, nachhaltige
Umstands- & Stillmode
Baby- & Kindermode
hergestellt in Europa
Hochwertiges **Baby- & Kinderspielzeug**

Learning English live!

Spannende Sprachreisen nach Oxford und Torquay

Vokabeln lernen, Grammatik pauken ... Leider ist Englischlernen für viele Schüler*innen oftmals dröge und von daher wenig effektiv. Dabei gibt es keine andere Sprache, die so wichtig ist auf unserem Kontinent: eine wesentliche Grundlage dafür, dass sich Menschen untereinander verständigen und verstehen können. Nicht zu vergessen, dass Englisch für viele eine wesentliche Voraussetzung für ihre erfolgreiche berufliche Zukunft darstellt. Umso wertvoller sind die Sprachreisen nach England des ›GB-D Freundeskreis e. V.‹.



Torquay an der ›Englischen Riviera‹ ist ein traumhafter Ferienort.

Interessanterweise waren die Gründer*innen ein echter Freundeskreis. Menschen, die aus eigener Erfahrung wussten, wie hilfreich und inspirierend ein Auslandsaufenthalt hinsichtlich der Sprachkompetenz ist. Schließlich ist man von morgens bis abends von Worten und Wortklängen umgeben, die so ganz anders aufgenommen und schließlich auch selbst umgesetzt werden. So fassten die Freunde vor 35 Jahren den Entschluss, mit ihrer Vereinsgründung auch anderen Menschen dieses so wichtige Sprach- und Lernerlebnis zu ermöglichen. Auf der Suche nach Kooperationspartnern vor Ort stießen sie auf hoch qualifizierte Sprachschulen in Torquay und Oxford, mit denen sie seitdem zusammenarbeiten.

Für Schüler*innen geht es das nächste Mal in den Sommerferien los, und es erwartet sie ein abwechslungsreiches Programm. Vormittags heißt es ›learning‹! In kleineren Gruppen, passend zu den jeweiligen Sprachkenntnissen, finden pro Woche insgesamt 15 Stunden lang ›Speech-Coaching-Kurse‹ statt. Doch das ist längst nicht alles! Nachmittags stehen weitere Aktivitäten wie Sport und kulturelle Besuche auf dem Plan. Zudem finden jede Woche mehrere tolle Ausflüge statt. Und auch in ihren Gastfamilien werden die Urlauber*innen mit Land, Leuten und Sprache wunderbar vertraut.



Tipp

Sonderangebot für Schüler*innen ab 14 Jahren aus NRW

Sommerkurs in Torquay
28.07.–10.08.2024

2.049,00 Euro

- Englischunterricht bei qualifizierten Muttersprachlern vom ›Oxford College of English‹ mit Sitz in Torquay
- Unterkunft in bewährten englischen Gastfamilien
- Tolles und abwechslungsreiches Freizeitprogramm
- Ab Flughafen Düsseldorf inkl. Bus bis Torquay (ohne Reisebetreuung)



Die legendäre Universitätsstadt: der perfekte Ort, Englisch zu lernen!

›Die Touren und Aktivitäten werden von der Abreise bis zur Rückkehr ins Heimatland von erfahrenen und engagierten Betreuer*innen organisiert und durchgeführt – rein ehrenamtlich!‹, erklärt Silke Truppner, 2. Vereinsvorsitzende. ›Denn das ist unser Anliegen: Durch unseren Einsatz die so wichtigen Sprachreisen möglichst günstig zu ermöglichen. Und glauben Sie uns: Ob Schüler ab 12 Jahren oder Erwachsene – unser Programm wird Sie begeistern!‹

Weitere Infos zu Feriensprachkursen für Jugendliche, Sprachkursen für Erwachsene und Senioren sowie Intensivsprachkursen erhalten Sie unter <https://gbdfreundeskreis.de/>
Persönliche Beratung von Montag bis Freitag zwischen 10 Uhr und 16 Uhr:
Tel. 02 34 / 9 25 00 43 oder per
E-Mail info@gbd-freundeskreis.de

UWH lädt zum Tag der offenen Tür

Wie ist es, an der Universität Witten/Herdecke zu studieren? Fühle ich mich am Campus wohl? Passen Ideale und Werte der Hochschule zu mir? Welche Perspektiven ermöglicht mir ein Studium an der UWH? Wie teuer ist es? Gibt es Hilfen und Unterstützung? Fragen über Fragen, zu denen Interessierte am Tag der offenen Tür am 4. Mai hilfreiche Antworten erhalten.



© Foto: Johannes Buldmann

Die Entscheidung für ein Studium ist viel mehr als die Entscheidung für einen Studiengang. Neben den fachlichen Inhalten und Lehrangeboten kommt es auch darauf an, ob Lehrende, Kommilitoninnen und Kommilitonen sowie Atmosphäre und Umgebung zu uns passen, wir uns dauerhaft wohlfühlen und motiviert studieren können. Damit die zukünftigen Student*innen wissen, dass sie die richtige Entscheidung treffen, lädt die UWH dazu ein, die Uni und das Studierendenleben in Witten live zu erleben. Am Infotag hat jeder die Möglichkeit, sich über seinen Wunschstudiengang zu informieren, sich mit Lehrenden und Studierenden auszutauschen, in Seminare reinzuschneppern und die besondere Atmosphäre am Campus zu erleben.

Alternativ gibt es auch virtuelle Entdeckungsoptionen. In Online-Infoveranstaltungen kann man die Studiengänge der Uni Witten/Herdecke kennenlernen und sich mit Dozierenden austauschen über Studienverlauf, Berufsperspektiven und vieles mehr. Zudem lässt sich über die Online-Schnupperseminare von den unterschiedlichsten Seminaren ein lebendiger Eindruck verschaffen.

4. Mai · Tag der offenen Tür
Universität Witten/Herdecke
 Alfred-Herrhausen-Straße 50 · 58455 Witten

Anmeldung (erforderlich) und weitere Informationen, auch zu Onlineveranstaltungen, Schnuppertagen und Campusführungen über www.uni-wh.de

Talente fördern wir

 **zeptrum**
DR. ADAMSEN

Wirtschaftsprüfung
 Steuerberatung
 Unternehmensberatung

IMMER AN IHRER SEITE



ZAHNÄRZTIN WITTEN

LENA
STROTMANN

WIR SUCHEN SIE!

Zahnmedizinische Fachangestellte (ZFA, m/w/d)

für max. **36 Std./Woche**

Wir legen großen Wert auf die Vorsorge und den Erhalt der Mundgesundheit unserer Patienten. Mitbringen sollten Sie Liebe zum Beruf, Zuverlässigkeit und Lernbereitschaft.

Ihr Aufgabenfeld:

- Behandlungsassistenz
- Röntgen
- Hygienetätigkeiten

Wir bieten Ihnen:

- großzügige Bezahlung
- 13. Monatsgehalt
- drei freie Nachmittage pro Woche
- Unterstützung bei Fortbildungen und Schulungen
- Pausenraum mit voll ausgestatteter Küche
- Kaffee, Kaltgetränke, Obst und Snacks gratis
- Team-Events und Mitarbeitersport
- Kostenlose Mitarbeiterparkplätze

Ein Team, auf das Verlass ist

- Jung, freundlich und sympathisch
- Motiviert und dynamisch
- Offen für kreative Mitgestaltung und Weiterbildungen

Moderne, zentral gelegene Praxis

- Zentrale Lage in Witten-Herbede
- gute Busanbindung
- kostenlose Parkplätze vor der Tür

Werden Sie Teil des Teams

Sie finden, das alles klingt gut? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung! Schicken Sie uns Ihre Unterlagen bitte per E-Mail an mail@zahnarztpraxis-strotmann.de

Fragen zum Stellenangebot beantworten wir gerne telefonisch: 0 23 02 / 7 16 11

Zahnarztpraxis Lena Strotmann

Wittener Straße 12 · 58456 Witten · Tel. 0 23 02 / 7 16 11

www.zahnarztpraxis-strotmann.de · mail@zahnarztpraxis-strotmann.de

Wie eine große Familie

Karrierestart bei Pilkington Automotive

Wer bei Pilkington in Witten arbeitet und unter seinen Freunden oder Verwandten Verstärkung für das Team rekrutiert, kann sich bei positiver Eignung über eine Prämie von insgesamt 600 Euro freuen. Die Aktion zeigt: In Sachen Mitarbeitergewinnung werden bei dem Autoglashersteller keine Kosten und Mühen gescheut. Sie demonstriert aber auch noch etwas anderes: Persönliches Miteinander hat im Unternehmen einen hohen Stellenwert.



© Foto: Pilkington Holding GmbH

»Wir bauen gerne auf Menschen, die wir kennen«

»Natürlich sind Bewerbungen auch ohne persönlichen Kontakt gern gesehen«, sagt Michael Weiß, Personalleiter am Wittener Produktionsstandort der Pilkington Automotive Deutschland GmbH. »Aber warum externe Fachkräfte anwerben, wenn ein Mitarbeiter jemanden empfehlen kann? Wir bauen gerne auf Menschen, die wir kennen, und investieren daher auch viel in Aus- und Weiterbildung. Das Resultat ist eine familiäre Atmosphäre, die man sonst eher von mittelständischen Betrieben gewohnt ist. Gleichzeitig profitieren unsere Leute aber von der Zukunftssicherheit, der leistungsgerechten tarifvertraglichen Vergütung und den Entwicklungsmöglichkeiten der NSG Group mit weltweit über 27.000 Beschäftigten.«

Praxisnah & international

Rund drei Millionen Windschutz- und Heckscheiben sowie Dachgläser für Premiemarken wie Porsche, BMW, Audi und Mercedes werden im Wittener Werk jährlich hergestellt. Zu den vor Ort rund 900 Beschäftigten gehören aktuell über 20 Auszubildende. Ab August 2024 werden

wieder neue Plätze frei. Die gewerblich-technischen Berufe werden im Verbund mit der Karrierewerkstatt organisiert. Gemeinsam mit Auszubildenden aus anderen Wittener Betrieben sammeln die Kandidat*innen wertvolle praktische Erfahrungen. Die Ausbildung der Industriekaufleute ist von Anfang an auch auf Internationalität ausgerichtet. Dies kommt unter anderem zudem bei einem dreimonatigen Praktikum in Irland oder Malta zum Tragen. »Unsere kaufmännischen Azubis erhalten als kleines Extra einen Arbeitslaptop, den sie auch privat nutzen und nach dem Abschluss behalten dürfen«, verrät Michael Weiß.

Vom Azubi zur Führungskraft

Allen Absolvent*innen winkt ein sechsmonatiger Anschlussvertrag. Danach beträgt die Übernahmequote durchschnittlich 95 Prozent. »Da wir ein angenehmes Arbeitsklima mit guten Perspektiven für die Karriere bieten, haben wir kaum Fluktuation – die meisten Mitarbeiter bleiben uns lange treu«, so Pascal Danehl (Personalabteilung). Er verrät: »Ich selbst habe meine kaufmännische Ausbildung bei Pilkington in Witten absolviert und verkörpere somit

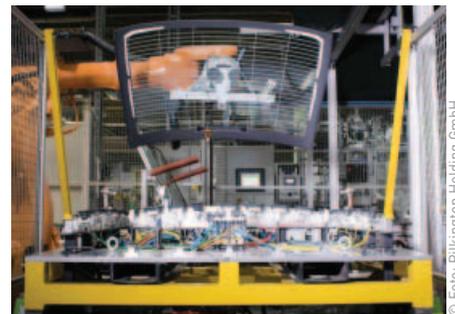
Ausbildungsberufe (m/w/d) auf einen Blick

Witten:

- Elektroniker für Betriebstechnik
- Industriekaufmann mit Zusatzqualifikation EU
- Maschinen- und Anlagenführer
- Mechatroniker

Gelsenkirchen & Gladbeck:

- Fachinformatiker mit der Fachrichtung Systemintegration
- Fachinformatiker mit der Fachrichtung Systemintegration – Bachelor of Science (Wirtschaftsinformatik)
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Flachglas-technologe
- Industrieelektriker – Betriebstechnik
- Industriekaufmann
- Industriekaufmann Bachelor of Arts (Business Administration)
- Industriemechaniker
- Lagerist
- Mechatroniker Bachelor of Engineering
- Verfahrensmechaniker Glastechnik



© Foto: Pilkington Holding GmbH

genau das, was wir fördern möchten. Und ich bin damit nicht allein. Viele ehemalige Azubis erreichen während ihrer Beschäftigung bei uns verantwortungsvolle Positionen, bis hin zur oberen Führungsebene.«

Qualifizierung & Chancen

»Weiterbildung wird bei uns großgeschrieben«, bestätigt Michael Weiß. Dies gelte auch für die ungelerten Kräfte in der Produktion. »Von Juni 2023 bis Februar 2024 haben wir im Rahmen einer NRW-weit einzigartigen Maßnahme 38 Mitarbeitende zu Maschinen- und Anlagenführer*innen qualifiziert – bei vollem Lohnausgleich.« Der Lehrgang wurde in Kooperation mit der Agentur für Arbeit und dem bfw-Bildungswerk durchgeführt und über das Qualifizierungschancengesetz (QCG) finanziert. »Ein schönes Beispiel dafür, dass jeder die Möglichkeit hat, sich innerhalb der Firma zu entwickeln.«

Weitere Infos:

[Pilkington.de/ausbildung](https://pilkington.de/ausbildung)

WIR SUCHEN DICH!

FÜR 2024 BIETEN WIR AUSBILDUNGSPLÄTZE ALS

ZERSPANUNGSMECHANIKER (m/w/d) INDUSTRIEMECHANIKER (m/w/d)

DIESE VORAUSSETZUNGEN
SOLLTEST DU
MITBRINGEN...

- mind. Hauptschulabschluss
- Handwerkliches Geschick
- gutes technisches Verständnis
- Motivation und Zuverlässigkeit
- Genauigkeit, Gründlichkeit
- Teamgeist

NEBEN EINER TOP-
AUSBILDUNG ERWARTET
DICH...

- ein sehr gutes, von Vertrauen geprägtes Betriebsklima
- Abwechslungsreiche Aufgaben
- modernes Arbeitsumfeld
- sehr gute Übernahmechancen



Coaching



Zusatzversicherungen



KAMAT Job-Rad



Lehrwerkstatt



zentraler
Ansprechpartner



Weihnachtsgeld
Urlaubsgeld



Betriebsfeiern

BEWIRB DICH JETZT UND NUTZE DEINE CHANCE!

Detaillierte Informationen zu den einzelnen Ausbildungsberufen und die Möglichkeit zur Bewerbung findest du unter: www.KAMAT.de

Ansprechpartner: KAMAT GmbH & Co. KG | Frank Lukaschik | frank.lukaschik@kamat.de

Mit der Logopädie den Beruf fürs Leben gefunden

Martin Michel-Müller arbeitet seit 17 Jahren im EvK Witten

Das Evangelische Krankenhaus Witten kennt Martin Michel-Müller wie seine Westentasche. Wenn er über die Stationen im EvK geht, blickt er in viele vertraute Gesichter. Seit nunmehr 17 Jahren arbeitet er hier als Logopäde. Dabei hatte er zunächst einen ganz anderen Weg eingeschlagen. Martin Michel-Müller ist ausgebildeter Diplom-Sportlehrer. »Ich habe aber schnell gemerkt, dass das nichts ist, was ich mein Leben lang machen möchte«, sagt er im Rückblick. Und so fing er noch einmal ganz von vorn an, absolvierte eine Ausbildung zum Logopäden – und fand damit den Beruf fürs Leben.

Übers Praktikum zur Festanstellung

Das EvK lernte Martin Michel-Müller während seiner Ausbildung vor 20 Jahren im Rahmen eines Praktikums kennen. Der Praktikant machte damals einen guten Job – und bekam eine Anschlussbeschäftigung im EvK in Aussicht gestellt. Ein Angebot, das er nach bestandener Abschlussprüfung gern annahm. Heute ist der Logopäde Teil des Geriatriischen Teams, das sich um die Patientinnen und Patienten auf den geriatrischen Stationen und in der Geriatriischen Tagesklinik kümmert. Zehn bis zwölf Patient*innen behandelt Martin Michel-Müller im Schnitt pro Tag in Einzeltherapie. Dazu kommen noch Gruppensitzungen.

Therapeut*innen arbeiten Hand in Hand

Von der Logopädie über die Physio- bis zur Ergotherapie arbeiten im Geriatriischen Team alle Therapeut*innen Hand in Hand, um die mehrfach erkrankten geriatrischen Patient*innen bestmöglich zu versorgen. »Das ist das Schöne an der Arbeit im Krankenhaus: Wir arbeiten nicht nur allein, sondern ergänzen uns zum Wohle der Patienten in unseren Fachrichtungen«, sagt der Logopäde. Das gemeinsame Ziel der insgesamt rund 40 Therapeutinnen und Therapeuten im Haus sei es immer, die Lebensqualität der Patientinnen und Patienten zu verbessern. Gelingt das, ist die Freude im gesamten Team groß. »Diese Freude an den Erfolgen ist unglaublich befriedigend«, sagt Martin Michel-Müller. Vor allem, wenn sie im Team geteilt wird.

Schwerste Sprach- und Schluckstörungen

Während die Physio- und Ergotherapeut*innen Beeinträchtigungen in der Bewegung behandeln, kümmert sich Martin Michel-Müller um die logopädischen Probleme. Schwerpunktartig sind das Schluck- und Stimmstörungen, die nach künstlicher Beatmung, Operationen oder neurologischen Erkrankungen auftreten. »Eine sehr anspruchsvolle Arbeit«, sagt er mit Blick auf mitunter schwerste Störungen, unter denen Patient*innen leiden, die etwa einen Schlaganfall erlitten haben oder an Kehlkopfkrebs erkrankt sind. Um sie bestmöglich behandeln zu können, kommen am EvK besondere diagnostische Verfahren zum Einsatz. Dazu zählt die Fiberendoskopische Evaluation des Schluckens (FEES). Mit ihr können Auffälligkeiten beim Schlucken und deren Ursachen lokalisiert werden. Um bei der ärztlichen Diagnostik assistieren zu dürfen, hat Martin Michel-Müller nebenberuflich eine entsprechende Fachweiterbildung absolviert und sich weiter spezialisiert. Die vielfältigen Weiterbildungsmöglichkeiten im EvK hat er über die Jahre sehr schätzen gelernt. Seinen Job möchte Martin Michel-Müller heute nicht mehr tauschen, seine Kolleg*innen nicht mehr missen. »Ich fühle mich sehr wohl hier, wir arbeiten im Team sehr harmonisch zusammen«, sagt der Logopäde. Seinen Entschluss, noch einmal ganz von vorn anzufangen – Martin Michel-Müller hat ihn bis heute nicht bereut.



© Foto: EvK Witten

Logopäde Martin Michel-Müller hat seinen Traumberuf gefunden.



Werde Teil unseres Teams und bewirb dich jetzt als Logopäde (m/w/d)

EvK Witten · Therapie

Gesamtleitung Linus Paelke · Tel. 0 23 02 / 1 75-23 10

Weitere Informationen unter www.evk-witten.de



Evangelisches Krankenhaus
Witten

Pferdebachstr. 27 | 58455 Witten

02302.175-0



www.evk-witten.de

Made in Witten

Schrott ... Mehr als altes Eisen!

Auf dem Firmengelände der Wilhelm Bötzel GmbH Co. KG in Witten-Herbede herrscht ein reges Kommen und Gehen. Vollbeladene Lkw rollen über den weitläufigen Betriebshof. Mobile Bagger mit Greifarmen befördern Schrottteile unterschiedlichster Form und Größe von einem Haufen zum nächsten, befüllen Großscheren und Paketpressen oder verladen den Schrott für die Stahlwerke und Gießereien. Wenn sich Stahl auf Stahl senkt, sind gewaltige Kräfte am Werk.



© Foto: Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG

Recycling-Idee so alt wie Industrialisierung

»Insgesamt rund 400.000 Tonnen Stahl- und Metallschrott werden an unseren Betriebsstätten in Witten, Herne und Hagen pro Jahr erfasst und umgeschlagen«, erzählt Gero Bötzel, Nachfolger in der dritten Generation. »Neben den klassischen Haushaltsschrotten gehören dazu auch Produktions- und Abbruchschrotte, die wir für ihren erneuten Einsatz in der Gießerei- und Stahlindustrie aufbereiteten.« Die Idee, Stahl zu recyceln, ist so alt wie die Industrialisierung selbst. Denn der zeitlose Werkstoff kann beliebig oft eingeschmolzen und wiederverwertet werden – und das ganz ohne Qualitätsverlust. Diesen Vorteil erkannten auch Wilhelm und Elli Bötzel aus Witten-Herbede.

Bemerkenswertes Gründungsdatum

Am 23. Mai 1949 wurde die Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG offiziell gegründet – zufällig am selben Tag wie die Bundesrepublik Deutschland. Nach einigen erfolgreichen Geschäftsjahren in Hattingen siedelte das Team 1980 auf den verkehrsgünstig gelegenen Schrottplatz am alten

Bahnhof Blankenstein-Ruhr in Witten Herbede um. Aus dem kleinen Familienbetrieb wurde ein mittelständisches Unternehmen mit Standorten in drei Städ-



Wilhelm Bötzel gründete am 23. Mai 1949 das Unternehmen.



© Foto: Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG

Aus sperrigen Teilen werden praktische Pakete.

ten und rund hundert Mitarbeitenden. Allein an der Wittener Hauptniederlassung stehen 60.000 Quadratmeter für die Erfassung, Lagerung und Aufbereitung von Schrotten zur Verfügung.

»Alles, was bei uns ankommt, wird später wieder irgendwo eingeschmolzen«

Die Eingänge stammen zum Großteil aus Produktionsbetrieben, aus den Bereichen Automobilindustrie, Maschinenbau oder Werkzeugbau. Zu diesem Zweck stellt die Firma Bötzel um die 2.500 Container an Firmen im Umkreis von 100 Kilometern. »Wir leeren diese Container zu den vereinbarten Terminen mit unserer eigenen Logistik«, erläutert Co-Geschäftsführer Norbert Kintzel. »Die Inhalte werden dann hier vor Ort nach Qualitäten sortiert und in den verschiedensten Sorten aufbereitet.« Seit 40 Jahren ist er im Unternehmen tätig und kennt die Branche wie seine Westentasche. »Alles, was bei uns ankommt, wird später wieder in Gieß-

© Foto: Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG



© Foto: Stadtmagazin

Containerleerung

ßereien oder Stahlwerken eingeschmolzen und in ein neues Produkt verwandelt.«

Aus sperrigen Teilen werden handliche Pakete

Hier kommen die hochleistungsfähigen Aufbereitungsmaschinen des Fachbetriebs zum Einsatz: Sie zerkleinern die gewaltigen Stahl- und Metallteile oder pressen sie entsprechend den vorgegebenen Industrieabmessungen und EU-Normen zu ›handlichen‹ Gießereipaketen von 120 bis 160 Kilogramm und Stahlwerkspaketen mit einem Gewicht von 750 Kilogramm bis hin zu 900 Kilogramm. Andere Recyclingstoffe sind im Vergleich aber nicht weniger wertvoll: Seit dem Jahr 2008 besteht am Standort in Herne-Crange ein Aufbereitungszentrum speziell für Weißblech. »Dabei handelt es sich um konsumnahe Schrotte

zum Beispiel um alte Konservendosen, die unter anderem in den gelben Säcken erfasst werden«, erklärt Gero Bötzel. »Die sogenannten FE-Anteile, also die eisenhaltigen Komponenten, werden mit einem Störstoffgehalt von bis zu 20 Prozent bei uns angeliefert. Im Zuge des Sortierverfahrens gewinnen wir daraus Eisen mit einer Reinheit von bis zu 98 Prozent.«

Per Schiff ins Inland und nach Übersee

Per Lkw oder Güterzug werden die aufbereiteten Materialien aus Witten, Herne und Hagen an Gießereien und Stahlwerke im ganzen Ruhrgebiet versendet. Regelmäßig legen auch beladene Binnenschiffe am Rhein-Herne-Kanal Richtung Stahlwerk/Seehäfen ab. »Ein Binnenschiff kann bis zu 2.000 Tonnen Fracht transportieren«, weiß Norbert Kintzel. »Der Wasserweg ist eine gute Alternative zur Entlastung der Straßen.« Am Seehafen warten bereits die Ozeanriesen mit einem Fassungsvermögen von 30.000 bis 45.000 Tonnen, die die Ware aus dem Ruhrgebiet im Auftrag großer Exporthändler bis in die Türkei oder nach Ägypten exportieren. Schrott ist auch in diesen fernen Ländern ein kostbarer Rohstoff.

»Gelebter Klima- und Ressourcenschutz«

»Stahl- und Metallschrotte wurden schon immer recycelt – heutzutage geht es eher um das ›Wie‹«, ergänzt Gero Bötzel. »Die Umwandlung von Alt zu Neu ist bereits gelebter Klima- und Ressourcenschutz. Durch den Einsatz von einer Tonne Stahl-

schrott werden Emissionen von 1,67 Tonnen CO₂ eingespart. So viel CO₂ wird beim Verbrennen von rund 700 Litern Benzin freigesetzt. Damit kommt ein durchschnittlicher Pkw etwa 9.000 km weit. Auch der Weg ist wichtig! Und hier stehen insbesondere die CO₂-Emissionen im Fokus.« Die Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG will dieser Entwicklung durch die Nutzung klimaneutraler Solarenergie Rechnung tragen. Im Zuge eines groß angelegten Bauprojektes wurden auf sämtlichen Hallendächern in Witten Solaranlagen installiert. 6.000 Module sollen dieses Jahr ans Netz gehen. »Genug, um 100 Prozent unseres Eigenverbrauchs am Standort Witten abzudecken und die Aufbereitungsprozesse unter den Gesichtspunkten des Umweltschutzes künftig noch nachhaltiger zu gestalten«, sagt Gero Bötzel.



© Foto: Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG

BÖTZEL

...immer für Sie da

Wilhelm Bötzel GmbH & Co. KG
Wittener Straße 170-176
58456 Witten

Tel. 0 23 24 / 68 60-100
Fax 0 23 24 / 68 60-200

E-Mail info@boetzel-schrott.de
Internet www.boetzel-schrott.de

Die zehn Todsünden bei einem eigenhändigen Testament

Ein Beitrag von RA Schauwienold, Ihr professioneller Partner für Erb- und Familienrecht

Immer wieder ist in der erbrechtlichen Praxis festzustellen, dass selbstverfasste Testamente entweder in sich widersprüchlich, auslegungsfähig oder aber im schlimmsten Fall sogar nichtig sind. Der jetzige Beitrag soll dazu dienen, um denjenigen, die ein Testament eigenhändig zu errichten gedenken, zumindest einen Leitfaden an die Hand zu geben.

1. Ganz wichtig ist zunächst, dass ein Testament **handschriftlich** gefertigt wird, also nicht mechanisch per Schreibmaschine o. ä. Das Gesetz verlangt nicht nur eine eigenhändige Unterschrift der testierenden Person, sondern auch, dass der **gesamte Testaments-Text** von ihr eigenhändig geschrieben wird. Außerdem sollte zusätzlich noch angegeben werden, zu welcher Zeit (Tag, Monat und Jahr) und an welchem Ort das Testament niedergeschrieben wurde. Die Unterschrift soll darüber hinaus den Vor- und Familiennamen des Erblassers enthalten. Das Mindeste ist, damit das Testament nicht dem Verdikt der Nichtigkeit unterfällt, die Unterschrift mit dem Familiennamen.

2. Die Bestimmung der **Person des Erben** muss **eindeutig** sein. Der häufig anzutreffende Satz: ›Erbe wird der, der mich zum Schluss meines Lebens pflegt‹, führt dementsprechend zur Nichtigkeit der testamentarischen Verfügung. Das Erbrecht verlangt, dass der Erblasser den Erben in seinem Testament mit hinreichender Bestimmtheit benennt. Diese Voraussetzung liegt bei der oben erwähnten Klausel nicht vor. Die Folge unwirksamer testamentarischer Erbeinsetzung ist, dass statt der gewünschten testamentarischen Erbfolge jetzt die **gesetzliche** Erbfolge eintritt, ein Ergebnis, das ja gerade nicht gewünscht war.

3. Von **unzumutbaren Bedingungen oder Auflagen** sollte der Testator von vornherein Abstand nehmen wie z. B. ›Die Immobilie vermache ich meiner Tochter nur unter der Prämisse, dass deren Freund das Haus nicht betritt‹ oder ›Mein Sohn wird nur Erbe, wenn er christlich heiratet‹. Solche Bedingungen oder Auflagen sind nichtig, weil sie den Erben nach ständiger Rechtsprechung in unzulässiger Weise in seinen Persönlichkeitsrechten verletzen. So ist es der Tochter von Verfassung wegen gestattet, ihren Lebenspartner ohne Beeinflussung von außen selbst auszuwählen. In solchen Fällen bleibt zwar das Testament selbst gültig; nichtig

sind aber die unzulässigen Bedingungen und Auflagen, die den Erben zu sehr in seinem Recht auf freie Entfaltung einschränken.

4. Ein **gemeinschaftliches Testament** können nur Eheleute oder eingetragene Lebenspartner errichten, mithin nicht Verlobte oder Personen, die bereits langjährig zusammenleben. Diese müssen notgedrungen auf einen Erbvertrag ausweichen, der zu seiner Wirksamkeit allerdings notarieller Beurkundung bedarf und somit Notarkosten auslöst. Zur Errichtung eines eigenhändig gemeinschaftlichen Testamentes genügt es, wenn einer der Ehegatten das Testament – wie unter 1. näher beschrieben – errichtet und der andere das Testament alsdann eigenhändig mitunterzeichnet.

5. Ehegatten-Testamente werden im üblichen Sprachgebrauch als sog. ›**Berliner Testament**‹ bezeichnet. Darunter versteht man, dass sich die Leute zunächst gegenseitig zu Alleinerben einsetzen, wobei sie gleichzeitig bestimmen, dass nach dem Tode des Letztlebenden von ihnen der beiderseitige Nachlass an einen Dritten, in der Regel die gemeinsamen Kinder, fallen soll.

6. Das Berliner Testament weist **zwei Schwächen** auf. Verfügen die testierenden Ehegatten über nicht unwesentliches Vermögen, kann es beim Tode des Erstversterbenden auf Seiten des überlebenden Teils zu einer Kumulierung der Vermögenswerte führen, was beim Tode des Letztversterbenden auf Seiten der Kinder zu erheblichen Steuerfestsetzungen führen kann. Diese kann man z. B. dadurch vermeiden, dass die Kinder bereits beim Tode des Erstversterbenden mit Vermächtnissen bis zur steuerlichen Freigrenze von 400.000,00 Euro ausgestattet werden. **Jedes Kind** hat dabei nach **jedem Elternteil** einen Freibetrag von 400.000,00 Euro.

Ein weiterer Nachteil des Berliner Testamentes kann sich daraus ergeben, dass die

Kinder, wenn sich die Eltern zunächst wechselseitig zu alleinigen Erben einsetzen, in diesem Fall pflichtteilsberechtigt sind, weil sie von der gesetzlichen Erbfolge ausgeschlossen werden. Deshalb sollte ein solches Testament bei Vorhandensein von Kindern zumindest eine **Pflichtteilsstrafklausel** enthalten, die vorsieht, dass – wenn ein Kind nach dem erstversterbenden Elternteil den Pflichtteil verlangt – es auch beim Tode des längstlebenden Elternteils den Pflichtteil und nicht etwa den Erbteil erhält. Der Pflichtteil besteht nur in der Hälfte des gesetzlichen Erbteils, fällt mithin deutlich geringer aus als der Erbteil. Bei zwei vorhandenen Kindern als letztlich berechnete Erben beläuft sich die Pflichtteilsquote somit auf je $\frac{1}{4}$.

7. Bei **Patchwork-Familien** ist regelmäßig die Errichtung eines Berliner Testamentes nicht das geeignete Gestaltungsmittel. Abgesehen davon, dass die Vermögensmassen von Mann und Frau innerhalb einer Patchwork-Ehe durchaus unterschiedlich sein können und in der Regel gewährleistet sein soll, dass das eigene Kind zumindest die Vermögensmasse seines eigenen Elternteils vererbt erhält, so dass das (Stief-)Geschwisterkind hieran nicht partizipiert, ergeben sich die hauptsächlichsten Schwierigkeiten daraus, dass häufig Kinder von Partnern einer Patchwork-Ehe gar nichts mehr erben sollen.

Möchte z. B. der männliche Partner der Patchwork-Ehe seine Kinder aus erster Ehe erbmäßig nicht bedacht wissen, so wäre es ein katastrophaler Fehler, wenn beide Partner der Patchwork-Ehe sich zunächst zu alleinigen Erben einsetzen würden mit der Folge, dass – wenn die Frau als Erste versterben würde – jetzt der Ehemann zusätzlich zu seiner eigenen Vermögensmasse auch noch diejenige seiner vorverstorbenen Ehefrau vererbt erhalten würde, so dass sich der Pflichtteilsanspruch des erstehelichen Kindes, das ja an sich von der Erbschaft ausgeschlossen sein sollte, durch eine solche Fallkonstellation ganz beträchtlich erhöhen würde.

Bei Patchwork-Familien bietet sich aus erbrechtlicher Sicht in den meisten Fällen das Instrumentarium der Vor- und Nachbarschaft an.

8. Im Rahmen von Erbscheinsverfahren, aber auch im Falle von Erbrechtsstreitigkeiten vor den Zivilgerichten wird häufig die **Testierunfähigkeit** derjenigen Person eingewandt, die das strittige Testament errichtet hat. Gegen solche Einwände, mit denen man nach dem Tode der testierenden Person immer rechnen muss, kann man sich vorzeitig schützen, indem entsprechende ärztliche Bescheinigungen entweder vom Hausarzt oder aber von einem Facharzt eingeholt werden, die die Testierfähigkeit bezeugen, wobei diese Bescheinigungen allerdings zeitnah zum Datum des Testamentes erstellt sein sollten.

9. Ist ein gemeinschaftliches Testament vorhanden, so wird es, wenn nahe Verwandte als sog. Schlusserben eingesetzt werden, in der Regel ein **wechselbezügliches Testament** sein. Dies hat insofern Konsequenzen, als der überlebende Ehegatte nach dem Tod seines vorverstorbenen Partners grundsätzlich kein neues Testament mehr errichten kann, es sei denn, er sei hierzu in dem Ursprungstestament ausdrücklich ermächtigt worden. Solche Freistellungsklauseln sollten mit Bedacht gewählt und äußerst sorgsam formuliert werden. Sie sind gerade unter Geschwistern immer wieder streitanfällig. Andererseits ist zu bedenken, dass die testierenden Eltern häufig bei Abfassung ihres Testamentes noch nicht endgültig abschätzen können, wie sich ihre Kinder zukünftig entwickeln. Soll dem überlebenden Ehegatten die Möglichkeit eingeräumt werden, letztlich testamentarisch darüber zu entscheiden, mit welchen Erbquoten jeweils die ehedem gemeinsamen Kinder letztlich bedacht werden sollen, muss das Ursprungstestament bereits zwingend eine Klausel enthalten, die den überlebenden

Ehegatten berechtigt, die Erbquoten der Kinder nach dem Tod des Erstversterbenden Ehegatten einseitig anderweitig festzulegen.

10. Empirisch haben nur ca. 30 % aller Bundesbürger ein Testament errichtet. Es kann nicht oft genug davor gewarnt werden, die gesetzliche Erbfolge eintreten zu lassen. Abgesehen davon, dass diese Erbfolge oft auch mit schädlichen steuerlichen Auswirkungen verbunden ist, hat sie auch erhebliche zivilrechtliche Nachteile. Es entsteht nämlich bei Eintritt der gesetzlichen Erbfolge regelmäßig eine sog. ungeteilte Erbengemeinschaft, die mit erheblichen Gefahren verbunden ist; bei Immobilien droht dann z. B. ein Zwangsversteigerungsverfahren.

Auch **junge Mandanten** sollten bereits an die Errichtung eines gemeinschaftlichen Testamentes denken, vor allen Dingen dann, wenn **minderjährige Kinder** vorhanden sind, weil dann in vielen Fällen Vater Staat mit ins Boot geholt werden muss. Für junge Mandanten gibt es vielfältige Lösungen, z. B. diejenige, dass der überlebende Ehepartner nach dem ersten Erbfall unbeschränkt neu verfügen darf oder z. B. die Einsetzung von Testamentvollstreckern bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres für noch minderjährige Kinder. Die Gestaltungsmöglichkeiten, die das Erbrecht hergibt, sind fast unbegrenzt.

Auch für junge Mandanten gilt aber: Die Nicht-Errichtung eines Testamentes kann eine Todsünde sein!

Festzuhalten bleibt: Das Erbrecht ist eine komplexe, teilweise höchstschwierige Materie, die nur von wenigen Experten beherrscht wird. Entscheidend für eine ordnungsgemäße und umfassende Beratung wird immer die ausgewiesene Kompetenz des erbrechtlichen Beraters sein.



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



Bestattermeister

Qualifizierter Fachbetrieb
im Bestattungsgewerbe



Rumberg
BESTATTUNGEN

Haus des Abschieds

Kattenjagd 37 - 58456 Witten

02302 - 97040

www.bestattungen-rumberg.de

Hochzeitsfloristik
Trauerfloristik
Raumdekoration

ZEIT für den
Blüten **TRAUM**

Vormholzer Str. 9a - 58456 Witten

02302 - 97042

www.zeitraum.nrw



Grüne Linie
Ökologische Bestattung

Raus ins Grüne

Radeln mit dem ADFC

Die Sonne scheint, der Himmel strahlt, und selbst die Paketboten tragen an diesem schönen Frühlingstag ein entspanntes Lächeln im Gesicht. Perfektes Wetter für Susanne Rühl, die zum Interview mit dem Fahrrad erscheint – wie es sich für die Sprecherin des ADFC gehört. »Ich wohne ganz in der Nähe und könnte wahrscheinlich sogar laufen, aber das würde mir nicht im Traum einfallen«, verrät die Landschaftsarchitektin mit einem Schmunzeln. »Ich mache eigentlich alles mit dem Rad.«

Quer durch Europa und die Welt

Susanne Rühls Karriere als passionierte Hobbyradlerin begann 1983 mit Mitte zwanzig und einer verrückten Idee. »Ich hatte mein erstes Trekkingrad gekauft und überredete eine Freundin zu einem dreiwöchigen Roadtrip durch Deutschland. Das war schon ziemlich abenteuerlich. Zu der Zeit gab es ja noch keine Funktionsbekleidung, keine Hightech-Zelte und keine Handys. Doch wir haben damals Feuer gefangen.« Es folgten Radreisen quer durch Europa. Später standen dann auch Neuseeland, Alaska und der Grand Canyon auf dem Programm. Nicht zu vergessen die zahlreichen Touren, die der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club seit 1989 in Witten und Umgebung organisiert. Über 8.500 Kilometer hat Susanne Rühl allein im vergangenen Jahr im Sattel zurückgelegt – nach eigenen Angaben doppelt so viele wie mit dem Auto.



© Foto: ADFC

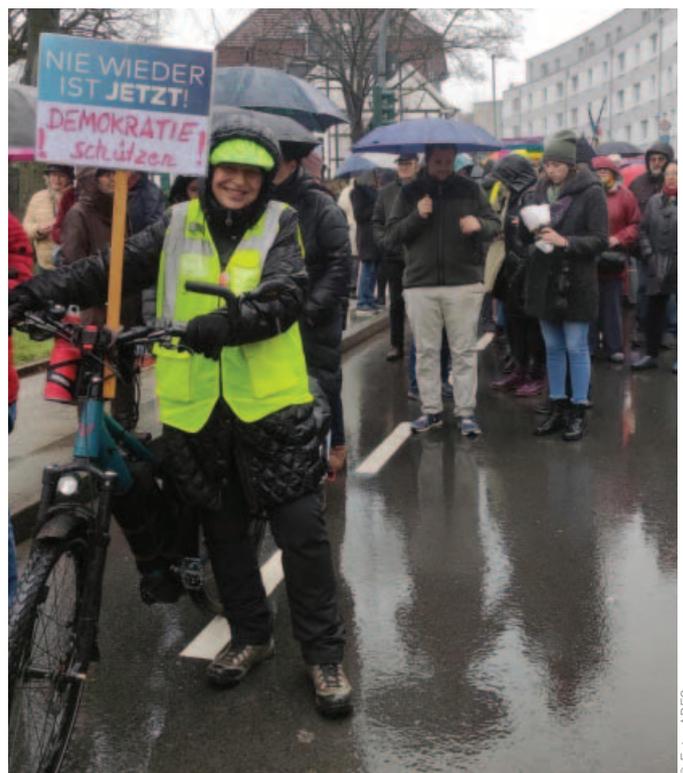
»Wer in der Stadt Fahrrad fährt, braucht Mut«

16 Jahre engagierte sie sich als Vorsitzende des ADFC Kreisverbandes Ennepe Ruhr für die Belange der Fahrradfahrerinnen und Fahrradfahrer. Den Posten gab sie Anfang 2024 auf. Als Sprecherin der neu gegründeten Wittener Ortsgruppe setzt sie sich aber auch weiterhin für die Infrastruktur für das Fahrrad und den Fortschritt der Verkehrswende in Witten ein. Dabei stehen ihr Andreas Müller (Fahrradbotschafter) und Andreas Redecker (VCD Ennepe-Ruhr) zur Seite. »Mit der Note 4,5 hat Witten beim letzten bundesweiten Fahrradklimatetest im Jahr 2022 sehr schlecht abgeschnitten«, berichtet Susanne Rühl. Die Bewertung spiegelt auch ihre eigene Erfahrung wider. »Wer in der Stadt Fahrrad fährt, braucht Mut – und eine gewisse körperliche Präsenz im Straßenverkehr.« Zum Glück gibt es einen Lichtstreif am Horizont.



Susanne Rühl

© Foto: Stadtmagazin



Aktive des ADFC bei der Demo für Demokratie

© Foto: ADFC



Fahrradkuchen zur Kidical Mess

Es bewegt sich was!

»Seit 2019 haben wir ein tolles Radverkehrskonzept und seit 2021 sogar eine städtische Radverkehrsbeauftragte, mit der wir als Verein in regem Austausch stehen. Die Umsetzung der Vorhaben müsste allerdings schneller vorangehen. Aber da ich früher selbst bei einer Stadtverwaltung gearbeitet habe, weiß ich, dass Abstimmungen langwierige Prozesse sind und gute Ideen oft durch starre Gesetzeslagen erschwert werden.« Immerhin: Es bewegt sich was! Die gefährliche Kreuzung in Bommern wurde inzwischen sicherer gemacht, die lang ersehnte Brücke am Rheinischen Esel endlich eröffnet. Am Hauptbahnhof kam eine überdachte Abstellanlage hinzu. »Von einem Komfort wie in Holland oder Dänemark sind wir bei uns – wie in ganz Deutschland – noch weit entfernt«, sagt Susanne Rühl. »Doch Meckern hilft niemandem. Wir sind an konstruktiven Lösungen interessiert. Ich wäre schon zufrieden, wenn die bisher geplanten Maßnahmen umgesetzt würden und man an relevanten Kreuzungen nicht mehr so oft überlegen müsste, wie man eigentlich fahren soll. Schlussendlich geht es um die Verbesserung der Sicherheit.«

»Wenn der Hutlattich am Wegesrand blüht«

Unabhängig davon, dass der Wechsel vom Auto aufs Fahrrad bei Alltagserledigungen gelebter Klimaschutz ist, bietet sich das Radeln in Witten aber natürlich auch als gesunde Freizeitbeschäftigung an. »Bei mir kommt wohl beides zusammen«, lächelt Susanne Rühl. »Einerseits möchte ich meinen CO₂-Abdruck verringern. Gleichzeitig habe ich meinen sportlichen Antrieb und bin gerne draußen in der Natur. Hat man das ›Verkehrsgedröbel‹ erst einmal hinter sich, kann man die Gedanken wunderbar schweifen lassen. Man nimmt die Umgebung ganz anders wahr, als man es mit dem Auto je könnte. Wenn der Hutfattich am Wegesrand blüht, weiß ich, dass Frühling ist. Und das Beste: Am Ziel muss ich nie lange einen Parkplatz suchen, sondern kann direkt bis zur Tür vorfahren.«



Unterwegs in den Pyrenäen

Tourentipps

Ihre Empfehlung für Fahrradbegeisterte in Witten: eine Tour über den Ruhrtalradweg mit Fahrt auf der Fähre und Einkehr im Zollhaus. Wer unterschiedliche Strecken in der Region kennenlernen und nicht alleine unterwegs sein möchte, kann sich den

zertifizierten Tourenleitern des ADFC anschließen. Die offenen Feierabendtouren starten immer dienstags um 18 Uhr am Saalbau. Eine Mitgliedschaft im ADFC ist nicht erforderlich, und die Teilnahme ist kostenlos. Darüber hinaus organisiert der Club geführte Tagestouren, die in der Regel sonntags stattfinden und zum Teil anmeldepflichtig sind. So geht es am 25. Mai zur Halde Hoheward. Dann wird sich auch Susanne Rühl wieder auf den Sattel schwingen.

05.05. · 14.45 Uhr · Kornmarkt · Kidical Mass · Kinder-Fahrraddemo
26.05. · 10 Uhr · Saalbau · Radtour zur Halde Hoheward
Alle Infos & Anmeldung: touren-termine.adfc.de · ennepe-ruhr.adfc.de

Gesagt. Getan. Geholfen.

DEVK

Unfall? Versicherung!

Inklusive Schmerzensgeld bei Knochenbrüchen



DEVK-Geschäftsstelle

Severin Paletta & Team

Ardeystraße 34 | 58452 Witten

Tel.: 02302 88484

E-Mail: severin.paletta@vtp.devk.de



EINSTEIGEN UND ENTSPANNEN

an Bord der MS Schwalbe II

**Eine Schifffahrt auf der Ruhr – die wohl schönste Möglichkeit,
das Panorama des Ruhrtals zu erleben.**

Bei Kaffee und Kuchen, erfrischenden Getränken und leckeren Snacks genießen Sie den unvergleichlichen Blick auf die Landschaften, Industriedenkmäler und Herrenhäuser entlang der Ruhr. Unsere Crew heißt Sie herzlich willkommen und freut sich auf eine schöne Zeit mit Ihnen.

Schneller laden in Witten

Stadtwerke bauen Stromtankstellen aus

Um E-Mobilität salonfähig zu machen, braucht es eine breite Lade-Infrastruktur. Witten ist hier auf einem guten Weg: 100 öffentliche Ladepunkte gibt es bereits in der Stadt. 36 davon haben die Stadtwerke im vergangenen Jahr errichtet. Viele weitere sollen folgen. Zudem profitieren E-Auto-Besitzer*innen von einem neuen Nachtladetarif.



© Foto: Sascha Kreiklau

Ziel: 200 öffentliche Ladepunkte

In den kommenden Wochen werden 16 weitere Stromtankstellen installiert. Darunter sind drei sogenannte ›High-Power-Charger‹, also Schnellladesäulen mit einer Leistung von bis zu 150 Kilowatt. »Damit wird schnelles Laden auch in Witten ermöglicht«, erklärt Sören Braun, Gruppenleiter Elektromobilität bei den Stadtwerken Witten. Zusätzliche Schnellladesäulen und reguläre Ladepunkte sind derweil in der Planung. Im laufenden Jahr kommen voraussichtlich 25 neue ›Ökostrom-Stationen‹ im Stadtgebiet dazu. »Wir werden unser erklärtes Ziel erreichen und bis Ende 2025 in Witten 200 öffentliche Ladepunkte anbieten können«, gibt Sören Braun einen Ausblick in die Zukunft.



© Foto: Sascha Kreiklau

Voller Akku im Schlaf

Die Nutzung der bestehenden Ladesäulen wird derweil noch attraktiver, insbesondere in den Nachtstunden. Mit dem neuen Nachttarif sinkt der Arbeitspreis bei einem Ladestart zwischen 20 und 24 Uhr auf 40 ct/kWh. Des Weiteren entfällt die Blockiergebühr für die ersten 720 Minuten. »So können Elektroautofahrer entspannt und günstig ihr Auto über Nacht aufladen und es dort bis zum nächsten Morgen geparkt lassen«, erläutert Sören Braun. Die Beschilderung wird entsprechend angepasst. Tagsüber bleibt



© Foto: Jens Sundheim

Alena Weniger, Sören Braun und Salvatore Labbate (v. li.) vom Team Elektromobilität freuen sich auf die 25 neuen Ökostrom-Stationen, die im laufenden Jahr dazukommen.

der Arbeitspreis konstant, da die gestiegenen Betriebskosten von den gesunkenen Energiekosten aufgefangen werden.

Tipp: »Wer einen neuen Standort für Ladesäulen in Witten vorschlagen möchte, kann das weiterhin über die interaktive Karte auf unserer Webseite tun«, so Sören Braun. Diese finden Interessierte auf witten.stadtwerkedrive.de/laden-in-witten unter der Überschrift ›Ladestationen in Witten‹.



© Foto: Sascha Kreiklau

**Seit 1967
in Witten!**



KFZ-TECHNIK-SITTART
MEISTERBETRIEB ...und schon geht's weiter!

**Ihr kompetenter Partner bei allen
Problemen rund ums Fahrzeug**

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

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

KFZ 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

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
Getriebspülung · Autolackiererei
Klima-Anlagen-Service

KAROSSERIE-FACHBETRIEB

Tel.: 0 23 02 / 91 21 91 u. 91 34 40
Frankensteiner Str. 22 · 58454 Witten (nähe TÜV)

Marder meiden!

Gestern war unsere Autowelt noch in Ordnung, doch von jetzt auf gleich springt der Motor nicht mehr an. Ein im Frühjahr nicht seltener Fall, denn insbesondere in den Monaten April bis Juli beißen Marder heftig zu und beschädigen Zündkabel, Kunststoffschläuche an Antriebswellen und Lenkung und vieles mehr. Auch wenn sie das ganze Jahr über aktiv sind, wird es während der, mit heftigen Rivalenkämpfen verbundenen Paarungszeit besonders massiv.



© Foto: Horst Schmidt - adobe.stock.com

Die Folgen sind nicht zu unterschätzen. Angebissene Zündkabel können zu unrundem Motorlauf führen. Sofern der Motor nicht ohnehin abstirbt, rät der ADAC von einer Weiterfahrt ohne genaue Diagnose ab, da unverbrannter Kraftstoff den Katalysator schädigen kann. Dummerweise machen sich Verletzungen an Gummimanschetten im Fahrbetrieb nicht sofort bemerkbar. Erst durch das folgende Eindringen von Schmutz und Wasser sowie durch den Verlust der Fettfüllung kommt es zur Schädigung der Antriebs- und Achsgelenke sowie ggf. der Lenkungsteile. Das kann gefährlich und auch vor allem deutlich teurer werden, wenn die ›Marder-Macken‹ nicht zeitnah erkannt und behoben werden.

Hilfreich sind Elektroschockgeräte, die nach dem Prinzip eines Weidezauns leichte elektrische Schläge an den Eindringling verteilen. Der Einbau dieser Geräte mit mehreren Hundert Volt Spannung, aber ungefährlichen Strömen, sollte jedoch gut überlegt und sach- sowie fachgerecht ausgeführt werden. Ultraschallgeräte wiederum verjagen Marder mit Tönen von ständig wechselnder Frequenz, die der Mensch nicht hören kann. Einbau und Anschluss sind mit wenig Werkzeug möglich und innerhalb einiger Minuten erledigt. Einen guten Schutz leisten auch Motorraum-Abschottungen, die verhindern, dass Marder zu den Kabeln und Schläuchen gelangen. Einige Hersteller bieten die Abschottungen als Sonderausstattung an, für diverse Modelle gibt es Motorwannen zum Nachrüsten.

Tipp: Nach einem Marderbefall sollte eine unbedingt fachgerechte Motorwäsche durchgeführt werden, denn auf Duftspuren ihrer Artgenossen reagieren die Tiere meist sehr aggressiv mit besonderer Beißwut. Und auch im Herbst müssen Sie schnell reagieren, wenn aus unerklärlichen Gründen die Warnlampe leuchtet oder der Wagen nicht anspringt, denn in der kühler werdenden Jahreszeit sind die warmen Motorräume beliebte Zufluchtsorte für die Tiere.

Der Ruf der Straße

Sicher unterwegs mit Oldtimer und Motorrad

Frühling, Freiheit, Frischluft-Feeling: Wenn die ersten Sonnenstrahlen den Asphalt wärmen, folgen viele Biker*innen dem Ruf der Straße. Und auch so mancher Oldtimer-Fan putzt sein Gefährt für die neue Saison heraus. Ob lässig mit dem Chopper oder gemütlich bei offenem Verdeck: Die meisten Motor-Fans haben es nicht eilig, denn wenn man gerne fährt, ist der Weg das Ziel. Zu Unfällen kann es bei Staus und stockendem Verkehr trotzdem kommen.



© Foto: Kfz-Sachverständigenbüro Holger Peters

Vor erstem Ausflug gründlich durchchecken

»Einmal kurz abgelenkt, schon ist es passiert«, warnt der Kfz-Sachverständige Holger Peters, selbst passionierter Motorradfahrer. »Von uns allen ist daher gerade jetzt im Frühling eine erhöhte Aufmerksamkeit gefragt.« Saisonfahrer*innen sollten ihre Fahrzeuge vor dem ersten Ausflug gründlich durchchecken lassen, um sicherheitsrelevanten Mängeln vorzubeugen. Als gelernter Karosserie- und Fahrzeugbauer sowie staatlich geprüfter Techniker weiß Holger Peters, worauf bei einer Wiederinbetriebnahme zu achten ist. »Von den Bremsen bis zum Motoröl schaue ich mir alles an, was auch der TÜV kontrollieren würde.« Oldtimer-Besitzer*innen sollten zudem überprüfen, ob ihr Wertgutachten noch aktuell ist. »Damit sie im Schadenfall auf der sicheren Seite sind.«

Unterstützung bei Schadensabwicklung

Kommt es trotz aller Vorsichtsmaßnahmen doch einmal zu einem Unfall, ist der Profi ebenfalls zur Stelle und übernimmt als un-

abhängiger Kfz-Sachverständiger auch die Schadensabwicklung mit der Versicherung. »Was viele Verkehrsteilnehmer nicht auf dem Schirm haben: Bei einem Haftpflichtschaden dürfen sie den Sachverständigen, die Reparaturwerkstatt und ihren Anwalt frei wählen.« Die Schadenaufnahme kann beim Unfallgeschädigten zu Hause, in dessen Wahl-Werkstatt oder auf dem Gelände des Kfz-Sachverständigenbüros in Witten-Annen stattfinden. »Ich kümmere mich um alles« verspricht Holger Peters. »Sie sparen Stress, Zeit und unnötige Extrakosten.«

Kfz-Sachverständigenbüro Holger Peters

Jägerstraße 8 · 58453 Witten · Tel. 0 23 02 / 7 73 12
www.kfzsachverstaendiger.ruhr



Kfz - Sachverständiger

02302 / 77312 • Jägerstraße 8 • 58453 Witten

info@kfzsachverstaendiger.ruhr



www.kfzsachverstaendiger.ruhr

KFZ FRÖMLING

AUTO PRO

DIE WERKSTATT.

Tel.: 02302 56835



Jahnstraße 13 · 58455 Witten · Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–17 Uhr
info@kfz-froemling.de · www.kfz-froemling.de

RPS Polstertechnik
 Polsterei | Neubezüge | Neuanfertigungen | Reparatur von Polstermöbeln

**Ihr Ansprechpartner
für Polstermöbel**

Inh. J. Lasberg
 Annenstr. 87
 58453 Witten
 www.polsterei-witten.de · info@polsterei-witten.de

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

Garten- und Landschaftsbau
Ulrich Menke
 GÄRTNERMEISTER

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

...damit's
natürlich wird!

**Elektro
Herbrechter GmbH**

Elektroinstallation
 Sprech- & Videoanlagen
 E-Mobilität
 Rolllädenantriebe

Elektroheizung
 Satellitentechnik
 Smart Home
 E-Check

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

**NASSE WÄNDE?
FEUCHTER KELLER?**

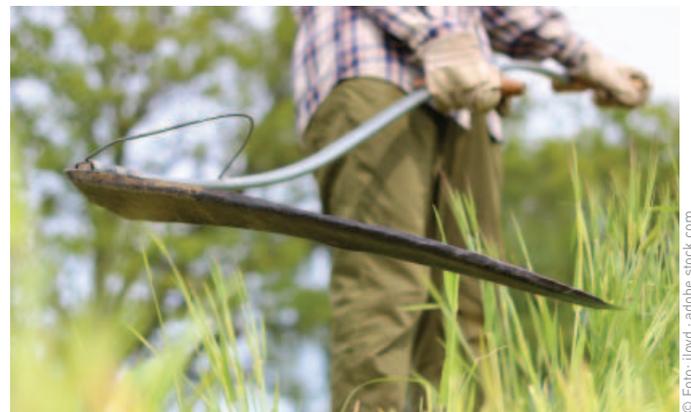
ANALYSIEREN. PLANEN. SANIEREN.
 Ihr ISOTEC-Fachbetrieb Bobach & Schaub
 Herbederstr. 58 b, 58455 Witten
 ☎ 02302 - 2778449
 www.isotec.de/witten

ISOTEC
 IMMER BESSER.

Sportlich-meditative Landschaftspflege

Mähen mit der Sense

Die Sense ist ein uraltes Gerät der Menschheit, das es seit mehr als 2.500 Jahren gibt, wahrscheinlich noch viel länger. Sie wurde noch bis in die Nachkriegsjahre stark genutzt. Erst der vermehrte Einsatz von Maschinen und zuletzt die Erfindung der Motorsense haben die Handsense leider ins Abseits gestellt. Dabei steht sie der Motorsense in nichts nach.



© Foto: lloyd - adobe-stock.com

Die Sense hat viele Vorteile: Sie ist ein extrem geräuscharmes, langlebiges und daher nachhaltiges Gerät. In ihrer auch meditativen Bedienung nur mit dem Körper kommt sie außerdem ganz ohne Treibstoff oder Strom aus. Was aber eine gute Sensemahd voraussetzt, ist die verlorengegangene Kenntnis über den Gebrauch. Hier steht zunächst das Dengeln an. Mit dieser Technik wird mithilfe eines Hammers das Sensenblatt auf einem kleinen Amboss so stark gehämmert und geplättet, dass eine extrem dünne Schneide entsteht. Wird diese nun noch mit einem entsprechenden Wetzstein gewetzt, entsteht eine Schärfe wie bei einer Rasierklinge. Wenn dann die Sense richtig eingestellt wird und die rückschonende Technik erlernt ist, steht der sportlich-meditativen Landschaftspflege nichts mehr im Wege.

In dem vhs-Kurs in Kooperation mit der ›Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station e. V.‹ (NaWit) erfahren Einsteiger*innen, wie langhalmige Pflanzen wie sich Gras, Getreide und Wildkräuter mit der Hand optimal mähen lassen. Tipp: Bitte bringen Sie unbedingt Handschuhe (am besten derbe Lederarbeitshandschuhe), Gummistiefel oder Outdoorschuhe, widerstandsfähige Kleidung und vor allem eine lange Hose mit – und natürlich Sense, Hammer, Wetzstein. In Ausnahmefällen können Sensen und Werkzeuge bei Bedarf von der NaWit ausgeliehen werden. Bitte beachten Sie, dass eine vorherige Anmeldung bis zum 8. Mai unbedingt erforderlich ist.

Termin
Sa. 11. Mai · 10–14 Uhr
 Treffpunkt: Naturschutzgruppe Witten – Biologische Station
 Ruhrstraße 117 · Obstwiese · Gebühr: 8,00 Euro
 Anmeldung: www.vhs-wwh.de

Verjüngungskur für den Garten gefällig?

Die Firma Ronsiek, Meisterbetrieb für Ihr Grün, bringt wieder Schwung in Ihren Garten.

Über die Zeit ist der einst schöne Garten ziemlich verwildert. Mit jedem neuen Unkraut wächst die Unzufriedenheit. Eigentlich hätte das Grundstück eine Verjüngungskur dringend nötig. Doch dann mangelt es entweder an der Zeit oder am grünen Daumen ... Falls Sie sich in der Beschreibung wiedererkennen, sei Ihnen die Firma Ronsiek ans Herz gelegt!

»Jede Pflanze hat ihre ganz eigenen Ansprüche«

»Viele Gartenbesitzer stellen früher oder später fest, dass sie die Arbeit unterschätzt haben – wo früher bunte Blumen blühten, wuchert nach einiger Zeit nur noch Gras und Gestrüpp«, weiß Gärtnermeister Thorsten Ronsiek. »Zudem erfordern Neupflanzungen ein umfangreiches Wissen – Gärtner ist nicht umsonst ein anerkannter Lehrberuf. Jede Pflanze hat ihre eigenen Ansprüche an den Boden, die Lage, den Platzbedarf, die Bewässerung und an die Gemeinschaft mit anderen Pflanzen. Wir werten das Objekt für Sie auf, erneuern Staudenbeete, schneiden Gehölze fachgerecht und erneuern alte Terrassen, Wege und Zäune. Auch die Beleuchtung, die Gehölze spannend in Szene setzt, gehört zu unseren Aufgaben.«

»Ein wahrer Bienen-Magnet«

Die Planung erfolgt in enger Abstimmung mit dem Kunden und unter Berücksichtigung ökologischer Gesichtspunkte. Durch gezielte Handgriffe sei es möglich, ein ganz neues Bild mit großartigen Farbakzenten zu erschaffen, so der Gärtnermeister. Blühende Stauden schmeicheln dem menschlichen Auge und verwandeln den Garten in ein Paradies für Bienen und Schmetterlinge. »Stauden wie Lavendel oder Katzenminze beispielsweise sind ein wahrer Bienenmagnet«, ergänzt Floristmeisterin Britta Ronsiek. »Das gleiche gilt für die Prachtkerze, die lange, üppig und zuverlässig blüht. So genießen Sie über die gesamte Vegetationsperiode hinweg prächtige Farbwechsel.«

Auf der Sonnenseite

Je nach Örtlichkeit werden die Gartenprofis mit besonderen Herausforderungen konfrontiert. Schattenliebende Pflanzen wie Jangras, Herbst-Anemone oder Steinbrech gedeihen auch an eher dunkleren Standorten unter Baumkronen wunderbar. Für sonnige, trockene Plätze empfehlen sich robuste Gewächse, die mit wenig Wasser auskommen. »Hierzu zählen sämtliche Sedum-Arten, die Wasser in ihren Blättern speichern, aber auch Lavendel und Kräuter wie Rosmarin«, so Britta Ronsiek. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, eine automatische Tröpfchenbewässerung zu installieren. »Bei dieser sparsamen Technik wird das Wasser direkt in den Boden gebracht, ohne unnötige Verdunstung«, erklärt Thors-



© Foto: Ronsiek Garten Friedhof Baum GmbH

So schön kann der Frühling erblühen.

ten Ronsiek. »Das System ist per Handy steuerbar und perfekt, um Urlaubszeiten zu überbrücken.«

Virtueller Rundgang durch den neuen Garten gewünscht? Kein Problem!

Neue Gartenbauprojekte werden von dem Garten- und Landschaftsbaubetrieb ebenfalls durchgeführt. Zur Veranschaulichung macht sich der Fachbetrieb die Digitalisierung zunutze: Im Zuge virtueller Rundgänge wird der Traumgarten vorab fotorealistisch visualisiert – bei Sonnenschein, abends mit Beleuchtung, zu den verschiedenen Jahreszeiten und nach Jahren des Wachstums. Zur Erhaltung der neuen Gartenanlage übernehmen die Profis dann gerne auch die regelmäßige Pflege des »grünen Wohnzimmers«. »Ob einmal pro Woche, monatlich oder auf Zuruf«, so Britta Ronsiek. »Wir finden es spannend, die von uns entworfenen Gärten weiter zu begleiten und zu sehen, wie sie sich entwickeln.«



Virtueller Rundgang durch den Garten ...



© Foto: Ronsiek Garten Friedhof Baum GmbH

Auch die Erneuerung von Wegen und begehbaren Treppen gehört zum Repertoire.



© Foto: Ronsiek Garten Friedhof Baum GmbH

3D-Gartenplanung: Der Traumgarten wird vorab fotorealistisch visualisiert.

Ronsiek Garten Friedhof Baum GmbH

Pferdebachstr. 103 a · 58454 Witten · Tel. 0 23 02 / 42 01 33
www.ronsiek.ruhr

Glasfaserausbau im Ennepe-Ruhr-Kreis

Beratungsstelle Witten der Verbraucherzentrale NRW gibt Tipps

Deutschland hinkt beim Breitbandausbau hinterher. In NRW verfügen bislang nur rund 30 Prozent der Haushalte über einen Glasfaseranschluss. Das ändert sich gerade, da aktuell verstärkt in vielen Städten und Gemeinden ausgebaut wird. »Im Ennepe-Ruhr-Kreis konnten wir bei unserer Erhebung neun verschiedene Ausbauunternehmen identifizieren. Wer jeweils in der eigenen Straße ausbaut, darüber können sich Verbraucher*innen zum Beispiel beim Kompetenzzentrum Gigabit.NRW oder beim zuständigen Gigabit- und Mobilfunkkoordinator im Ennepe-Ruhr-Kreis Ulrich Schilling bzw. den städtischen Breitbandbeauftragten informieren«, erläutert Nadine Schröer, Leiterin der ›Verbraucherzentrale NRW · Beratungsstelle Witten‹. Sie gibt Tipps, worauf beim Glasfaseranschluss geachtet werden sollte.

Ist ein Glasfaseranschluss überhaupt sinnvoll?

Während vor 20 Jahren noch 1 bis 2 MBit pro Sekunde vollkommen ausreichten, um E-Mails zu schreiben oder etwas zu recherchieren, benötigen heutige Anwendungen, wie zum Beispiel Streaming-Dienste oder Social-Media-Plattformen, eine deutlich höhere Bandbreite. Und dieser Trend setzt sich fort. Zukunftssicher sind daher nur Glasfaseranschlüsse. Wer die Möglichkeit hat, sich einen Anschluss kostengünstig ins Haus legen zu lassen, sollte dies tun. Ein späterer Entschluss führt oft zu höheren Kosten. Sie sollten sich daher genau über die unterschiedlichen Kostenmodelle informieren.

Was ist ein ›echter‹ Glasfaseranschluss?

Nach den Erfahrungen der Verbraucherzentralen versuchen Vertriebsmitarbeiter*innen von Kabelnetzunternehmen immer wieder, herkömmliche Kabelanschlüsse als ›Glasfaser‹ zu verkaufen. Hierbei verwenden sie häufig Marketingbegriffe wie ›Kabel-Glasfaser‹, ›Koax-Glasfaser-Technologie‹ oder auch ›Gigabit-Anschluss‹. Ein echter Glasfaseranschluss geht bis in die Wohnung und trägt den Namen ›Fiber to the home‹ (›FTTH‹, deutsch: ›Glasfaser nach Hause‹). Andere Angebote wie ›Fiber to the curb‹ (›FTTC‹ – ›bis an den Bordstein‹) oder ›Fiber to the building‹ (›FTTB‹ – ›bis in den Keller eines Gebäudes‹) greifen auf den letzten Metern weiterhin auf Kupferkabel zurück, was die schnelle Glasfaser-Geschwindigkeit ausbremst.

Was ist eine Ausbaquote?

Anbieter*innen bauen sehr häufig nur dann aus, wenn ein gewisser Prozentsatz der Haushalte in einer Straße oder einem Wohnviertel entsprechende Verträge vor Beginn des Ausbaus abschließt. Wird die Quote nicht erreicht, so werden die Verträge meist storniert. Vor Vertragsschluss sollten Interessierte prüfen, wann die Mindestvertragslaufzeit beginnt, was passiert, wenn nicht ausgebaut wird oder der Beginn sich verzögert. Wird der Vertrag automatisch storniert? Oder nur für einen eventuellen späteren Ausbau ›auf Eis gelegt‹? In diesem Fall sollte geprüft werden, ob man vom Vertrag zurücktreten kann, wenn endgültig klar ist, dass durch das Unternehmen ein Glasfaserausbau nicht oder zu einem verspäteten Zeitpunkt stattfinden wird.



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

Manuel Rose
Sanitär- und Heizungsbauermeister
Knapmannstraße 14 a
58453 Witten

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

BERATUNG PLANUNG MONTAGE

Heizung

Sanitär

Solar & regenerative Energien

Öl- und Gasfeuerung

Wartung & Instandsetzung



KÄLTE SCHRADER KLIMA

Beratung - Planung - Verkauf - Service

- **Klimaanlagen / Luft-Luft-Wärmepumpen**
für Wintergärten, Dachgeschosse, Schlafzimmer, Kinderzimmer, Büros, Praxen ...
- **Über 60 Jahre Erfahrung**
- **Montage**
Lassen Sie die Montage durch unser qualifiziertes Fachpersonal durchführen!



Besuchen Sie uns auch auf
www.klimastudio-witten.de

Der richtige Fachbetrieb, wenn es um Klimaanlagen geht!

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



© Foto: Klaus Prange auf Pixabay

Welcher Tarif ist für mich sinnvoll?

Anbieter*innen werben meist mit hohen Bandbreiten im Download und Upload. Je nach den persönlichen Nutzungsgewohnheiten kann der individuelle Bedarf stark variieren. Wer sich nicht sicher ist, welche Leistung benötigt wird, sollte beim Vertragsschluss im Zweifelsfall eher auf eine etwas niedrigere Bandbreite zurückgreifen. Wenn diese letztlich nicht ausreicht, lässt sich bei fast allen

Anbietern eine Höherstufung (Upgrade) vornehmen – auch während der Vertragslaufzeit. Wer hingegen zu Beginn einen überdimensionierten Tarif wählt, bekommt ein Downgrade auf niedrigere Bandbreiten meist erst zum Ende der Mindestvertragslaufzeit. Vorsicht ist bei vermeintlichen Einheitspreisen für alle Bandbreiten geboten: Erst im Kleingedruckten wird klar, dass sich der Preis nach drei, sechs, neun oder zwölf Monaten deutlich erhöht.

Aufdringliche Haustürvertreter*innen

Verbraucher*innen berichten immer wieder von aufdringlichen Vertreter*innen, die sie an der Haustüre zu einem Vertragsschluss drängen wollen. Oft werden ihnen sogar glatte Lügen aufgetischt, zum Beispiel, dass das Internet ansonsten bald nicht mehr funktionieren würde, wenn man keinen neuen Vertrag schließt. Derartige Mitteilungen gibt einzig der aktuelle Anbieter in schriftlicher Form aus, aber keinesfalls an der Haustür. Wir empfehlen, sich nicht unter Druck setzen zu lassen, sondern sich ein Angebot nach dem Gespräch schriftlich zuschicken zu lassen, um in Ruhe Vertragsbedingungen und Preise zu vergleichen.

Kann ich meinen Glasfaser-Vertrag widerrufen oder kündigen?

Wurde der Vertrag an der Haustür, am Telefon, im Internet oder auf dem Marktplatz geschlossen, gilt grundsätzlich ein Widerrufsrecht von 14 Tagen. Wurde der Vertrag hingegen im Ladengeschäft des Anbieters geschlossen, kann er nicht widerrufen werden. Ob eine Kündigung vor Beginn des Ausbaus möglich ist, hängt von den entsprechenden Kündigungsklauseln ab.

Weiterführende Infos und Links:
www.verbraucherzentrale.nrw/glasfaseranschluss

Anzeige

Leistungsstarkes Glasfasernetz von E.ON vor Ort



Tragen Sie sich hier gern für den kostenlosen Glasfaseranschluss mit ein oder nutzen Sie Ihre Chance auf eine kostenlose Beratung bei Ihnen zu Hause.

Die Glasfasertechnik bietet bereits Bandbreiten bis in den Gigabit-Bereich und ist in ihrer Leistungsfähigkeit nach oben nahezu unbegrenzt. Eine zukunftssichere Breitbandversorgung ist heute von zentraler Bedeutung und eine wesentliche Investition in die digitale Infrastruktur. Zudem sorgt ein Glasfaser-Hausanschluss in der Regel für eine Wertsteigerung der Immobilie und erhöht die Attraktivität für Mieterinnen und Mieter.

Hohe Qualität und professionelles Team

Bommern, Buchholz und Herbede – unter der Marke ›E.ON Highspeed‹ hat das Unternehmen E.ON Energie bereits so einige Wittener Gebiete mit den leistungsstarken und in mehreren Sinnen sehr profitablen Glasfasernetzen ausgestattet. Und es steht auch in der Zukunft noch vieles an. Schließlich ist die Glasfaser von entscheidender Bedeutung für die weitere Internet- und Telefonversorgung. Wichtig ist dabei aber eine hohe Qualität der Materialien und ein hoch professionelles Team, das vor Ort aktiv ist. Darauf wird bei E.ON höchster Wert gelegt.

Kostenloser Glasfaserausbau ohne Wenn und Aber!

Tipp: Sichern Sie sich jetzt noch bis zum 30. April kostenlos Ihren Glasfaseranschluss in Rüdinghausen, bis zum 31. Mai in Stockum und bis zum 31. Juli in Witten Mitte (Nord/Süd). Nach diesem Zeitraum wird er kostenpflichtig sein, mit bis zu 1.547,00 Euro / Immobilie. Um das Highspeed-Internet ohne Tempolimit direkt bei Inbetriebnahme erleben zu können, schließen Sie jetzt einen



© Foto: Olaf Wotzka

Niclas Grabner, Simanur Aydin, Olaf Wotzka, Kamil Drüken, Aileen Leduc, Pascal Manique und so einige andere stanno Wittener Gebiete engagiert und höchst professionell mit Glasfasern aus.

E.ON Highspeed Produktvertrag ab. Sollte erst nach dem Bau des Glasfaseranschlusses ein E.ON Highspeed Produktvertrag geschlossen werden, so greift eine Anschlussaktivierung in Höhe von 398,65 Euro.

Die Außendienstmitarbeiter/innen beraten Sie gern persönlich zu allen Fragen rund um den Breitbandausbau. Vereinbaren Sie einfach Ihren persönlichen Beratungstermin: Tel. 0 26 32 / 93 20 99
 E-Mail: witteninfo@glasfasernetzenrw.de

Oder registrieren Sie sich direkt kostenlos für die Anbindung Ihrer Immobilie(n) unter: witten-stadtmagazin.eonglasfaser.net · eonglasfaser.net

Freiwillige gesucht!

Ehrenamtliche bringen frischen Wind ins Seniorenzentrum

Ob Bingo oder Tischkegeln, Modemobil oder Kaninchenbesuchsdienst: In den Wittener Seniorenzentren der AWO wird es nicht langweilig. Dies ist auch das Verdienst von Angehörigen, Freunden und Nachbarn, die sich mit ihren Ideen einbringen und den Bewohnerinnen und Bewohnern wertvolle Zeit schenken.



Gemeinsam lesen ...



... zusammen tischkegeln: Hier wird es nicht langweilig!

Helferzahl durch Corona geschrumpft

Nach der pandemiebedingten Zwangspause nehmen die ehrenamtlichen Aktivitäten in den beiden Häusern jetzt wieder Fahrt auf. »Aktuell bieten wir zwei bis drei Gruppen täglich an«, berichtet Heidi Köstermeier, Leiterin des sozialen Dienstes an der Kreisstraße. »Und wenn es nach unseren agilen Bewohnern geht, dürften es gerne noch mehr sein!« Allein: Die Zahl der Helferinnen und Helfer ist durch Corona deutlich geschrumpft. »Viele haben selbst ein stolzes Alter erreicht«, erklärt Michael Wolf, Einrichtungsleiter des Seniorenzentrums »Egge«. »Oder sie wenden sich anderen Aufgaben zu, nachdem ihre pflegebedürftigen Angehörigen verstorben sind – was ja auch total verständlich ist. Daher suchen wir dringend Verstärkung.«

»Extrem flexibel und offen für neue Ideen«

Insgesamt rund 30 Ehrenamtliche engagieren sich derzeit in den beiden Residenzen »Egge« und »Kreisstraße«. Wer mitmachen möchte, kann jederzeit in einer bestehenden Gruppe hospitieren oder auf Wunsch an einer kostenfreien Schulung der AWO teilnehmen. Wichtig: Niemand wird verpflichtet, sich festzulegen. Wann, wie und in welchem Umfang sie helfen möchten, entscheiden die Freiwilligen selbst. Ob jede Woche oder einmal pro Monat, einmalig beim Sommerfest oder im Zuge eines eigenen Projektes. »Es gibt so viele Möglichkeiten, sich mit seinen

Hobbys und Interessen einzubringen«, so Heidi Köstermeier. »Wir sind extrem flexibel und offen für neue Ideen.«

Von Lesungen bis Sitz-Yoga

Die Beispiele aus den Einrichtungen sprechen für sich: Ein Schauspieler trägt Gedichte und Romanauszüge vor literaturinteressierten Bewohner*innen vor. Eine ehemalige Mitarbeiterin gibt Konzerte auf ihrem Akkordeon. Ein Kaninchenzüchter kommt mit seinem »Streichelzoo« vorbei. Angehörige laden zur gemeinsamen Gartenarbeit ein ... Die Liste ließe sich lange fortsetzen. »Kürzlich hat ein ukrainisches Ehepaar Kontakt zu uns aufgenommen«, erzählt Heidi Köstermeier. »Der Mann wollte eine Seniorenpatenschaft übernehmen, um besser deutsch zu lernen. Wenig später kam seine Frau dazu und schlug vor, einen Sitz-Yoga-Kurs zu veranstalten. Inzwischen hat sich sogar der 18-jährige Sohn gemeldet: Er spielt ein Instrument.«

»Wie geht es Ihnen heute?«

Aber auch wer keine konkrete Idee hat, kann wertvolle Hilfe leisten. Michael Wolf könnte sich gut vorstellen, einen Besuchsdienst im Stil der »grünen Damen« aus dem Krankenhaus aufzubauen: »Einfach mal auf die Menschen zugehen, am Bett sitzen und sich erkundigen: Wie geht es Ihnen heute? Kann ich Ihnen etwas bringen?«

Ebenfalls gefragt sind ehrenamtliche Fahrer*innen und Begleitpersonen für Ausflüge. »Selbstverständlich können wir all dies auch mit unserem angestellten Personal abdecken. Doch ist es schon enorm wert, wenn eine zusätzliche Person zur Stelle ist.«

»Eine bereichernde Erfahrung«

Heidi Köstermeier sieht vor allem den frischen Wind als Zugewinn. »Der Austausch mit draußen ist für unsere Senioren so wichtig. Umgekehrt erlangt man hier aber auch als Ehrenamtlicher ganz neue Einblicke. Die älteren Menschen haben spannende Geschichten zu erzählen, und sie geben viel Dankbarkeit zurück. Das kann eine bereichernde Erfahrung sein.« Sie lächelt. »Das schönste Geschenk ist, wenn man nach dem Urlaub gefragt wird: Wo waren Sie so lange? Toll, dass Sie wieder da sind!«

AWO-Seniorenzentrum Witten-Annen

Kreisstraße 20 · 58453 Witten
Tel. 0 23 02 / 58 40 90
sz-witten-annan.awo-ww.de
Heidi.koestermeier@awo-ww.de

AWO-Seniorenzentrum Witten

Egge 73-77 · 58453 Witten
Tel. 0 23 02 / 91 04 50
sz-witten.awo-ww.de
Anja.domek@awo-ww.de



*Ich bin
Önline,*

*damit meine Praxis
auf allen Kanälen zu
finden ist.*

**auch zur
Mitarbeiter-
suche
geeignet**



*Wo auch immer man nach
Ihnen sucht: Mit Ihrem Eintrag
in Das Örtliche findet Sie jeder*

Gehen Sie Önline! Mit Ihrem Auftritt in Das Örtliche finden potenzielle Kunden Sie von überall aus im Netz. Und das auf jedem Kanal.

Ohne Ö fehlt Dir was.

Das Örtliche

www.dasoertliche.de



Ihr Verlag Das Örtliche

»Yula, komm!«

Assistenzhunde führen sicher und bereichernd durchs Leben

Wenn Amélie Funda ihren Assistenzhund ruft, hat es einen wichtigen Grund. Diesmal: die Schmerzlinderung. Die 29-Jährige leidet an dem Post-Vac-Syndrom, welches unter anderem schwere Schmerzschübe und Lähmungserscheinungen auslöst. Selbst alltägliche Dinge, gar essen oder auch sich Sorgen machen, können einen Schub auslösen. »Ohne meinen Mann Paul, ohne mein richtig gutes Familiennetz ginge alles nicht«, betont die Durchholzerin. »Ich bin auf Hilfe, auf Verständnis angewiesen.«



Amélie Funda setzt sich für engagiert dafür ein, dass das Thema »Assistenzhunde« stärker wahrgenommen wird.

Yula hilft, den Alltag zu meistern

Und einen weiteren wesentlichen Teil trägt ihr zweijähriges »Mäuschen« Yula bei: Die Hündin hat eine sehr intensive Ausbildung zum Assistenzhund erfahren, um Menschen mit chronischer Beeinträchtigung dauerhaft zu unterstützen. »Yula ist »auf mich« trainiert«, erklärt Amélie Funda. Sie hilft ihr nicht nur dabei, ihren Alltag zu meistern, indem sie etwa die Tabletten-Dose holt, wenn Frauchen es gera-

de nicht kann. Sie erkennt auch, wenn eine neue Schmerzattacke droht, und zeigt das sofort an: »So kann ich rechtzeitig Medikamente nehmen oder mich aus einer Gefahrensituation bringen.« Auch Aufgaben, die Amélie Funda aufgrund ihres Rollstuhls nicht selbst schafft, wie bestimmte Schalter zu drücken, Dinge aufzuheben oder Türen zu schließen, werden von ihrer Assistenzhündin übernommen.

Wertvoller Körperkontakt

In Terminen oder anderen anstrengenden Situationen ist jedoch das sogenannte Kontaktliegen (oder auch Deep Pressure Therapy) eine der wichtigsten Unterstützungen. In Amélie Fundas Fall liegt Yula dabei auf ihrem Schoß, der Körperkontakt führt so zu Schmerzlinderung, einem sinkenden Blutdruck und Puls. »Somit kann ich einen Termin, der sonst nur sehr kurz möglich wäre, verlängern und muss nicht vorzeitig aus der Situation raus, aus Angst vor einem nächsten Schub«, erzählt Amélie Funda, die für mehr öffentliche Akzeptanz und Unterstützung kämpft. Denn: Ein Assistenzhund darf überall mit hin – in den Supermarkt, in Geschäfte, sogar in Krankenhäuser. Rein rechtlich ist ein Assistenzhund ein Hilfsmittel – wie ein Rollstuhl oder ein Blindenstock. Es gibt sechs verschiedene Arten von Assistenzhunden, die einem Menschen ein mobiles und unabhängigeres Leben ermöglichen (Seh- und Hörbehinderung, eingeschränkte Mobilität, psychische Erkrankungen wie PTBS, Anfallskrankheiten wie Epilepsie, und Diabetes/Allergien).

Wichtige Hinweise durch Hunde-Signale

Achtung: Hunde, die im Einsatz sind, sollten niemals von anderen Menschen angesprochen oder gestreichelt werden. Denn das Tier muss hochkonzentriert sein, um Frauchen oder Herrchen sicher zu führen. Manche Vierbeiner springen oder bellen, um einen drohenden Anfall anzuzeigen – dies hat nichts mit Ungehorsam zu tun, sondern ist für die Halter*innen ein wichtiger Hinweis. Auf welche Art ein Assistenzhund was anzeigt, ist höchst individuell. »Yula legt ihren Kopf auf mein Bein – dann weiß ich: Jetzt bin ich so langsam am Limit angekommen und sollte mich erholen. Überschreite ich diese Grenze, wird auch Yula unruhig, denn dann droht ein Schub,« berichtet Amélie Funda.

Teams unterstützen!

Dass das Thema »Assistenzhund-Team« – so heißen Mensch und Tier zusammen – in der Bevölkerung nicht nur mehr wahrgenommen, sondern auch unterstützt wird;

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

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

ASB
 Arbeiter-Samariter-Bund



Ein absolutes Team: Amélie Funda und Yula

© Foto: Tanja Schneider



Beim nächsten After Work Event der STOG am 25. April können Sie sich auch über das Thema Assistenzhunde schlaumachen.

© Foto: STOG Witten

Witten: Assistenzhund-freundliche Stadt

Auch die Standortgemeinschaft Witten Mitte e. V. (STOG) bringt sich für die Akzeptanz von Assistenzhunden ein und hat das Thema gleich umgesetzt: Witten ist offiziell eine Assistenzhund-freundliche Stadt.

Daher sind Geschäftsinhaber*innen aufgerufen, sich entsprechend zu informieren. Mit einem Sticker an den Eingangs-türen oder im Schaufenster macht man Kund*innen darauf aufmerksam, dass Assistenzhunde in ihren Räumlichkeiten willkommen sind. Die Sticker gibt es in der GenussGalerie Hafer.

»Wir wollen Aufklärung betreiben«, sagt Angelika Bilow-Hafer, Vorsitzende der Standortgemeinschaft. »Kein Team soll draußen bleiben. Denn überall da, wo Menschen in Straßenkleidung willkommen sind, dürfen Assistenzhunde auch mit. Schließlich bedeuten sie für Menschen mit Behinderung nicht nur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, sondern auch Sicherheit, Autonomie und Vertrauen.«

dafür setzt sich sie sich ein. Mit all ihrer Kraft. Auslöser war der Besuch einer Dort-munder Ausstellung. Der Sicherheitsdienst verwehrte dem Team den Zutritt. »Die Diskussion zwischen Hausrecht und der Assistenzhundeverordnung ging sehr an die Substanz«, erinnert sich die Witte-nerin, die vor Ort nicht nur eine Ausnahme sein wollte. »Die Verantwortlichen haben sich nachher nicht nur entschuldigt, sondern – und das ist der schönste Ausgang – es gibt für alle nachfolgenden Teams keine Probleme mehr vor Ort, da nun sämtliche Mitarbeiter*innen informiert sind.« Und dafür engagiert sie sich – mit Hund und Herz! »Mir ist es wichtig, dass die Bevölkerung ein Verständnis dafür entwickelt und alle, wirklich alle Ein-richtungen Bescheid wissen.« Denn es ist



Tipp: Falls Sie noch Fragen über Assis-tenzhunde haben oder wie Sie die STOG Witten dabei unterstützen können, die Öffentlichkeit mehr für dieses Thema zu sensibilisieren, können Sie gerne eine E-Mail schreiben (info@stogwitten.de) oder die Mitglieder der STOG Witten persön-lich kontaktieren. Eine gute Gelegenheit dafür gibt es auf dem nächsten After Work Event mit schöner Musik und groß-artigen kleinen Leckereien.

After Work Event
25. April · 17–21 Uhr · Berliner Platz

mühselig, jedes Mal aufs Neue zu diskutie-ren, alles zu erklären. »Jede Anstrengung führt zu Ressourcenverminderung. Was ist das dann für eine Teilhabe an der Gesell-schaft?«, fragt sie sich und stellt sich jeder Diskussion. »Wir suchen uns die Beein-trächtigung nicht aus. Uns nimmt ja auch niemand den Rollstuhl oder das Hörgerät weg. Assistenzhunde haben geregelte Zu-trittsrechte (§12e BGG) und sind keine Haustiere. Sie schaffen es, einige der Bar-rieren, denen wir Menschen mit Behinde-rung begegnen müssen, zu minimieren. Das ist für uns so lebenswichtig!«

Tanja Schneider

Weitere Infos gibt es unter: pfotenpiloten.org

ZFF Praxis für Podologie

Zentrum für Haut- & Fußgesundheit

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



DEUTSCHLANDS ENICHTUNGEN IM VERGLEICH
FOCUSBARBARA 021 2019



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

ELEKTROMOBILE ROLLATOREN

AKKUS

ROLLSTÜHLE

KFZ-ANKAUF

24H WERKSTATT

VERLEIH SERVICE



Elektromobilcenter Witten
Mobilität im Alter

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

– ALLE KRANKENKASSEN –



Deine Brille: Fielmann

BRILLEN GIBT ES ÜBERALL. DEINE BRILLE GIBT ES BEI UNS.

Du suchst eine Brille, die zu 100 % auf dich zugeschliffen ist?
Dann komm zu Fielmann in Witten. Gemeinsam finden wir die Brille,
die perfekt zu dir passt. Zum garantiert günstigen Preis.



Komm vorbei, spontan oder mit Termin: fielmann.de/witten

Finde deine perfekte Brille – vor Ort bei Fielmann AG & Co.
im Centrum OHG, Bahnhofstraße 48, 58452 Witten oder
online auf fielmann.de

fielmann

Frische, Helligkeit und Leichtigkeit

Fielmann präsentiert die neue Frühlings-Edition

Frisch eingetroffen bei Fielmann in Witten ist die neue Frühlings-Edition: Von coolen Unisex-Sonnenbrillen im Piloten-Style mit orange-braunen Gläsern bis hin zur himmelblauen Cateye-Brille aus Acetat. Jedes Modell der ›Fielmann Edit Spring Summer 24‹ strahlt – passend zur Jahreszeit – Frische, Helligkeit und Leichtigkeit aus. Marcus Franke, Leiter der Fielmann-Niederlassung in der Bahnhofstraße, verrät ein Must-Have in dieser Saison: »Ohne farbig getönte Gläser geht es diesen Frühling kaum«, sagt er augenzwinkernd. »Sie verleihen der Brille das gewisse Extra und machen den individuellen Style perfekt.«

Modisch und höchst funktionell

Die neuen Brillen von Fielmann sind nicht nur ein Statement für Stil und Mode, sondern auch für Funktionalität und Qualität. Die Verwendung hochwertiger Materialien und die präzise Verarbeitung garantieren nicht nur eine angenehme Passform, sondern auch Langlebigkeit und Komfort. Jedes Detail wurde sorgfältig durchdacht, um den Bedürfnissen der Kunden gerecht zu werden und ein unvergleichliches Trageerlebnis zu bieten.

Unverzichtbarer Begleiter im Frühling

Für diejenigen, die nach einer Brille suchen, die sowohl schick als auch funktional ist, bietet die ›Fielmann Edit Spring Summer 24‹ die perfekte Auswahl. Die Sonnenbrillen mit polarisierten Gläsern sorgen nicht nur für einen klaren Blick, sondern schützen auch vor blendendem Licht und schädlichen UV-Strahlen. Dies macht sie zu einem unverzichtbaren Begleiter für alle Outdoor-Aktivitäten im Frühling, sei es beim Spaziergang im Park oder beim entspannten Sonnenbaden am Strand.



© Foto: Fielmann Group AG

Von klassischen Wayfarer-Designs bis hin zu modernen Oversize-Formen

Darüber hinaus präsentiert Fielmann eine Vielzahl von Rahmenformen und -stilen, die jedem Gesicht schmeicheln und den persönlichen Stil unterstreichen. Von klassischen Wayfarer-Designs bis hin zu modernen Oversize-Formen bietet die Kollektion eine breite Palette von Optionen, die es den Kunden ermöglichen, ihre Individualität auszudrücken und sich selbstbewusst zu präsentieren. Ein weiterer



Marcus Franke (Mitte) mit seinem Team

© Foto: Fielmann Group AG

Trend, der in dieser Saison nicht zu übersehen ist, sind Brillen mit transparenten Rahmen. Diese zeitlosen Modelle verleihen jedem Look eine subtile Eleganz und lassen sich mühelos mit verschiedenen Outfits kombinieren. Ob beim Business-Meeting oder beim Treffen mit Freunden – mit einer transparenten Brille von Fielmann liegt man immer im Trend und hinterlässt einen bleibenden Eindruck.



© Foto: Fielmann Group AG

Lebendige Farbakzente und verspielte Muster

Neben den klassischen Farbtönen wie Schwarz, Braun und Weiß begeistert die Frühlingskollektion auch mit lebendigen Farbakzenten und verspielten Mustern. Von grellem Orange über zartes Pastellgrün bis hin zu Babyblau – die Vielfalt der Farben lässt keine Wünsche offen und ermöglicht es den Kunden, ihre Persönlichkeit auf einzigartige Weise auszudrücken.

»Unterstreichen Sie Ihre Individualität!«

»Bei der Auswahl einer Brille geht es nicht nur um die Sehkraft, sondern auch um den Ausdruck des eigenen Stils«, betont Marcus Franke. »Mit unserer neuen Frühlingskollektion bieten wir unseren Kunden die Möglichkeit, ihre Individualität zu unterstreichen und sich selbstbewusst zu präsentieren.« Ob klassisch-elegant, trendig-modern oder verspielt-farbenfroh – bei Fielmann findet jeder die perfekte Brille für den Frühling 2024.

Fielmann

Bahnhofstraße 48 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 2 72 74 · www.fielmann.de

Öffnungszeiten:

Mo.–Fr. 9.30 Uhr bis 19.00 Uhr,
Sa. 9.30 Uhr bis 16.00 Uhr



Frühlingsfreude trotz Pollenallergie

Für viele Menschen währt die Freude über die ersten warmen Tage im Jahr nicht lange. Denn nicht nur wir freuen uns über sonnige Frühlingstage, auch Blumen und Bäume blühen im wahrsten Sinne des Wortes auf. Insbesondere Birken werden früh aktiv, und ihre Pollen schwirren emsig durch die Luft – mit heftigen Folgen. Tränende, juckende Augen, Schnupfen und manchmal sogar Hustenreiz ... Immer mehr Personen reagieren aufgrund der klimawandelbedingten längeren Blütezeit allergisch auf Blütenpollen. Mittlerweile sind rund 15 Prozent der deutschen Bevölkerung betroffen.

»Waffenarsenal« gegen Allergene

»Das Immunsystem reagiert überempfindlich auf an sich harmlose Stoffe – in etwa so, als würde es einen gefährlichen Eindringling bekämpfen. Dabei gibt es nichts zu bekämpfen, der Körper schadet mit seiner Überreaktion nur sich selbst«, erklärt die Apothekerkammer



© Foto: Robert Kneschke - stock.adobe.com

Westfalen-Lippe. Es werde also ein vergleichsweise riesiges »Waffenarsenal« des Körpers aufgeföhrt, um winzige Mengen Allergene zu besiegen. »Andererseits als bei üblichen Infektionen werden Allergiker anschließend aber nicht immun. Vielmehr treten die Beschwerden bei jedem Kontakt erneut auf.«

Erkältung und Heuschnupfen unterscheiden

Die Apothekerkammer empfiehlt, den sogenannten Heuschnupfen frühzeitig behandeln zu lassen. Andernfalls kann er sich zu einem allergischen Asthma ausweiten. Hier helfen unterschiedliche rezeptfreie Medikamente mit verschiedenen Wirkmechanismen. Wichtig sei

zudem, zwischen Heu- und Erkältungsschnupfen zu unterscheiden. Hier seien unterschiedliche Arzneimittel angezeigt. So sollten Sprays gegen Erkältungsschnupfen grundsätzlich nicht länger als sieben Tage eingesetzt werden. Da Heuschnupfen aber meist länger anhält, sind diese Nasensprays deshalb eher ungeeignet. Außerdem kann es bei einem längerfristigen Einsatz mit gefäßzusammenziehenden Wirkstoffen zu einem unerwünschten Gewöhnungseffekt der Nasenschleimhaut kommen. Patient*innen können abhängig werden.

Tipp: Sollten Sie an Heuschnupfen-Symptomen leiden, lassen Sie sich unbedingt in Ihrer Apotheke vor Ort beraten, welche Arzneimittel für Sie individuell am hilfreichsten sind.

**Arztrufzentrale
des Notfalldienstes**
01 80 / 50 44 100

Apotheken-Notdienst
08 00 / 00 22 8 33

**SALVATOR
APOTHEKE**

KAROLINE SCHLÖSSER

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



Ihre Vor-Ort-Apotheken

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

**Apothekerin
Christina Herrmann-Trubitz**

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

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

World Voice Day 2024

Infos und Workshops rund um die Stimme

›Resonate Educate Celebrate‹ lautet das Motto des internationalen World Voice Day in diesem Jahr. Übersetzt bedeutet dies so viel wie ›widerhallen, aufklären, feiern‹ – drei Dinge, die am 16. April auch in der Praxis für Logopädie & Stimme in Witten-Bommern auf der Tagesordnung stehen werden.

›Der Internationale Tag der Stimme wurde 1999 als gemeinsame Initiative von Fachleuten aus verschiedenen Berufen in Brasilien ins Leben gerufen‹, erklärt Stimmtrainerin und Logopädin Silvia Grünitz-Osthaus. ›Ziel des weltweiten Events ist es, der Öffentlichkeit die Bedeutung der Stimme für den persönlichen sowie beruflichen Alltag nahezubringen und das allgemeine Bewusstsein dafür zu schärfen, wie wichtig die Stimme als Hauptwerkzeug für unsere Kommunikation ist.‹



Silvia Grünitz-Osthaus: ›Wir wollen das allgemeine Bewusstsein dafür schärfen, wie wichtig die Stimme als Hauptwerkzeug für unsere Kommunikation ist.‹



Wie schon in den vergangenen Jahren führt die Expertin anlässlich des Feiertages auch 2024 eine Informationsveranstaltung in ihrer Praxis am Bodenborn 68 durch. Diese findet am 16. April abends von 18 bis 19.30 Uhr statt. Interessierte können einen ersten Überblick erlangen und erfahren, welche grundlegenden Voraussetzungen für eine gesunde und kräftige Stimme notwendig und hilfreich sind. Die Teilnahme ist kostenlos, eine vorherige Anmeldung aus organisatorischen Gründen jedoch erforderlich.

Tipp: In den folgenden Monaten werden passend zu den vorgestellten Grundlagen einzelne Workshops angeboten. Diese können kostenpflichtig über die Website gebucht werden. Hier geht es dann thematisch noch einmal in die Tiefe.

Praxis für Logopädie & Stimme Silvia Grünitz-Osthaus

Bodenborn 68 · 58452 Witten · Tel. 0 23 02 / 1 78 27 47
www.logopaedie-und-stimme.de

Logopädie & Stimme
Silvia Grünitz

Für Sie in Bommern!

WORLD VOICE DAY
Save the day: 16. April!

Bodenborn 68 · 58452 Witten
Tel. 02302-1782747
www.logopaedie-und-stimme.de
P kostenlose Parkplätze direkt vor der Praxis



Mobiles Pflegeteam

Ihr Pflegepartner entlang der Ruhr

Annenstr. 151 • Witten-Annen
Ardeystr. 105 • Witten-Zentrum
Mühlenstr. 14 • Herdecke

Seit 30 Jahren
für Sie unterwegs.



www.mobilespflegeteam.de

☎ 02302.912255

☎ 02302.9818948

☎ 02330.8949929



Centrovital

MEDIZIN · THERAPIE · ANNEN

Medizin und Therapie unter einem Dach

www.centrovital-annnen.de

Centrovital 1
Annenstraße 151

Centrovital 2
Westfalenstraße 118



Centrovital 1



Hausarztpraxis H.J. Röhrens, A. Martens und Dr. K. Liederwald

Sportmedizin, Notfallmedizin, hausärztliche Geriatrie (Altersmedizin), Ernährungsmedizin, Verhaltenstherapie, Allgemeinmedizin, Homöopathie

Tel. 0 23 02 / 67 21



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



Milan-Apotheke

Filiale der Adler-Apotheke · Witten-Annen

Dr. rer. nat. Philipp Werner · Apotheker, e.Kfm.
Mustafa Erol · Apotheker, Filialleitung

Tel. 0 23 02 / 2 77 61 77

www.milan-apotheke-annnen.de



Gemeinschaftspraxis Gynäkologie

Katrin Fellmer und Elisabeth Srocka

Fachärztinnen für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Tel. 0 23 02 / 69 09 72



Mobiles Pflegeteam

Witten-Annen

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



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



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



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



Praxis für Heilpädagogik

Petra Süß · staatl. anerk. Heilpädagogin, BHP

Tel. 0 23 02 / 9 78 54 30

Centrovital 2

MVZ Ruhrradiologie GmbH

Diagnostik in Witten und Dortmund

Dr. med. Michal Chodyla · Facharzt für Radiologie

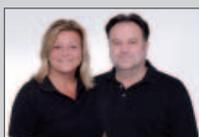
Elvis Jusic · Facharzt für Radiologie

Dr. med. Ralph Alexander Meyer · Facharzt für Radiologie

Stefan Ohnesorge · Facharzt für Radiologie

Dr. med. Sebastian Rosenbauer · Facharzt für Radiologie

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



Dr. med. Richard Luchs

Facharzt für Augenheilkunde

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



Praxisgemeinschaft

Praxis für Ergotherapie · Sabine Czaja

Ergotherapeutin · Tel. 0 23 02 / 1 71 11 25

Praxis für Psychotherapie · Andrea Junker

Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, Verhaltenstherapie · Tel. 0 23 02 / 9 11 33 96

Praxis für Psychotherapie · Milena Rockhoff

Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Ärztliche Psychotherapeutin, Verhaltenstherapie · Tel. 0 23 02 / 9 11 33 93



dentovital

Dr. med. dent. Claudina Wöntz · Zahnärztin

Halitosis-Sprechstunde, Parodontitisbehandlung mit Laser

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



Muskelverspannung, Gelenkprobleme, Bauch- und Kopfweh ...

SOUL HUG bietet außergewöhnliche Hilfe bei akuten und chronischen Schmerzen

In ihrem Massagestudio SOUL HUG in Witten-Annen unterstützen Elisabeth Wöhl und ihr Bruder Wiktor Hug mit ihrer Medical Massage, Lymphdrainage, Soul Hug Therapie und der Pneumatischen Pulsationsmassage ›Pneumatron 200‹ Menschen dabei, sich in ihrem Körper rundum wohl zu fühlen. Doch mehr: Seit Ende letzten Jahres bieten die beiden die Kälte-Therapie ›Alpha Cooling‹ gegen Schmerzen verschiedenster Art.

Schnell, einfach und sanft

»›Alpha Cooling‹ ist die innovativste Form der Kälteanwendung! Sie hilft enorm bei akuten und chronischen Rücken- und Nervenschmerzen, Gelenk- und Muskelschmerzen, bei Rheuma, Arthritis, Zerrungen, Sportverletzungen und selbst bei Karpaltunnelsyndrom, Migräne und Long Covid«, berichtet Elisabeth Wöhl begeistert. »Was bisher lediglich in sperrigen Ganzkörper-Kältekammern oder mithilfe von aufwendigen Eisbädern im Profisport möglich war, funktioniert mit der ALPHA-Methode ganz unkompliziert: nur durch zarten Unterdruck und das angenehme Herabkühlen der Handflächen. Sie sitzen bequem vor dem Gerät, legen die Hände auf die Kühlflächen und genießen die Anwendung von nur 5 x 2 Minuten mit kurzen Pausen – schnell, einfach und sanft!«

Stress lindern und Wohlbefinden steigern

Was aber ist ACP genau, fragen wir neugierig. »ACP kombiniert die Kühlung des Blutes über die Handflächen mit einem definierten Unterdruck«, erklärt Wiktor Hug. »Damit gelangt leicht kühleres Blut in den Kreislauf, da eine Verengung der kleinen Kapillargefäße vermieden wird. Dadurch werden natürliche körpereigene Prozesse aktiviert – ganz ohne Zuführung von Fremdstoffen! So wird die Ausschüttung von Endorphinen in Gang gesetzt: körpereigene Hormone, die Stress reduzieren und das Wohlbefinden steigern.« Die kurzen Kühl-Phasen bewirken aber noch einiges mehr, erfahren wir von Elisabeth Wöhl. »Kälte sorgt für eine Harmonisierung im vegetativen Nervensystem. Der sogenannte ›Sympathikus‹ wird kurzfristig aktiviert und der ›Parasympathikus‹ gestärkt. Hierdurch können Stress reduziert und Selbstheilungskräfte angeregt werden. Es ist wirklich fantastisch, wieviel Positives durch ACP in Gang gebracht wird! Die Kunden sind uns so dankbar und gehen so glücklich hier raus.«



© Foto: Stadtmagazin

Die Massagetherapeuten Elisabeth Wöhl und Wiktor Hug sind begeistert von der schmerzlindernden Kältetherapie ›Alpha Cooling‹

Völlig schmerzfrei

»Überhaupt erreichen wir mit unseren Behandlungen und Massagen tolle Ergebnisse«, freut sich Wiktor Hug. »In den 2,5 Jahren unseres Bestehens haben wir so viele Stammkunden für uns gewinnen können. Der Großteil von ihnen ist regelmäßig jeden Monat, beziehungsweise alle drei Wochen da. Wir sind selbst begeistert, wie viele Kunden völlig schmerzfrei rausgehen, und wir wollen dieses so wertvolle Ziel auch in Zukunft noch weiter ausbauen. Die einzige Möglichkeit, großartig zu werden, ist, uns ständig zu verbessern. Und die einzige Möglichkeit, uns zu verbessern, besteht darin zu lernen. Und die einzige Möglichkeit zu lernen, besteht darin, uns weiterzuentwickeln. Das ist unsere Berufung!«

Tipp

»Unsere Angebote – entspannt, ohne Stress, aber mit viel Erfolg – sollen auch bezahlbar sein, damit sich die Menschen ihr Wohlbefinden auch leisten können«, betonen die Beiden. »Deshalb bieten wir Ihnen beispielsweise die Möglichkeit, die erste Kälte-Therapie kostenlos auszuprobieren. Finden Sie heraus, was für Sie optimal passt. Wir stehen Ihnen so gerne zur Seite!«



© Foto: Stadtmagazin

Das Massagestudio in Annen hat seit seinem 2,5-jährigen Bestehen zahlreiche Stammkund*innen für sich gewinnen können.

SOUL HUG · Massage Therapie

Geschwister-Scholl-Straße 5 · 58453 Witten
Tel. 0 23 02 / 3 98 93 52 · Mobil: 0173 / 9 77 87 80
Zu finden auch auf Facebook und Instagram

Schmerzen noch und nöcher?

Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Witten sucht neue Interessierte

Von der Achsel bis zum Zeh: Viele Menschen leiden unter unterschiedlichsten Schmerzen in verschiedensten Körperregionen. Hinzu kommen irgendwann Beschwerden wie Schlafstörungen und vermehrte Erschöpfung, Morgensteifigkeit und Konzentrationsschwächen sowie Überempfindlichkeit hinsichtlich Gerüchen und Geräuschen, aber auch Depressionen. Die Diagnose: Fibromyalgie (FMS – Faser-Muskelschmerz). Es handelt sich dabei weder um eine Entzündung noch um eine Erkrankung von Muskeln und Gelenken, sondern um eine Störung der Schmerz Wahrnehmung und -verarbeitung.

Hypochonder? Obwohl FMS seit über 30 Jahren als Erkrankung anerkannt ist, wird manchen Betroffenen auch heute noch vorgeworfen, sich ihre Beschwerden nur einzubilden. Das hat auch damit zu tun, dass nur wenige Menschen das Erkrankungsbild kennen und die Leiden für Gesunde schwer nachvollziehbar sind. Dies ist eine zusätzliche Belastung für die Erkrankten, welche ihr Leben noch mehr erschwert. Umso wichtiger ist es, möglichst offen mit der Krankheit umzugehen.

Wichtig ist auch Bewegung – und vieles mehr. Was Menschen mit Fibromyalgie guttut, ist sehr unterschiedlich. Über die Zeit eigene Strategien zum Umgang mit der Erkrankung zu entwickeln, ist für das Wohlbefinden vielleicht am wichtigsten. Das bedeutet zu lernen, mit den Beschwerden besser zurechtzukommen, statt seine Kraft darauf zu verwenden, gegen die Erkrankung anzukämpfen. Hilfreich ist zum Beispiel, zu überdenken, was im Alltag wirklich wichtig ist, nicht nach Perfektion zu streben und seine Grenzen zu erkunden und zu beachten.



© Foto: Prostock-studio - stock.adobe.com

Tipp: Lassen Sie sich bei entsprechenden Symptomen medizinisch testen. Sollte bei Ihnen die Diagnose FMS erstellt werden, ist es zudem sehr empfehlenswert, die medizinische Behandlung durch eine ›eigene‹ Behandlung zu unterstützen. Hier ist die ›Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Witten‹ seit 2022 eine wertvolle Anlaufstelle. »Durch den Erfahrungsaustausch in der Gruppe lernen alle, mit der Erkrankung und den damit verbundenen täglichen Problemen besser umzugehen«, erklärt

Alessandra Hecht von der Selbsthilfe-Kontaktstelle. »Interessierte sind herzlich willkommen!«

Die Gruppe trifft sich jeden 1. und 3. Donnerstag um 17.00 Uhr in der Selbsthilfe-Kontaktstelle Witten/Wetter/Herdecke Dortmund Str. 13 / 58455 Witten

Betroffene können sich gerne bei der Ansprechpartnerin der Gruppe melden unter Tel. 01 52 / 32 14 91 17

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

Seniorenzentrum Witten-Annen

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

Im Altenzentrum St. Josef ist immer was los

Karneval ist zwar schon ein bisschen her, aber die Bewohnerinnen und Bewohner des Altenzentrums St. Josef erinnern sich immer noch gerne an die Karnevalsfeier am Veilchendienstag. »Es war so schön und hat richtig gutgetan, mal wieder zu schunkeln und zu tanzen«, erzählt eine Seniorin mit strahlendem Lächeln.



Ostern wurde gemeinschaftlich gebacken.

Kurz darauf stand auch schon die nächste Aktion auf dem Programm: Am Weltfrauentag ließ Heimleiter Michael John es sich nicht nehmen, allen Mitarbeiterinnen eine Rose zu überreichen. »Unsere Frauen leisten so viel, bei der Arbeit, aber auch zu Hause mit Haushalt und Kindern. Dies kann gar nicht genug honoriert werden.« Bei den Mitarbeiterinnen kam die Überraschung gut an: »Es ist so schön, dass man an uns denkt, dass wir gesehen werden, und dass dies mit einer kleinen Geste auch gezeigt wird.«

Rund um Ostern ging es dann beim Osterbacken und Eierfärben frühlingshaft zu. Und auch das Rudelsingen mit ›Hans und seinen Freunden‹ fand wieder im Hause statt. »Ein echtes Highlight bei den Bewohnern«, so Michael John. »Denn wie heißt es doch so schön? ›Wo man singt, da lass dich nieder, böse Menschen kennen keine Lieder.«

Als nächstes steht nun das öffentliche Sommerfest am 29. Juni an. Weil so ein Fest gut geplant sein will, bittet Effi Roditi vom sozialen Dienst schon im Vorfeld um Mithilfe: »Wir würden uns sehr über eine Spende für unsere Tombola freuen, denn diese ist immer eine große Freude für die Gäste und rundet den Tag gut ab.« Für das leibliche Wohl in Form von selbst gebackenen Kuchen und Köstlichkeiten aus der hauseigenen Küche ist gesorgt. »So hoffen wir, dass Petrus uns hold ist und einen schönen sonnigen Tag beschert«, sagt Pflegedienstleitung Bernadette Heiduk.



Am Weltfrauentag wurde als Dank für ihren Einsatz allen Mitarbeiterinnen eine Rose überreicht.

»Wir laden alle Menschen recht herzlich ein – natürlich auch die Leserinnen und Leser des Stadtmagazins.«

Altenzentrum St. Josef

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



M. Bonk

**Gesellschafterin
für Senioren und
hilfsbedürftige
Menschen**

ProSenior
Qualifizierte
Seniorenbetreuung
Monika Bonk

Unsere Hilfeleistungen:

- ❖ Betreuung in der gewohnten Umgebung
- ❖ Entlastung von pflegenden Angehörigen
- ❖ Unterstützung bei Demenzerkrankung
- ❖ Hilfestellung bei der Tagesstrukturierung
- ❖ Assistenz bei der Körperpflege und Hygiene

Aktivierende Hilfen:

- ❖ Gedächtnistraining, Orientierungshilfen
- ❖ anleitende Hilfe im Haushalt
- Interessante Freizeitgestaltung:**
- ❖ Spazieren gehen, Vorlesen
- ❖ Spiele und Handarbeiten u.v.m.

www.pro-senior-bonk.de

ProSenior Seniorenbetreuung
M. Bonk · Wannen 116
58455 Witten

Tel.: 0 23 02 / 1 76 46 80
Mobil: 01 78 / 3 06 13 55
Email: monika_bonk@web.de



Termine nach Vereinbarung

Annenstraße 178 · 58453 Witten
Telefon: 0 23 02 - 6 22 10
info@praxis-baudach-knickenberg.de
www.praxis-baudach-knickenberg.de

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Triggerpunktbehandlung
- Klassische Massagetherapie
- Kieferbehandlung, Craiomanibuläre Dysfunktion (CMD)
- Wärme-/Kältetherapie
- Elektrotherapie
- Ultraschalltherapie
- Kinesiotaping
- Bindegewebsmassage
- Atemtherapie

*„Ich biete Ihnen
Physiotherapie auf den
Punkt gebracht...
Ehrlich und
authentisch.“*

Julia Baudach-
Knickenberg



Neue Tagespflege mitten in Witten

Boecker Stiftung erweitert ihr Angebot für ältere und pflegebedürftige Menschen

Seniorenheim, Betreutes Wohnen, Wohngemeinschaften für Demenz-Erkrankte, Kurzzeitpflege ... Die Boecker Stiftung bietet älteren und pflegebedürftigen Menschen ein facettenreiches Angebot, das jetzt noch einmal erweitert wird. Am 3. Mai findet in der Breite Straße 30 die feierliche Eröffnung der Tagespflege statt.



Bewohner*innen aus dem Seniorenzentrum ›Leben im Alter – Boecker-Stiftung gGmbH‹ beim Bingospiele. An der Breite Straße 30 fühlen sich ältere Menschen sichtlich wohl.

Neues Leben und hilfreiche Entlastung

Die Betreuung in einer Tagespflege ist aus vielerlei Gründen eine tolle Sache: Sie bringt neues Leben und Struktur in den Alltag, beugt Vereinsamung vor und schenkt den pflegenden Angehörigen wertvolle Entlastungstunden. »In unserer gemütlichen und stilvollen Einrichtung in vollklimatisierter Umgebung bieten wir älteren Menschen täglich montags bis freitags von morgens bis nachmittags eine abwechslungsreiche Beschäftigung, Förderung in geselliger Runde sowie Pflege an«, berichtet Stefan Gropengießer-Aßmann, Geschäftsführer der Boecker Stiftung. »Entlastung ist für uns ein wichtiges Stichwort, deshalb ermöglichen wir Ihnen gerne Friseurbesuche, Fußpflege oder Termine beim Physiotherapeuten bei uns im Haus.«

Wunderschöne Atmosphäre ...

Wichtig ist ihm und seinem ambitionierten Team vor allem, dass sich die Tagesgäste rundum wohlfühlen. Aus diesem Grund wurde höchster Wert auf eine wunderschöne Atmosphäre gelegt: Ruhige Rückzugsorte, gemütliches Aufenthaltszimmer, großzügige Küche und traumhafter Wintergarten mit einem herrlichen Blick nach draußen und hoch in den Himmel ...»Bei uns wird alles möglich sein: entspannen,

fernsehen, gemeinsam klönen, spielen, basteln, essen und kochen oder sich zurückziehen und die Natur beobachten. Hier soll sich jeder wie zu Hause fühlen!«, erklärt er.

... im Herzen der Stadt

Apropos ›zu Hause‹: Ein besonderes Merkmal der Tagespflege ist ihre Lage direkt im

Herzen der Stadt. »Senioren möchten heute zentral leben, sonst müssten sie für jede Kleinigkeit ein Taxi rufen«, weiß Stefan Gropengießer-Aßmann. »Viele gehen ausgesprochen gern in die Fußgängerzone zum Bummeln oder Shoppen, das ist über unseren hinteren Zugang zum Breddegarten ganz schnell möglich. Und auch für besuchende Angehörige ist der nur wenige ›Fußminuten‹ vom Bahnhof entfernte Standort ein enormer Vorteil.«

BistroB – immer eine gute Idee!

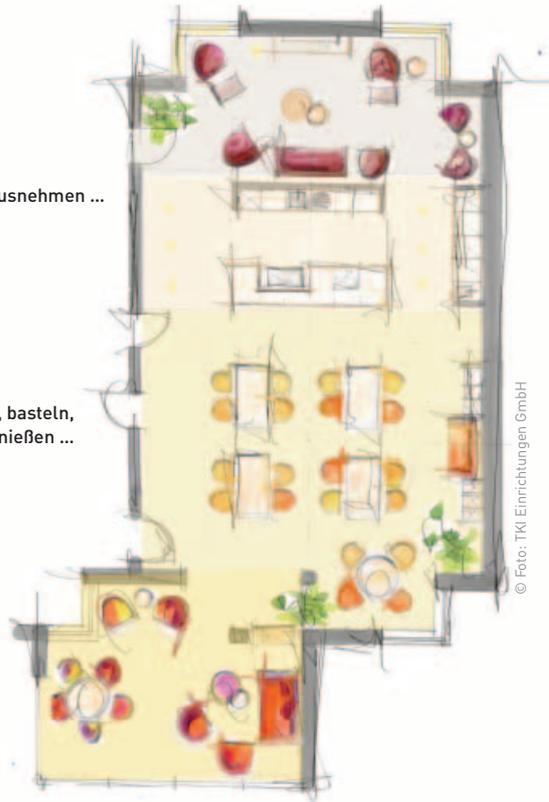
Ein weiterer, nicht zu unterschätzender Vorteil der Tagespflege ist das ebenfalls dort befindliche Café ›BistroB‹, das auch von zahlreichen Wittener*innen sehr geschätzt wird, die ausgesprochen gern den abwechslungsreichen und überraschend günstigen Mittagstisch mit westfälischer Küche, das variantenreiche Kuchensortiment oder die frischen Waffeln genießen. Stefan Gropengießer-Aßmann: »Man begegnet sich dort, lernt sich kennen – ob Mieter*innen unseres betreuten Wohnens, Seniorenheimbewohner oder Mitarbeitende. Das Tolle ist: Man hat den Fuß quasi direkt in der Tür – ein perfekter Begegnungsort! Ein großes Anliegen ist es uns dabei, neben dem schönen Ambiente auch ein ansprechendes kulinarisches Sorti-



Wintergarten der Tagespflege: Natur pur mit wunderschönem Ambiente und Blick nach draußen und in den Himmel

Wohnen: entspannen, fernsehen, sich rausnehmen ...

Aufenthalt: essen, sprechen, spielen, basteln,
Gemeinsamkeit genießen ...



© Foto: TKI Einrichtungen GmbH



© Foto: TKI Einrichtungen GmbH

Küche: kochen, aktiv sein, gemeinschaftlich etwas zubereiten ...

ment zu bieten: Essen in allen Bereichen – vertraut und klientelgerecht. Die Wünsche von Gästen und Besuchern werden unbedingt berücksichtigt, ob Grünkohl oder Spargel. Anders funktioniert's nicht!« Der absolute Renner ist übrigens der ›Ruhrpott-Klassiker‹ Pommes mit Currywurst, erzählt er uns: ›Exzellent!«

Im Wandel der Zeit

Ganz nach Wunsch an einem oder mehreren Tagen in der Woche schmausen, entspannen, aktiv sein, sich wohl fühlen: Die neue Tagespflege bereichert das Angebot der Boecker Stiftung unbedingt. »Unser Portfolio ist jetzt fast komplett«, freut sich der Geschäftsführer. »Es war von jeher der Wunsch der Eheleute Boecker, mit ihrer Stiftung ein gutes Angebot für Senioren zu

schaffen, und wir sind glücklich, dass wir dieses so wertvolle Anliegen jetzt noch weiter ausbauen und fortführen können. Schließlich ist eine Einrichtung wie die Häuser der Boecker-Stiftung ein lebendiger Organismus. Dinge wandeln sich, Neues ergibt sich, ändert sich, ist in Bewegung. Das muss auch so sein, denn nur was lebendig ist, kann sich auch weiterentwickeln, am Puls der Zeit und damit nah bei den Menschen bleiben.«

Sein Tipp: »Weil es immer gut ist zu wissen, was einen erwartet, ist es problemlos möglich, vorher einmal ›hereinzuschnuppern‹ und einen ersten Eindruck von unserer Tagespflege zu bekommen. Gerne beraten wir Sie vorab unverbindlich. Wir freuen uns auf Sie!«

›Leben im Alter‹

Die Boecker-Stiftung wurde 1970 aus dem Nachlass der Wittener Textilkaufleute Emilie und Gregor Boecker errichtet. Das kinderlose Ehepaar wollte sein Vermögen anderen zugute kommen lassen. Dabei dachten sie an jene, die durch ihre Kaufentscheidungen dieses Vermögen letztendlich schufen – die Bürger der Stadt Witten. Deshalb verfügten sie, ein ›Altenwohn- und Pflegeheim‹ zu errichten und das Sorgen für alte Menschen in den Mittelpunkt der Aktivitäten der Stiftung zu stellen. Die Motivation zu solchem Handeln zu Gunsten hilfsbedürftiger Menschen erwuchs aus ihrer Verwurzelung im christlichen Glauben. Ihrer Zeit weit voraussehend banden sie als katholische Christen die Stiftung in beide christlichen Bekenntnisse ein. Heute betreibt die Boecker-Stiftung ›Leben im Alter‹ zwei Seniorenzentren in zentraler Lage Wittens – im vormaligen Hallenbad an der Breite Straße und im Haus am Voß'schen Garten an der Ruhrstraße – mit 41 Seniorenwohnungen und rund 200 Plätzen für hilfsbedürftige alte Menschen. Ihr Name und ihre Leistungen stehen für hervorragende Qualität und höchste Zufriedenheit der hier lebenden Menschen und ihrer Angehörigen.



© Foto: Stadtmagazin

Auch der Blick und Gang in den Garten lohnt sich!

Feierliche Eröffnung der Tagespflege Fr. 3. Mai ab 15 Uhr

Bis 18 Uhr haben alle Interessierten die Gelegenheit zur Besichtigung der Räumlichkeiten.

Breite Straße 30 · 58452 Witten
Tel. 0 23 02 / 20 70
E-Mail: Empfang@Boecker-Stiftung.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!



© Foto: Darwin Lagazon auf Pixabay

Diabetes Typ 2: Das Risiko steigt

Die Zahl der Menschen mit Diabetes mellitus Typ 2 ist erneut gestiegen. Allein vom Jahr 2021 auf 2022 gab es laut der aktuellen Daten des BARMER Instituts für Gesundheitssystemforschung (bifg) einen Zuwachs um 95.450 auf 7,29 Millionen Betroffene. Demnach ist bundesweit der Anteil der Betroffenen in den vergangenen zehn Jahren von 8,04 auf 8,65 Prozent gestiegen. »Deutschland scheint die Zuckerkrankheit nicht in den Griff zu bekommen. Der nationalen Diabetes-Strategie muss endlich mehr Bedeutung zukommen. Sie soll den Menschen helfen, durch einen gesunden Lebensstil diese Krankheit zu vermeiden oder zumindest ihre Auswirkungen zu lindern«, so Prof. Dr. med. Christoph Straub, Vorstandsvorsitzender der BARMER.

Altersdiabetes schon bei jüngeren Menschen

Auch wenn die Quoten bei Älteren am höchsten sind, stieg auch in der Gruppe der 40- bis 49-Jährigen der Anteil von 3,4 auf 3,9 Prozent – ein Anstieg von 14,8 Prozent. Leider wissen viele Menschen gar nicht, dass sie an dieser nicht zu unterschätzenden Erkrankung des Stoffwechsels leiden, mit teils massiven Spätfolgen wie Arteriosklerose, Nerven- und Nierenschäden. Diabetes 2 kann sogar zu Sehstörungen bis hin zur Erblindung sowie zu Parodontitis führen.

Rechtzeitig reagieren!

Bleibt Diabetes Typ 2 lange unerkannt oder wird unzureichend behandelt, kann es aufgrund des dauerhaft erhöhten Blutzuckers zu zahlreichen Folgeerkrankungen kommen. Umso wichtiger ist es, bei Symptomen wie Müdigkeit, Erschöpfung und starkem Durst, Sehstörungen und Juckreiz zeitnah eine entsprechende Diagnose in der Hausarztpraxis oder internistischen Praxis stellen zu lassen, empfiehlt die BARMER. Ebenso wichtig ist es, dauerhaft einen intensiven Blick auf einen aktiven und gesunden Lebensstil zu werfen. Da es herausfordernd sein kann, alte Gewohnheiten aufzugeben, unterstützt die BARMER dabei, die Ernährung umzustellen und sich regelmäßig zu bewegen.



Tipp: Die App 'Oviva' bietet Barmer-Versicherten ein kostenfreies Ernährungscoaching mit Kochrezepten, Ernährungstagebuch und persönlichem Ernährungscoach.

Weitere Infos zu Ursachen, Symptomen und Behandlung von Diabetes Typ 2 und vielem mehr erhalten Sie unter:
www.barmer.de/gesundheit-verstehen/wissen/krankheiten-a-z/



Altenzentrum am Schwesternpark Feierabendhäuser

- Altenpflegeheim
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- ServiceWohnen

📍 Pferdebachstraße 43, 58455 Witten
☎ 02302 589-5100
🌐 diakonie-ruhr.de/feierabendhaeuser

›Rettungsschwimmer Silber‹: Gold wert!



20 Mitglieder vom PV Triathlon TG Witten im Alter zwischen 14 und 68 Jahren haben erfolgreich die Ausbildung zum Rettungsschwimmer Silber absolviert.

Der PV Triathlon TG Witten e. V. steht für Triathlon vom Hobby-Athleten bis zum Bundesligaprofi. Neben dem ›Dreifach-Kombi-Sport – Schwimmen, Radfahren und Laufen‹ bietet der Verein auch diverse weitere sportliche Angebote. Besonders wichtig: Schwimmen, denn immer weniger Menschen können sich geschickt im Wasser bewegen. Umso wertvoller sind die Kurse ›Kinder Seepferdchen und Jugendschwimmschein‹, Anfängerkurse Kraulen oder moderates Coaching für Hobbyschwimmer. Allerdings ist es von großer Bedeutung, dass die Übungseinheiten unter höchsten Sicherheitsrichtlinien durchgeführt werden, damit sich die Akteure gut aufgehoben und behütet fühlen und auch die Eltern, die ihren Kids beim Schwimmen zuschauen, darauf vertrauen können, dass im Falle des Falles sofort professionell und effektiv geholfen wird.



Abschleppen mittels Rettungsgreif am Kopf in Kleidung während der Prüfung im Hallenbad in Annen

Um langfristig die Aufsicht beim Schwimmtraining im Hallen- und Freibad sicherzustellen, hat der Vorstand Anfang des Jahres einen Ausbildungskurs zum Rettungsschwimmer Silber initiiert. Acht Wochen lang trafen sich dazu 20 Vereinsmitglieder zwischen 14 und 68 Jahren jeden Mittwochabend im Hallenbad in Herbede, um unter der Leitung von Sabine Stratmann-Wiegand und Maximilian Pradtke von der DLRG Ortsgruppe Witten-Mitte die einzelnen Prüfungsleistungen zu optimieren.

Triathleten können zwar bekanntlich schwimmen und viele auch über weite Strecken, doch in vollgeaugter Kleidung und nur auf dem Rücken im Grätschschwung ohne Armschlag, um mit der richtigen Grifftechnik an Kopf oder Schulter eine hilfsbedürftige Person abzuschleppen, ist dann doch auch für Ausdauersportler eine ganz andere und neue Herausforderung. Auch der Einsatz von Rettungsgeräten wie einem Gurtretter oder einer Trage im Wasser sowie das 25m-Streckentauchen und 3m-Tieftauchen von der Wasseroberfläche aus mit den Füßen vorweg, um vom Beckenboden einen 5kg schweren Gegenstand hochzuholen, steht nicht auf dem wöchentlichen Trainingsplan von Triathleten. Das alles musste erstmal engagiert gelernt und geübt werden. Dazu gehörte auch die Absolvierung eines Erste-Hilfe-Kurses.



Neue Rettungsschwimmer mit frisch ausgehändigtem Schwimmpass

Nachdem die praktische Prüfung im Annener Hallenbad von sämtlichen Teilnehmenden erfolgreich abgelegt wurde, stand noch der theoretische Teil über vier Stunden mit anschließender Prüfung an. Auch dies schafften alle, sodass die begehrten Rettungsschwimmpässe noch direkt vor Ort ausgehändigt werden konnten. Thomas Niemeyer (2. Vorsitzender) und Andreas Knoblauch (Geschäftsführer), die ebenfalls an der Ausbildung zum Rettungsschwimmer Silber teilgenommen hatten, zeigten sich im Anschluss sehr erfreut darüber, dass das Interesse und die Beteiligung der vielen Mitglieder an dem Kurs so groß war und alle die Ausbildung bestanden haben.

In zwei Jahren wird sich dann erneut getroffen, um das Zertifikat aufzufrischen. Denn für den Einsatz als Aufsicht und Schwimmtrainer im Hallen- und Freibad ist ein höchstens zwei Jahre alter Rettungsschwimmer Silber erforderlich.

www.triuit.de

**GUT
ZU
Fuß**

Mit uns auf gesunden / gesund erhaltenen Füßen durch das Jahr!

Podologische Praxis | Britta Boueke

Termine für Diabetiker auf Verordnung sind verfügbar.

Körnerstraße 26 · 58452 Witten
T 02302 983 45 14 · www.praxis-gutzufuss.de

Viel mehr als einfache Rauferei!

Judo bei der Sport-Union Annen fördert Bewegung, Respekt und soziales Verhalten

Es ist einer der Traditionsvereine Wittens: die Judoabteilung der Sport-Union Annen. 1966 gegründet, überzeugt der Verein seit fast sechs Jahrzehnten mit einem bodenständigen Vereinsleben für Qualität und lebt Traditionen und das Miteinander – über alle Generationen hinweg.



Erster Bundesliga-Heimkampf der Frauen 2024

Ideales Sprungbrett für die jüngeren Leute

So kämpfen die Männer seit 1977 in der 1. Bundesliga. Jetzt, 2024, sind bereits drei Mannschaften auf Bundesebene vertreten: »Diese 2. Bundesliga ist ein ideales Sprungbrett für unsere jüngeren Leute, die noch nicht auf Anhieb regelmäßige Einsätze in der ersten Mannschaft bekommen können«, so SUA-Cheftrainer Stefan Oldenburg, der selbst ein Eigengewächs ist. Erstklassig sind auch die SUA-Frauen. Und auch im Nachwuchs-Bereich sind nicht nur die Trainingstage gut gefüllt, sondern die Kinder und Jugendlichen ebenso erfolgreich auf den Turnieren und Meisterschaften unterwegs.

Fair kämpfen

Doch eins gilt für alle: Vor dem ersten Wurf braucht es Respekt. Das lernen bereits die Fünf- bis Siebenjährigen. Dienstags und freitags ab 16 Uhr sind die Minis die »Großen auf der Judomatte« bei der Sport-Union Annen am Kälberweg. Tobend fegen rund 20 Nachwuchs-Judoka durch die Halle und lernen die ersten Grundlagen: richtiges Fallen, erste Würfe und Haltegriffe – auch, wie man fair kämpft. Randori – so heißt der Übungs-Wettkampf. Das wissen schon die Kleinsten in den weißen Judogi.



Erwachsenentraining mit Trainer Stefan Oldenburg (re.)



© Foto: Tanja Schneider

Eindeutig: Judo macht Spaß – insbesondere beim beliebten ›Nikolaus-Turnier‹.

Gegenseitiges Helfen und Verstehen

Judo bietet jedoch mehr als einfache Rauferei. Denn: Judo bedeutet ›Sanfter Weg‹. Jigoro Kano hat diese japanische Kampfsportart gegründet, deren Prinzip ›Siegen durch Nachgeben‹ beziehungsweise ›maximale Wirkung bei einem Minimum an Aufwand‹ ist. Judo ist bei weitem nicht nur das Lehren von Falltechniken und Würfen, sondern darüber hinaus auch eine Philosophie zur Persönlichkeitsentwicklung. Ein Judo-Meister praktiziert in diesem Sinne auch dann Judo, wenn er nicht in der Trainingshalle (Dojo) ist. Zwei philosophische Prinzipien liegen dem Judo im Wesentlichen zugrunde: das gegenseitige Helfen und Verstehen zum beiderseitigen Fortschritt und Wohlergehen und der bestmögliche Einsatz von Körper und Geist. Ziel ist es, diese Prinzipien als eine Haltung in sich zu tragen und auf der Judomatte (Tatami) bewusst in jeder Bewegung zum Ausdruck zu bringen. Die Judo-Grundausbildung zeigt den Großen und Kleinen einen verantwortungsvollen Umgang mit Übungspartnern und erfordert sowohl Aufmerksamkeit als auch Respekt für sein Gegenüber und prägt ganz konkret das soziale Verhalten.



© Foto: Christian Sarazin

Impressionen von einem Nachwuchsturnier 2024

Im Überblick

Für die 1. Mannschaft von Stefan Oldenburg und Marcel Haupt sind das die nächsten Termine: 27. April gegen UJKC Potsdam, 11. Mai beim Remscheider TV, 29. Juni beim JC 66 Bottrop, 31. August gegen das Hamburger Judo-Team und 7. September gegen den TSV Hertha Walheim.

Für das Frauen-Team um Trainerin Hannah Schorlemmer geht es am 27. April gegen TSV Hertha Walheim, am 11. Mai gegen Post SV Düsseldorf und am 1. Juni gegen 1. JC Mönchengladbach.

Weiter ginge es dann für die jeweils beiden besten Teams der Nord-West- und der Nord-Ost-Staffel in einer Play-Off-Runde am 31. August (jeder gegen jeden mit vier Mannschaften). Die beiden dann besten Teams reisen zur Bundesliga-Finalrunde am 14. September.

Unter der Regie von Trainer Manuel Neumann geht es für das Zweitliga-Team am 27. April gegen SSF Bonn, am 11. Mai beim TSV Bayer 04 Leverkusen, am 29. Juni beim Judo-Team Hannover, am 31. August gegen 1. JC Mönchengladbach und am 7. September gegen JC Koriouchi Gelsenkirchen.

Zurück zu den Bundesligen: Bereits im März sind die Mannschaften in die Saison gestartet. Ein wahrer Groß-Kampftag steht am 27. April an: Dann haben alle drei Mannschaften Heimkampf und wechseln sich auf der Judomatte ab. Und auch in den folgenden Monaten dürfen sie sich auf so einige Herausforderungen freuen. Viel Erfolg!

Tanja Schneider



JETZT

ZU NEUER STÄRKE FINDEN

DIE NEUE MalleoTrain®
DREIFACH-WIRKUNG FÜR MEHR BEWEGUNG

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

Lassen Sie sich jetzt beraten.



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

BAUERFEIND-QUALITÄTSPARTNER

Sport-UNION Annen e. V.
Kälberweg 2 · 58453 Witten
Weitere Informationen unter <https://sua-judo.de/>
sowie auf Facebook und Instagram



© Foto: AkuAku - stock.adobe.com

So schmeckt der Lenz!

Frühlingsrollen bringen Glück

*Frühling lässt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.*

In der Tat, das Gedicht von Eduard Mörike bringt es auf den Punkt: Bereits im Frühling 1832 schwirrten unzählige liebliche Düfte durchs Land – genauso wie Tausende Jahre zuvor und wie heute. Die Lenz-Luft ist so herrlich lebendig! Allerdings sind es längst nicht nur süße Düfte, auch säuerliche und herzhaft aromatische Aromen streicheln uns das Näschen: Frühlingszwiebel, Spargel, Rettich, Rhabarber ... Wir alle haben gerade im Frühjahr Lust auf die frisch ersprossenen Gemüsesorten. Ein absoluter Klassiker seit zig Generationen ist die sagenumwobene Frühlingsuppe mit jungen Möhren, Erbsen, Kohlrabi und, und, und. Doch gibt es da noch ein anderes – Nomen est Omen – Frühlingsgericht mit einer sehr besonderen Tradition: die Frühlingsrolle.

Seit gut 50 Jahren wissen wir die knusprigen Rollen – meist gefüllt mit Gemüse,

Fleisch und Glasnudeln – sehr zu schätzen. Die Frühlingsrolle ist vermutlich das bekannteste chinesische Gericht in unseren Gefilden. Allerdings verbinden wir sie eigentlich kaum mit der jungen Jahreszeit, denn zu 99 Prozent werden sie von uns von Januar bis Dezember als Tiefkühl-Snack genutzt. Das ist in China anders, beziehungsweise war es anders, denn inzwischen gibt es ja vermutlich dort auch den ein oder anderen Tiefkühlschrank. ☺ Früher aber wurden Frühlingsrollen dort nur im Frühjahr genossen – insbesondere am chinesischen Neujahrstag waren sie eine feste Tradition.

Moment einmal, Neujahrstag? Unser Silvester hat mit Frühling doch so gar nichts zu tun! Bei den Chinesen aber schon: Hier wird der Jahreswechsel – gerichtet nach dem Mondkalender – an einigen aufeinanderfolgenden Tagen zwischen dem 21. Ja-

nuar und dem 20. Februar gefeiert, in einer Zeit, da in asiatischen Landschaften Kräuter, Blüten und Pflanzen bereits peu à peu zu neuem Leben erwachen. Und auch das Jahr erwacht dort also nicht wie bei uns in der dunkelsten Ära, sondern zum chinesischen Frühlingsanfang, wenn alles – auch neue Gedanken und Hoffnungen – zu sprießen beginnt.

Die Frühlingsrolle war und ist in Ostasien nach wie vor übrigens nicht nur das perfekte geschmackliche Symbol für das neue Jahr. Auch ihre Optik spielt eine bemerkenswerte Rolle, denn die im Fett frittierten Frühlingsrollen erinnern an Gold und versinnbildlichen von daher die Hoffnung auf Wohlstand und ein langes, gesundes Leben. Frühlingsrollen bringen Glück!

Dies trifft definitiv auch bei uns zu. Selbst wenn wir Ihnen leider nicht versprechen können, dass Sie nach dem Genuss der Frühlingsrollen über Gold stolpern werden, eines steht fest: Die knusprigen, enorm vielfältig gefüllten Röllchen machen jeden glücklich – Groß und Klein, Fleischliebhaber, Vegetarier und Veganer. Inzwischen kommen auch Käsefreunde auf ihre Kosten, etwa mit Füllungen aus Camembert oder Ricotta. Selbst das Dessert lässt sich in gerollter Form servieren, begleitet von Fruchtsaucen. Unser Tipp: Rollen Sie doch mal selbst – so wird Ihr kulinarisches Leben rundum rund.

UNSER ANSPRUCH IST ES, GUTE GASTGEBER ZU SEIN!

Modernes Ambiente · übernachten · tagen · feiern
Ideal auch für Familienfeiern!

10 JAHRE



Jetzt mit 9 Veranstaltungsräumen – der perfekte Ort für Ihre Veranstaltung!
Ardeystraße 11-13 · 58452 Witten · info@ardey-hotel.de · www.ardey-hotel.de



© Foto: sontung57 auf Pixabay

Variabel: Die Lenz-Röllchen lassen sich mit unserem Lieblings-Gemüse füllen.

Frühlingsrollen

- (4 Personen)
- 250 g Hackfleisch vom Rind
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 kleine Ingwerwurzel
- 3 Knoblauchzehen
- 100 g Weißkohl
- 2 Möhren
- 1 rote Paprika
- 100 g Bambussprossen
- 100 g Sojasprossen
- Salz und Pfeffer nach Geschmack
- 1 Schuss Sojasoße
- Erdnuss- oder Sesamöl zum Braten

- Teig
- 300 g Mehl
 - 500 ml Wasser
 - 1 TL Salz

- Teigkleber
- 1 TL Speisestärke
 - 2 TL Wasser

Ingwer und Knoblauch schälen und fein hacken, Frühlingszwiebel, Paprika, Weiß-

kohl und Möhren in kleine Streifen schneiden. Bambus- und Sojasprossen abgießen und eventuell auch noch etwas verkleinern. Das Hackfleisch in einer erhitzten Pfanne im Öl krümelig brutzeln. Nun das Fleisch zur Seite schieben und die Frühlingszwiebeln in der Pfanne schmoren. Ingwer, Knoblauch, Gemüse und Sprossen hinzugeben, alles mit einem Schuss Wasser begießen, rund fünf Minuten köcheln und dann abkühlen lassen.

Währenddessen Mehl, Salz und Wasser vermengen und den Teig in einer beschichteten Pfanne – rechteckig oder rund gestrichen – bei mittlerer Stufe erhitzen. Dabei sollte der Teig gleichmäßig und nicht zu dick, aber auch nicht zu dünn aufgetragen werden. Nach ein paar Sekunden, wenn der Teig anfängt fest zu werden, mit einem Heber vorsichtig lösen. Anschließend die nächsten Teigplatten auf diese Weise backen.

Auf das untere Drittel eines Teigblatts ca. zwei Esslöffel der Fleisch-Gemüsefüllung

geben. Anschließend klappt man den Teig zuerst von unten nach oben über die Füllung und schlägt dann die Seiten nach innen ein. Das obere Drittel des Teigs vor dem Zusammenrollen mit der Speisestärke-Mischung bestreichen.

Die rohen Frühlingsrollen entweder bei 220 Grad 15 bis 20 Minuten goldbraun grillen oder im Backofen garen. Möglich ist selbstverständlich auch die Nutzung einer Heißluftfritteuse.

Zu den Frühlingsrollen wird klassischerweise ein Chili-Dip gereicht. Wir möchten heute aber auch bei der Soße Richtung Frühling gehen. ☺

Frühlingsfrischkäse-Dip

- 1 Pck. Frischkäse
- 100 ml. Sahne
- 1 Bund Radieschen
- 1 Bund Schnittlauch
- Pfeffer & Salz

Radieschen in kleine Würfel und Schnittlauch in kurze Röllchen schneiden, mit Frischkäse und Sahne verrühren und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen. Schmeckt übrigens auch perfekt als frühlingshafter Brotaufstrich.



© Foto: Printemps - stock.adobe.com

Der Frischkäse-Dip mit Radieschen ist eine hervorragende Ergänzung zu Frühlingsrollen.

Freie Plätze vorhanden!



Tagespflege Am Mühlengraben



Tagespflege Wullener Feld



70 700 11



70 76 830

www.familien-krankenpflege-witten.de

Familien- und Krankenpflege
Tagespflege gGmbH



GERNE FÜR SIE DA!

Ihr Elektrofachhändler

TV/HIFI/
HEIMKINO

SATELLITEN-/
HAUSTECHNIK

HAUSGERÄTE

PC/
MULTIMEDIA

KAFFEEVOLL-
AUTOMATEN-
SERVICE

SERVICE UND
INSTALLATION



Telefon Verkauf:

02302-1619

oder

-1610

verkauf@euronics-kutsch.de

service@euronics-kutsch.de

euronics
Kutsch

Kutsch GmbH
Dortmunder Straße 19
58455 Witten

www.euronics-kutsch.de

Wildes von Bäumen und Sträuchern

Naturgenuss pur

Wildkräuter sind in aller Munde! Aber wussten Sie, dass man aus den Blättern und Blüten vieler heimischer Bäume und Sträucher auch gesunde und delikate Gerichte zubereiten kann? In dem vhs-Kurs am 21. April erfahren Sie, welchen gesundheitlichen und kulinarischen Wert die verschiedenen Pflanzen für unsere Ernährung haben und wie wir sie in unseren Alltag integrieren können. Sie erforschen, welche Pflanzenteile essbar sind und wie man sie schmackhaft in der Küche verwenden kann.



Wie wäre es mit einem bunten Baumsalat? Oder haben Sie schon einmal Fichtenspitzenbutter gekostet? Überraschende Geschmackserlebnisse sind bei Ahorn, Linde, Weißdorn & Co garantiert. Gemeinsam werden die frischen Köstlichkeiten im nahe gelegenen Park gesammelt. Sie lernen, die Pflanzen sicher zu bestimmen und was beim Sammeln in der Natur zu beachten ist. Dabei geht es auch um einige wertvolle Inhaltsstoffe und deren Nutzen für unsere Gesundheit.

Wussten Sie, dass sich mit Fichtenspitzen Butter veredeln lässt?

Anschließend wird in der vhs-Küche in der Holzkampstraße aus den frischen Zutaten ein ›wildes‹ Drei-Gänge-Menü (vegetarisch) zubereitet. Außerdem erhalten Sie weitere Anregungen zur kreativen Verarbeitung und Konservierung von Wildpflanzen. Alle Teilnehmenden erhalten ein Skript mit den wichtigsten Informationen zu den verwendeten Pflanzen sowie alle Rezepte des Tages. Tipp: Bitte denken Sie an festes Schuhwerk und wettertaugliche Kleidung.



Termin

So. 21. April, 11–16 Uhr
Treffpunkt: Parkplatz an der Herdeckerstraße
(ca. 150 m hinter der Abzweigung von der
Annenseestraße, kurz vorm Rheinischen Esel)
Gebühr: 35,00 Euro
www.vhs-wwh.de

Gourmetparadies GenussGalerie

Den Frühling mit allen Sinnen genießen

Auch die GenussGalerie am Berliner Platz steht schon voll und ganz im Zeichen des Frühlings. Zauberhafte Dekoartikel, schmackhafte Spirituosen und Delikatessen, aber auch Gewürze sowie außergewöhnliche Essig- und Ölvarianten lassen uns den Lenz mit allen Sinnen ganz besonders wahrnehmen und genießen.

Ein bemerkenswertes Beispiel für die Genussvielfalt sind die Gewürze von ›Spirit of Spice‹, berichtet Angelika Bilow-Hafer. »Die Manufaktur aus Willich am Niederrhein ist ein familiär geführtes Unternehmen und achtet auf höchste Qualität, da kann ich mich im Sinne meiner Kunden voll drauf verlassen! Die Gewürze schenken Gerichten – ob süß oder herzhaft – eine traumhafte Note.« Als Beispiel zeigt sie uns das ›Schrebergarten-Salz‹ mit Zwiebel, Petersilie, Paprika, Lauch, Basilikum, Knoblauch, Korn- und Ringelblüten sowie Klatschmohn. »Alle Zutaten sind frisch vermischt und auf keinen Fall klein geschreddert, man sieht auf einen Blick, was alles drin ist. Fantastisch ist auch die Gewürzmischung ›Flower Power‹ mit zarten Blumen wie Erikablüte, Malve und Rose, sie gibt geschmacklich und optisch wunderbare Aromen. Das gilt auch für ›Gomasio‹, ein hervorragendes Gewürz mit milden Chiliflocken, mit dem sich zum Beispiel Roastbeef und Grillgerichte perfekt nachwürzen und traumhafte Dips anrichten lassen. Allerdings sollte es nicht verkocht werden«, empfiehlt sie. Wie welche Gewürze optimal genutzt werden, erklären sie und ihr Team selbstverständlich ihren interessierten Kund*innen.



© Foto: Stadtmagazin

Der Frühling erwacht bei der GenussGalerie aber nicht nur in Gewürzen, Dips und Pestos. »Sie können bei uns bereits traumhafte Erdbeeren ›pflücken‹: in Form von Erdbeersahnelikör, Erdbeer-Bruschetta, Marmelade oder frühlingshaft-fröhlichen Servietten«, verrät Angelika Bilow-Hafer. »Und auch Limonen lassen sich entdecken – als Zitronen- oder Limettenpralinen, aber auch als fruchtiger Limoncello. Freuen Sie sich auf sensorische Geschmacksexplosionen!«



© Foto: Stadtmagazin

Terminipps

Sie freuen sich auf frühlingshaft und sommerliche Geschmacksmomente? Hier empfehlen sich die kommenden Tastings:

19.04. Gin-Abend

mit sommerlichen Ginsorten und der Vorstellung toller Rezepte – mit und ohne Tonic

24.05. Wein & Schokolade

Zu ausgewählten Weinsorten werden zum Genuss passende Schokoladen probiert.



© Foto: Stadtmagazin

Anmeldung und weitere Infos:

GenussGalerie Hafer

Bahnhofstr. 33 · 58452 Witten

Tel. 0 23 02 / 20 51 6 65

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

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

»Ein Ort voller Glück und Leben«

Trauerfeiern im Café Goldstück

In Witten-Stockum ist das Café Goldstück vor allem als Familien- und Eventcafé bekannt. Regelmäßig wird die lebendige Location aber auch zum Ort von Trauerfeiern. »Wir planen, begleiten und unterstützen Sie in dieser schweren Zeit und bieten Ihnen die Herzlichkeit und Geborgenheit, die nötig ist, damit Sie im Kreise Ihrer Lieben Abschied nehmen können«, verspricht Inhaberin Laura Grünewald. »Wir möchten diesen traurigen Anlass für Sie so schön wie nur möglich gestalten.«



Der Veranstaltungsraum mit Platz für bis zu 70 Personen kann an sieben Tagen pro Woche für die Dauer von drei Stunden gebucht werden. »An unseren Ruhetagen bieten wir diesen Service ab einer Gästezahl von 20 Personen an«, so Laura Grünewald. »An allen anderen Tagen bewirten wir auch Kleingruppen. Wir haben sogar schon mal eine Feier mit nur vier Familienangehörigen ausgerichtet.« Das Buffet wird nach den Wünschen der Hinterbliebenen individuell zusammengestellt und beinhaltet eine hausgemachte saisonale

Suppe, selbst gebackene Kuchen und belegte Brötchen sowie eine vielfältige Getränkeauswahl vom Kaffee bis zum Aperitif. Ambiente-Beleuchtung, mit Blumen und Kerzen geschmückte Tische und leise Hintergrundmusik sorgen für eine würdevolle Atmosphäre.



Vom benachbarten Friedhof in Stockum ist es zu Fuß bis zum Café nur ein Katzensprung. Für ältere Menschen mit Rollstuhl oder Rollator sind die barrierefreien Räumlichkeiten gut zugänglich. Und auch an die Kleinsten ist gedacht: Während ihre Eltern bei der Trauerfeier über alte Zeiten reden, können sie die mehrstöckige Spielburg erkunden. »Wir machen immer wieder die Erfahrung – und bekommen dies auch von unseren Gästen gespiegelt –, dass sich die Familien bei uns sehr wohlfühlen und trotz des traurigen Anlasses am Ende des Tages fröhlich nach Hause gehen«, so Laura Grünewald. »Unser Café Goldstück ist ein Ort voller Glück und Leben – und gerade das macht es zu einem guten Ort zum Abschiednehmen. Wir freuen uns, dass wir an die Hinterbliebenen ein bisschen Glück weitergeben können.«



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

Goldstück Familien-Eventcafé

Hörder Str. 303 · 58454 Witten-Stockum
Tel. 0 23 02 / 4 00 21 77 · www.goldstueckcafe.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 • Erd-, Feuer- und Seebestattungen

Was raschelt da im Unterholz?

Umgang mit ›verwaisten‹ Rehkitzen

Es war Mitte Mai letzten Jahres irgendwo im Wald: Eigentlich sollte es nur ein kleiner Spaziergang werden. Plötzlich nehme ich in meinem toten Winkel eine Bewegung wahr. Etwas raschelt im Gestrüpp am Wegesrand. Wahrscheinlich nur ein Eichhörnchen, sage ich mir, bleibe aber kurz stehen, um mich zu vergewissern – schließlich könnten zu dieser späten Stunde auch Wildschweine oder Räuber unterwegs sein.



© Foto: Papeya65 / Pixabay

Wurde es von seiner Mutter verlassen?

Was ich sehe, lässt mir das Herz aufgehen: Ein Rehkitz steht da auf vier wackeligen Stelzenbeinen im Unterholz und schaut mich aus riesigen Augen ängstlich an. Das Bild ist an Niedlichkeit nicht zu überbieten, und ich kann mein Glück kaum fassen. Ein kleines Reh! Zum Anfassen nah! Mitten im Ruhrgebiet! Dass ich das noch erleben darf! Nachdem ich den besonderen Moment geistesgegenwärtig mit der Handykamera festgehalten habe, kommen mir jedoch Fragen und Zweifel: Warum ist das Kitz allein unterwegs? Müsste es um diese Uhrzeit nicht längst im Bett sein?

Wurde es von seiner Mutter verlassen? Wie kann ich helfen?

Ein raffinierter Überlebenstrick

Weil das Internet alles weiß, schließe ich die Handykamera und nutze Google. ›Sie haben ein Rehkitz gefunden und wissen nicht, was Sie tun sollen?‹ Ich nicke eifrig und klicke auf den Link. ›Auf jeden Fall sollten Sie Ruhe bewahren und das Junge nicht streicheln!‹ Schon klar, denke ich, denn dass man wilde Tiere nicht streicheln soll, ist ja so ziemlich das Erste, was sie einem damals im Kindergarten beigebracht haben. Ich überfliege den Text, klicke mich

weiter durch und erfahre, dass neugeborene Rehkitze in den Monaten Mai und Juni von ihren Müttern oftmals über viele Stunden allein gelassen werden – zu ihrem Schutz. Offenbar handelt es sich um einen raffinierten Trick, um Fressfeinde zu täuschen und das Überleben der Kleinen zu sichern.

In der Ruhe liegt die Kraft

Interessanterweise ist die Tragzeit von Rehen mit gut 9,5 Monaten wesentlich länger als die von Hirschen (ca. 230 Tage), dabei sollte doch an sich das um einiges größere Hirschkalb ›Bambi‹ einige Zeit mehr fürs ›Im-Bauch-Wachstum‹ benötigen als das kleine Rehkitz. Die Erklärung dafür liegt in der sogenannten ›Eiruhe‹. Während Hirsche erst Mitte Oktober / Mitte November ihre Brunftzeit ›feiern‹, paaren sich Rehe bereits im Juli und August. Bei ihnen tritt direkt nach der Befruchtung eine 4,5-monatige Keimruhe ein, das heißt, die befruchteten Eizellen entwickeln sich verzögert. Erst zum Jahresende erfolgt der Ausstoß des Wachstumshormons seitens der Ricken. Die Keimbläschen werden jetzt voll ernährt, und es kommt zu einer raschen Entwicklung der Embryonen. Ihre Entwicklung schreitet weiter voran, bis die ›Kids‹ im Mai oder Juni mit einem Durchschnittsgewicht von etwa 1,2 bis 1,5 Kilogramm das Licht der Welt erblicken. So wird durch die Eiruhe gewährleistet, dass sie – genauso wie die Hirschkalber – in der günstigsten Zeit eines jeden Jahres geboren werden.

Steuerberater

Steuerliche Beratung für

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

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

E-Mail: b.kraft@kraft-stb.de
Internet: www.kraft-stb.de

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

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

Beatrix Kraft



© Foto: RitaE / Pixabay

Perfekt getarnt

Was komisch klingt, ergibt beim Weiterlesen durchaus Sinn: In der Natur ist das Kitz mit seinem gefleckten Fell perfekt getarnt. Überdies besitzt es keinen ausgeprägten Eigengeruch. So bleibt es von Raubtieren eher unbemerkt. Die Mutter sucht ihren Nachwuchs in den ersten Lebenswochen nur auf, um ihn zu säugen. Den Rest des Tages sitzt das Kleine allein im hohen Gras. Entdeckt man beim Spaziergehen ein Rehkitz, heißt dies also noch lange nicht, dass es verwaist ist. Höchstwahrscheinlich befindet sich die Reh-Mama ganz in der Nähe. Hier ist es nicht die Aufgabe des Menschen, einzuschreiten. Im Gegenteil: Der menschliche Geruch könnte die Ricke irritieren und sie im schlimmsten Fall dauerhaft verschrecken – was einem Todesurteil für das Kitz gleichkäme. Ähnliches gilt übrigens für junge Füchse oder Feldhasen.

Was tun bei akuter Gefahr?

Anders verhält es sich, wenn ein wildes Tier verletzt oder durch landwirtschaftliche Arbeiten akut gefährdet ist. Auch in solchen Fällen sollte man aber zunächst nicht auf eigene Faust handeln, sondern, sofern es die Situation erlaubt, lieber das zuständige Forstamt, den Jäger oder die nächste Wildtierstation kontaktieren. Ich wage einen zweiten Blick – bei sicherem Abstand, versteht sich: Mein ›Findelkind‹ guckt zwar immer noch herzig ›tierisch‹, was dazu führt, dass ich es mit meinem Leben beschützen möchte. Zum Glück sieht es aber weder verletzt noch krank aus. Es sind auch keine Mähmaschinen in der Nähe. Ich muss wohl einsehen, dass meine ›Hilfe‹ hier nicht gefragt ist. Also ziehe ich mich leise zurück, hoffe das Beste und lasse der Natur ihren Lauf.

PL



© Foto: InsaPictures / Pixabay

G
GEHRING
IMMOBILIEN



MIT GEHRING IMMOBILIEN ZUM ERFOLG

Mit Gehring Immobilien stehe ich für **Zuverlässigkeit und Authentizität.**

Ganz gleich, ob Sie Ihre Immobilie bewerten lassen wollen oder über die Veräußerung Ihrer Immobilie nachdenken.

Ich stehe Ihnen als zuverlässiger Ansprechpartner zur Seite.

Gehring Immobilien

Dennis Gehring
Kranenbergstr. 83
58452 Witten

Telefon 0159 / 0610 2474

Mail: info@gehring-immobilien.com

Web: www.gehring-immobilien.com



© Foto: Sinfonisches Blasorchester Witten e.V.

Frühlingsstimmen

Das Sinfonische Blasorchester Witten lädt am 28. April zum Frühlingskonzert in den Wittener Saalbau ein. Die rund 60 Musikerinnen und Musiker von BloW haben es sich zur Aufgabe gemacht, klangstark und farbenfroh den Lenz zu verkünden. Zur Verstärkung hat sich das Orchester die Sängerin Sarah Mesenbrock aus Essen und den Sänger Christoph Ebel aus Wetter geholt. Solistisch und im Duett werden die ausgebildeten Stimmen sicher ein Highlight des Abends werden.

Und auch das Nachwuchsorchester wird mit frischem Wind klanglich den Frühling begrüßen. Geboten wird ein Repertoire von Songs aus den Bereichen Musical, Pop und Jazz, eingerahmt von klassischen Arrangements und Originalkompositionen für sinfonische Blasorchester.

Termin

28. April, 18 Uhr · Saalbau
Karten gibt es in der Central-Apotheke am Crengeldanz, in der Buchhandlung Lehmkul am Rathausplatz und im Internet unter www.blow-witten.de.



© Foto: Sergey Nivens - stock.adobe.com

Musik

Was macht Musik?

*Es kommt auf eine Sache an:
auf das Lied.*

Wobei es egal ist, ob kurz oder lang.

*Auf einem Konzert,
wo das Gefühl einmalig zu dir kehrt,
aber auch zu Hause im Bett
ist es ganz nett.*

*Sie lässt dich fühlen,
zum Gedanken abkühlen.
Mal fröhlich oder traurig,
mal glücklich oder schaurig.*

*Sie kann dich zu etwas bringen,
zum Beispiel zum Mitsingen.
Oder dir eine Stimmung geben,
jene lässt dein Herz erbeben.*

*Der Geschmack ist ganz deiner,
bestimmen kann den nämlich keiner.*

Geh in dich rein,

Tipp: Mit Musik wird's leichter sein.

Gedicht von Ben Heiler (13 Jahre)



© Foto: Matrioshka - stock.adobe.com

Eine musikalische Reise nach Frankreich

Mit einem neuen Frühjahrsprogramm lädt die vhs wieder in die Welt französischer Chansons ein. Heiteres und Melancholisches, Engagiertes und Verträumtes, altbekannte und neue Chansons werden – meist anhand von Videos und mit den Original-Interpreten – vorgestellt.

Moderator Georg Marekwica möchte Sie gern mitnehmen auf die Suche nach der französischen Seele und die Freude an der französischen Lebensart mit Ihnen teilen. Er gibt Einblicke in die Entstehung der Chansons, den Zeitgeist oder die Vita der Künstler*innen. Die Moderation der Veranstaltung findet vorwiegend in deutscher Sprache statt, Liedtexte mit Vokabelerläuterungen und Kommentaren werden verteilt.

Französischkenntnisse sind nützlich, aber nicht erforderlich. Sie können sich auch einfach an der Musik und den Videos erfreuen. Es gibt die Gelegenheit mitzusingen, dies ist aber kein Muss. Um Anmeldung wird gebeten.

Termin

Fr. 24. Mai, 18–20.15 Uhr
vhs Seminarzentrum
Holzkampstr. 7 · 58453 Witten
Gebühr: 7,00 Euro
www.vhs-wwh.de



© Foto: Michael - stock.adobe.com

›Du und ich‹

56. Wittener Tage für neue Kammermusik

Vom 3. bis zum 5. Mai geht es musikalisch wieder richtig rund in der Ruhrstadt. Haus Witten, WERK°STADT, Saalbau, Märkisches Museum ... An diversen Orten veranstaltet das Kulturforum Witten gemeinsam mit WDR 3 die beliebten ›Wittener Tage für neue Kammermusik‹. Das international renommierte Premierenfestival bietet 19 Uraufführungen und vier deutsche Erstaufführungen in 14 Konzerten.



© Foto: Wongs Bergmann

Am 3. Mai um 17 Uhr präsentiert die Internationale Ensemble Modern Akademie im ›Atelier Witten‹ brandneue Partituren von Studierenden, gekürt aus einer weltweiten Ausschreibung.

Die Ausgabe 2024 findet zum ersten Mal unter der künstlerischen Leitung von Patrick Hahn statt. Unter dem Motto ›Du und ich‹ schafft er den Rahmen für aufregende Begegnungen von Publikum und Ausführenden wie auch von verschiedenen kulturellen Einflüssen. Eine Raumkomposition von Milica Djordjevic eröffnet neben einer Tanz-Performance das Festival, gefolgt von Hannes Seidls ›Unfinished Circles‹ mit dem auf einer Drehbühne spielenden Arditti String Quartet. Marco Blaauw prägt als Solist und mit seinem Ensemble The Mono-

chrome Project das Festival mit mehreren Uraufführungen auf der Suche nach dem ›Global Breath‹. Das Ensemble Recherche spürt seine blinden Flecken im Archiv auf.

Beim Kollektiv Love.Music sprechen Stimmen von Mensch und KI miteinander, das Trio Lange/Berweck/Lorenz feiert den Synthesizer-Sound und bringt den Komponisten und Youtuber Hainbach als Special Guest mit. Das WDR Sinfonieorchester zeigt seine herausragende Klasse u. a. im neuen ›kettensprengenden‹ Orchesterwerk von Farzia Fallah. Mit zwei besonderen Bläser-Projekten mit dem Monochrome Project gehen die Wittener Tage ›nach draußen‹, in einer urbanen Komposition von Peter Jakober werden sie vom Wittener Blasorchester Blow verstärkt.

Erstmals bietet das Traditions-Event den festlichen Rahmen für die Vergabe eines neuen WDR Preises für innovative trans-traditionelle Projekte. Die Internationale Ensemble Modern Akademie präsentiert am Freitagnachmittag spannende junge Komponist*innen im Atelier Witten im Märkischen Museum. Das Wittener Labor,



© Foto: Emily Peragine

Frischlucht und Atemwechsel: Am 4. Mai (11 Uhr) dürfen wir uns auf das ›Global Breath‹-Gesprächskonzert und neue Musik u. a. von und mit George Lewis in Haus Witten freuen.

das sich an Studierende richtet und in Zusammenarbeit mit den Musikhochschulen Nordrhein-Westfalens veranstaltet wird, eröffnet mit einem Atelier-Konzert mit der Internationalen Ensemble Modern Akademie und erweitert das Angebot um Probenbesuche und Gespräche. Am Eröffnungstag, 3. Mai, sendet das WDR 3 Musikmagazin Tonart live ab 15.04 Uhr aus dem Wittener Café Leye.



© Foto: Gregory Massat

Zahlreiche Erstaufführungen von grandiosen Künstler*innen erwarten uns am 5. Mai in der WERK°STADT.

Alle Infos zu Terminen und Künstler*innen finden Sie unter: www.wittentage.de
Karten können ab sofort im Online-Shop und über die Saalbaukasse in Witten (saalbaukasse@stadt-witten.de) gebucht werden. Das Kulturradio WDR 3 überträgt das gesamte Festival live und zeitversetzt im Radio und in der WDR 3 App.

KULTUR FORUM WITTEN

03. - 05. MAI 2024

WITTENER TAGE FÜR NEUE KAMMERMUSIK

WDR 3

Musik und Poetry im Wiesenviertel

Mit zwei Veranstaltungen im April und Mai startet das Theatre Art Absurdum in die neue Saison.



Acoustic-Duo ›Anna Floyd‹

Acoustic Set von Floyd

»Auch wenn du es nicht wahrhaben willst, dein größter Feind bist du manchmal selbst«, sagt die Musikerin Anna Floyd. Am 20. April macht sie sich mit ihren Liedern auf eine Reise durch ihr Inneres und kämpft darin mit Gefühlen, Höhen und Abgründen. Die Energie aus Grunge, Punk und anderen Einflüssen der Rockgeschichte sind ihr das treffende Mittel zum Einreißen der inneren Widerstände. Ab 20 Uhr bespielt Anna Floyd als Acoustic-Duo die Bühne im Hinterhaus der Steinstraße 7.

Poetry Slam ›Kurz und Klein‹

Am 16. Mai wird das Poetry-Slam-Format ›Kurz & Klein‹ im Theatre Art Absurdum fortgesetzt. In der von der Kunstbühne



Poetry-Slam-Moderator Winfried Dittrich bei der Premiere von ›Kurz & Klein‹ im August 2023

ausgerichteten Veranstaltung präsentieren sich drei Poet*innen mit insgesamt sechs Texten, untermalt und ausgeschmückt mit musikalischen Elementen der Kunstfigur ›Moi the Pierrot‹. Durch den Abend führen wird Winfried Dittrich.

Reservierung empfohlen

Am Veranstaltungsort stehen bei beiden Veranstaltungen 20 Plätze für das Publikum zur Verfügung. Gerne darf der Besuch ein spontaner sein. Wer jedoch sichergehen möchte, dass noch ein Platz vorhanden ist, wird um eine vorherige Anmeldung über ›theatreartabsurdum@gmail.com‹ gebeten. Dank einer öffentlichen Förderung des an den Wiesenviertel e.V. angegliederten



Valo Christiansen belegte 2023 bei der Juli-Ausgabe der ›Sprechstunde‹ den 1. Platz. Für den 16. Mai ist ein Auftritt im Theatre Art Absurdum geplant.

Projektes ist der Eintritt frei. Gastronomisch begleitet Benno's Brauhaus die Abende, nebenan in der Hammerstraße 4.

Tipp: Einen Poetry Slam auf größerer Bühne gibt es übrigens am 26. Mai in der Wittenberger Stadtbibliothek. Ab 16 Uhr führt Gastgeber Markim Pause dort durch die ›Sprechstunde‹.

Theatre Art Absurdum

Steinstraße 7 · Hinterhaus
theatreartabsurdum@gmail.com
Instagram: @theatre.art.absurdum



Die ultimative Partynacht des Jahres

Egal, wie man es nennt, ob Tanz in den Mai oder Walpurgisnacht – feststeht, es ist die ultimative Partynacht des Jahres und die wohl größte Party der Stadt!

Und in der Werkstadt werden in diesem Jahr alle Türen für die Gäste geöffnet. Denn gefeiert wird auf drei Floors, und zwar zum ersten Mal mit dem großen Saal

als Mainfloor. Mit drei Musikrichtungen und jeder Menge Stimmung wird hier in



den Wonnemonat getanzt. So können sich die Besucher am 30. April auf Charts und aktuelle Beats sowie auf die größten Dance- und Disco-Classics freuen.

Tanz in den Mai

Di. 30. April · ab 21 Uhr
WERK°STADT

Karten kosten im Vorverkauf 8,00 Euro, der Eintritt an der Abendkasse beträgt 10,00 Euro. Einlass ab 18 Jahren.

BUCHtipp

aus der Redaktion

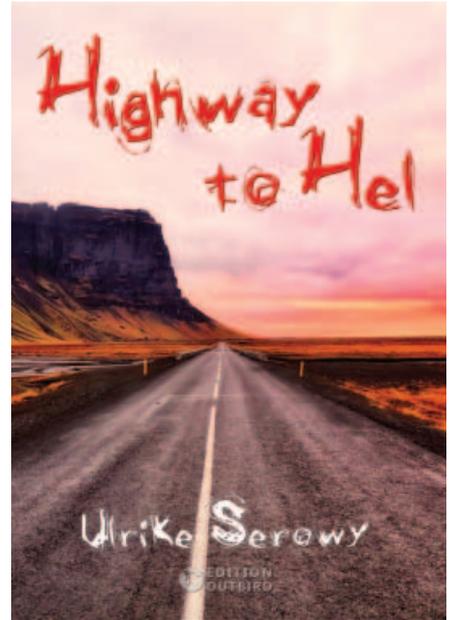
Eine skurrile Reise in die Totenwelt

Der sympathische Bummelstudent Max hat einen makabren Nebenjob: Er sieht Toten beim Totsein zu. Eines Tages gerät er in eine besonders bizarre Lage: Eine junge Frau wacht in ihrem Sarg auf, und Max ist der Einzige, der ihr helfen kann. Von da an gilt es für die beiden, ein paar lebenswichtige Fragen zu klären: Was hat Claire überhaupt in diesem Sarg zu suchen? Was ist dieser Vegvísir, der andauernd auftaucht? Und warum sollte man im Jenseits immer eine Salami zur Hand haben? Auf der Jagd nach Antworten geraten

die beiden immer wieder in skurrile Situationen und reisen von Köln über Berlin bis nach Island, wo sie bis in die Totenwelt hinabsteigen müssen, um die irgendwie untote Claire ganz zurück ins Leben zu holen.

In ihrem neuen Roman ›Highway to Hel‹, einmal mehr dem Thema Grenzgang gewidmet, schlägt die Kölnerin Ulrike Serowy eine Brücke zwischen den weltlichen Problemen ihrer Figuren und dem Helheim als Ziel einer Reise, ohne die es für Claire keine Erlösung geben würde.

Ulrike Serowy
 ›Highway to Hel‹
 Edition Outbird
 17,00 Euro



ENDLICH WIEDER DEN FERNSEHER VERSTEHEN!

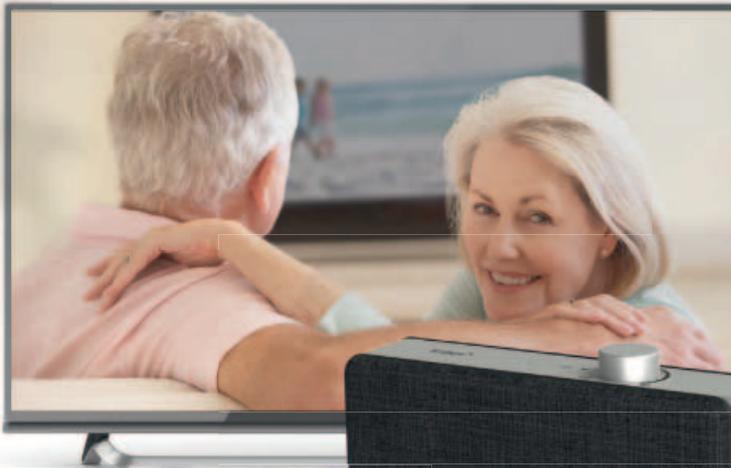
mit dem tragbaren TV-Verstärker OSCAR

faller

OSKAR tragbarer TV-Sprachverstärker

- kabellos • Einfache Handhabung
- Drei Stufen der Sprachoptimierung
- bis zu 30 Meter Reichweite
- Kopfhöreranschluss
- Hochwertiges Aluminiumgehäuse
- bis zu 16 Std. Akkubetrieb
- Geeignet für alle gängigen Fernseher

Ton des Fernsehers dort, wo Sie sitzen!



249,-

Dialoge klarer hören & leichter verstehen

Endlich wieder mit Freude Fernsehen

komfortable „Ein-Knopf“ Bedienung

innovative Technologie zur Stimmoptimierung

ENTWICKELT MIT DER AUDIO EXPERTISE VON sonoro

☆ euronics Kutsch

Dortmunder Straße 19 | 58455 Witten | Tel. 02302 1619 | www.euronics-kutsch.de
 Mo-Fr 10:00-18:30 Uhr | Sa 10:00-15:00 Uhr

Vom Dorf in die Stadt

Sie ist Feministin, Ram-pensau, Studentin, Frau und Dorfkind: Die junge, aus Niederbayern stammende Kabarettistin Teresa Reichl hat viele Gesichter. Dies zeigt sich auch in ihrem Debütprogramm ›Obacht, i kann wos!‹, wenn sie in Anlehnung an Ereignisse aus ihrem Leben Fragen aufwirft, mit denen sie andere, aber vor allem sich selbst schmerzhaft auseinandernimmt.



© Foto: Lotografie

Warum denken immer noch Leute, dass auf dem Dorf eh alle verwandt sind? Wie ist das Aufwachsen in einem 400-Seelen-Dorf, wenn alle den großen Bruder und die Eltern kennen? Was, wenn die Dorfjugend vorwiegend eines aus einem macht: eine hervorragende Lügnerin? Teresa Reichl hat das Dorfleben mit in die Stadt, die klassischen Geschlechterrollen mit in die Emanzipation genommen. Wie lebt es sich mit den verschiedenen Identitäten? Und wer hat eigentlich ein Recht, ihr irgendwas vorzuschreiben? Keiner!

Teresa Reichl

›Obacht, i kann wos!‹

19.04., 20 Uhr · WERK°STADT

Zwei wie Paprika und Pantoffel ...

Ein ungleiches Paar in einer Comedy-Show, die mit viel Aktion direkt ins Zwerchfell geht, erwartet uns am 20. April bei ›Kultur auffem Hügel‹: das Duo Diagonal.



© Foto: Olli Haas

Slawische Seele trifft auf deutschen Humor. Das Schicksal hat sie zusammengeführt: Branka, draufgängerischer Charmebolzen, wirft mit ihrer unausweichlichen Art Klischees über den Haufen und bleibt dabei ihrem Motto treu: ›Egal was Leben bringt – trink!‹ Roger, Entertainer mit einem Charisma irgendwo zwischen Gebrauchtwagenhändler und Goofy, will mit ihr den internationalen Durchbruch erreichen. Branka & Roger empfehlen: ›Erleben Sie uns jetzt, wer weiß, wie lange wir noch können!‹

Duo Diagonal

›Diesmal klappt's‹

20.04., 20 Uhr · Kultur auffem Hügel
Steinhügel 38

Dein neuer **Job** im Ruhrgebiet als
telefonischer **Kundenberater**
(m/w/d)

unbefristeter Arbeitsvertrag

Teil- / Vollzeit

Quereinstieg möglich

bis zu **1.500 €**
Startprämie

Karriere

Essen | Oberhausen | Castrop-Rauxel | Dortmund

Bewerberhotline:
0800 - 020 37 67
www.020epos.de



© Foto: Ian Budimann

Ein wilder Mix aus Stand-up und Poesie

Die zweifelhafte Welt der Amoral ist das mittlerweile dritte Solo-Programm vom Bühnen-Sonderling Andy Strauß. In einer sich von Abend zu Abend neu entwickelnden Mischung aus Stand-up, Poesie und diversen selbsterfundenen Genres lotet der Poetry Slammer, Schriftsteller und Schauspieler Grenzen aus – nur um diese im nächsten Augenblick mit einer guten Menge Humor zu sprengen. Das Publikum darf dann auch mal durch die Scherben blicken: Prismatisch ergibt sich ein völlig neuer Blick auf die Dinge – anders, bunt und in jedem Fall sehenswert.

Andy Strauß

›Die zweifelhafte Welt der Amoral‹

17.05., 20 Uhr · WERK°STADT



© Foto: Lilli Moritz / Burghöhle Bühne Dinslaken

Zwei Paare, ein Haus

Die Rotemunds – er Zahnarzt, sie Hausfrau – trennen sich von ihrem geliebten Haus, um in eine kleinere Wohnung umzuziehen. Die jungen Lindners – sie Anwältin, er Finanzberater – scheinen die idealen Nachfolger*innen zu sein. Nach der Vertragsunterzeichnung stoßen die Paare auf den Verkauf an. Dabei gerät die Konversation zusehends in Schiefelage. Als herauskommt, dass die Lindners, die doch so begeistert von der Immobilie schienen, einen Umbau der Küche planen, dem der liebevoll gepflegte Rosengarten der Rotemunds zum Opfer fallen würde, eskaliert die Situation vollends. Es beginnt eine lustvolle Schlacht der Beschimpfungen und Drohungen, die in auftrumpfenden Offenbarungen, absurden Vergleichen und schließlich sogar in slapstickartigen Handgreiflichkeiten gipfelt.

Der amerikanische Dramatiker Brian Parks hat eine hinreißend witzige Komödie über das Eskalationspotenzial geschrieben, das in einem vermeintlich harmlosen Thema wie den Eigenheimsorgen bürgerlicher Schichten steckt. Die Entgleisung aller Normen liegt hier immer direkt hinter der nächsten Biegung. Ein Fest der grotesken Übertreibung und des schwarzen Humors!

›Das Haus‹ · Komödie
31.05., 19.30 Uhr · Saalbau



© Foto: Reisegruppe Ehrenfeld

Debatten auf Fahrrad und Falthocker

Sie sind passionierte Tourenradler – und Kabarettisten! Was liegt da näher, als die gemeinsame Radreise durch Südamerika auf die Bühne zu bringen? Und so überschreitet die ›Reisegruppe Ehrenfeld‹ innovativ die Grenzen des klassischen Entertainments. Maja Lührs und Theo Vagedes präsentieren poetisch-humoristische Songs, temporeiche Choreographien und pointierte Debatten auf Fahrrad, Falthocker und im Schlafsack. Großformatige Projektionen im Hintergrund nehmen das Publikum mit an die Originalschauplätze von Lima über Patagonien bis ans Ende der Welt. Brandaktuelle politische Themen wie der Kampf um Energieversorgung, Wasserrechte und Fahrradfliegen-Kontingente treffen auf drängende Fragen wie: Ist Nescafé mit Kaffeeweißer schon ein Flat White?

Die Reisegruppe Ehrenfeld kriecht mit ihrem Tour-Kabarett ein völlig neues Genre, welches das Publikum auf spektakuläre Weise über den heimischen Tellerrand blicken lässt.

Reisegruppe Ehrenfeld:
›Das Ziel ist auch nicht die Lösung – ein Paar packt aus‹
18.04., 20 Uhr · WERK°STADT

**SENIORENHAUS
WITTEN-STOCKUM**

Zuhause - hier bei uns.

WWW.SENIORENHAUS-WITTEN-STOCKUM.DE

Wir bieten Ihnen Kurzzeitpflege (auch solitäre) & 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

12.04., 20 Uhr Saalbau
Hans Werner Otm · »Ein Irrer ist menschlich«

⊗ 13.4., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Wenn die Nachtigall singt«
 Zechen-Safari für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren



© Foto: Claudia Musikant

14.04., 17 Uhr Saalbau
La Finesse · »Farbenspiel«
 Crossover-Konzert

15.04., 19.30 Uhr Café Leye
Lesung: »Frederico Garcia Lorca«
 Literarisches Portrait von Federico Garcia Lorca als Einführung zum Theaterstück »Yerma«

18.04., 20 Uhr WERK*STADT
Reisegruppe Ehrenfeld:
»Das Ziel ist auch nicht die Lösung – ein Paar packt aus«
 Tour-Kabarett

18.-20.04. Saalbau
Naturtextiltmesse

19.04., 19.30 Uhr Café Leye
Liederabend mit Nina Nussbaum und Michael Gees

19.+20.04., je 19.30 Uhr UW/H
»Yerma« – Theaterstück

19.04., 20 Uhr WERK*STADT
Teresa Reichl: »Obacht, i kann wos!«
 Kabarett

20.04., 14 Uhr Zeche Nachtigall
»Ziegelei Dünkelberg«
 Offene Führung zur Geschichte der Ziegelei

20.04., 20 Uhr Steinhügel 38
Duo Diagonal · »Diesmal klappt's«
 Comedy bei »Kultur auf dem Hügel«

21.04., 7 Uhr Reiterhof Frielinghauser Straße
»Heimische Singvögel an der Stimme erkennen«
 Exkursion der vhs



© Foto: LWL-Museum Zeche Nachtigall

21.04., 14 Uhr Zeche Nachtigall
»Von der Zeche zur Ziegelei«
 Führung auf den Spuren der Vergangenheit

21.04., 15 Uhr Saalbau
»A Dance – Interpreted Musical Journey through Time«
 Tanz-Show

⊗ 23.04., 16 Uhr Saalbau
»Pippi Langstrumpf«
 Kindertheater ab 6 Jahren

24.04., 19.30 Uhr Café Leye
»Die Seele und die Schwellen des Menschseins: Im Sturm lernt das Herz fliegen«
 Vortrags- und Gesprächsabend mit Basilissa Jessberger

26.04., 20 Uhr Saalbau
Christian Keltermann: »IDIOTIKUM AKUT«
 Kabarett

⊗ 25.04., 16 Uhr Saalbau
»Petersson zeltet«
 Kindertheater ab 3 Jahren

25.04., 17 Uhr Berliner Platz
After-Work-Event

26.04., 20 Uhr Saalbau
Christian Keltermann: »IDIOTIKUM AKUT – Kabarett, auch politisch«

27.4., 11–14 Uhr NaWit
Pflanzentauschbörse



© Foto: Roland Baage

⊗ 27.04., 14.30 Uhr Märkisches Museum
Familien-Workshop ab 6 Jahren

⊗ 27.04., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Kohlezeit«
 Exkursion für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

28.04., 10.30 Uhr Zeche Nachtigall
»Unter-Tage-Tour«
 Führung durch das Besucherbergwerk



© Foto: Wittener Bach-Chor

27.04., 18 Uhr Haus Witten
»Schmerz und Entzücken der Liebe«
 Frühjahrskonzert des Wittener Bach-Chores

⊗ 27.04., 18 Uhr Saalbau
»Landscapes – The Power of Nature«
 Familienkonzert – mit dem Kinderorchester NRW

28.04., 14 Uhr Wittener Innenstadt
Stadtrundgang
 Tour des Stadtmarketings Witten

28.04., 18 Uhr Saalbau
»Frühlingsstimmen« · Konzert

03.05., 19.30 Uhr Café Leye
»Die Seele und die Schwellen des Menschseins: Das Herz für den Tod öffnen«
 Vortrags- und Gesprächsabend mit Basilissa Jessberger

⊗ 03.05., 21 Uhr Zeche Nachtigall
»Nachtigall und Fledermaus«
 Nachtsafari für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

03.–05.05. Verschiedene Locations
»Wittener Tage für neue Kammermusik«

04.05., 10.30 Uhr Parkplatz Nachtigallstraße
»Wildkräuter am Wegesrand«
 Exkursion der vhs

04.05., 15 Uhr Zeche Nachtigall
Große Bergwerkstour
 Rundgang durch Nachtigall- und Dünkelbergstollen

05.05., 10.30 Uhr Hohenstein
Naturführung mit allen Sinnen
 Tour des Stadtmarketings Witten

⊗ 05.05., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Natürlich Nachtigall«
 Angebot für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

Ihr Stadtmagazin liegt bei allen unseren Anzeigenkunden und vielen öffentlichen Stellen für Sie bereit!

😊 = Tipps für Kids und Familien

- 👁️ **Augenglasbestimmung**
- 👁️ **Individuelle Fassungs Auswahl**
- 👁️ **Eigene Glasherstellung**
- 👁️ **Testgleitsichtgläser in Ihren Stärken**

Öffnungszeiten:

Mo. -Fr. 12.00 - 17.00 Uhr und Sa. 10.00 - 13.00 Uhr
 Termine auch nach telefonischer Vereinbarung



seit 1946
Brillen Werksverkauf Meisterbetrieb
 Inh. Jens Matros e.K. Andreas Hake
Breite Str. 57 • 58452 Witten • Tel.: 01 71 / 17 31 313
www.brillen-joppich.de

05.05., 17 Uhr Erlöserkirche
»Alle Wege führen nach Rom«
 Vokal- und Instrumentalmusik aus dem 17. Jahrhundert

07.05., 10 Uhr Gloria
»Alles für den Grünen Daumen«
 Tour des Stadtmarketings Witten

09.–13.05. Wittener Innenstadt
Himmelfahrtskirmes



© Foto: Diana Schmidt

11.05., 14–22 Uhr Haus Witten
IVORY Open Air · Elektro-Festival

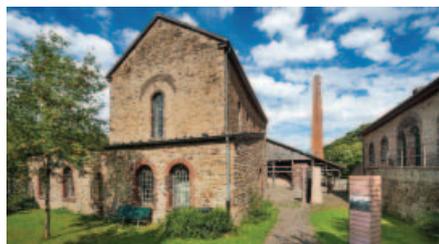
⊕ 11.05., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Schwerstarbeit unter Tage«
 Zechen-Safari für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren

11.05., 20.30 Uhr Parkplatz am Hammerteich
»Fledermäuse am Hammerteich«
 Exkursion der vhs

17.05., 20 Uhr WERK°STADT
Andy Strauß: »Die zweifelhafte Welt der Amoral«
 Stand-up & Poesie

18.05., 11 Uhr Parkplatz Nachtigallstraße
»Unter-Tage-Tour XXL«
 Tour des Stadtmarketings Witten

18.05., 14 Uhr Zeche Nachtigall
»Ziegelei Dünkelberg«
 Offene Führung zur Geschichte der Ziegelei



© Foto: LWL-Museum Zeche Nachtigall

19.05., 10–18 Uhr Zeche Nachtigall
Internationaler Museumstag

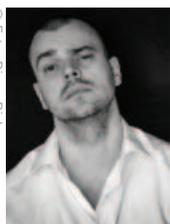
19.05., 14 Uhr Zeche Nachtigall
»Von der Zeche zur Ziegelei«
 Führung auf den Spuren der Vergangenheit

19.05., 14 Uhr Helenenturm
Turmbesichtigung
 Tour des Stadtmarketings Witten

22.05., 15–18 Uhr Saalbau
Pop-up Ideenwerkstatt

23.05., 10 Uhr Amazon
»Gut sortiert in Witten«
 Tour des Stadtmarketings Witten

24.05., 18 Uhr vhs Seminarzentrum
»Eine musikalische Reise nach Frankreich«
 Chansonabend



24.05., 20 Uhr WERK°STADT
Nikita Miller:
»Pelmeni sind auch nur Maultaschen«
 Comedy

25.05., 11 Uhr Bethaus der Bergleute
»Auf den Spuren der Kohle«
 Tour des Stadtmarketings Witten

⊕ 25.05., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Kohlezeit«
 Exkursion für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

26.05., 16 Uhr WERK°STADT
»Sprechstunde Witten« · Poetry Slam

30.04., 21 Uhr WERK°STADT
Tanz in den Mai

31.05., 19.30 Uhr Saalbau
»Das Haus« · Komödie

01.06., 18–02 Uhr Zeche Nachtigall
»Extraschicht«
 Die lange Nacht der Industriekultur

01.06., 20 Uhr Saalbau
Jürgen B. Hausmann: »Dat is e Ding!«
 Kabarett

⊕ 02.06., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Natürlich Nachtigall«
 Angebot für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

02.06., 16.30 Uhr Saalbau
»Kino im Ohr... mit Männerchor!«
 Konzert

⊕ 04.06., 16 Uhr Saalbau
»WOODWALKERS – Carags Verwandlung«
 Abenteuerstück für Kinder ab 8 Jahren



© Foto: Thilo Bau

07.06., 20 Uhr Saalbau
»Blaues Rauschen Festival«
 Festival für Digitale Soundexperimente, Elektronische Musik, Performance, Tanz und Installation

⊕ 07.06., 21.30 Uhr Zeche Nachtigall
»Nachtigall und Fledermaus«
 Nachtsafari für Erwachsene und Kinder ab 10 Jahren

⊕ 08.06., 14 Uhr Zeche Nachtigall
»Unter Tage-Tour kurz und kompakt«
 Führung durch das Besucherbergwerk für Erwachsene und Kinder ab 8 Jahren

⊕ 08.06., 15 Uhr Zeche Nachtigall
»Lebensraum Wasser – Tiere am Teich und an der Ruhr«
 Zechen-Safari für Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren

09.06., 11–16 Uhr Zeche Nachtigall
Tag der Gärten und Parks

09.06., 15 Uhr Saalbau
Ballettmatinee

Wissen · Vorträge · Seminare

10.06., 20 Uhr Haus Witten
»Verrückte Welt! Wie umgehen mit Krisen und Veränderungen unserer Zeit«
 Bürgeruni von vhs und UW/H

16.04., 17 Uhr vhs Seminarzentrum
»Energie sparen im Alltag«
 Vortrag

17.04., 19 Uhr LWL-Museum Zeche Nachtigall
»Heimische Singvögel an der Stimme erkennen«
 Bildvortrag von vhs und NaWit

25.04., 20 Uhr Haus Witten
»Wie verändert künstliche Intelligenz unsere Wirtschaft?«
 Bürgeruni von vhs und UW/H

11.05., 10 Uhr Biologische Station (NAWIT)
»Mähen mit der Handsense«
 vhs-Kurs für Einsteiger*innen

16.05., 17 Uhr vhs Seminarzentrum
»Selbstbestimmt vorsorgen für Krankheit und Alter«
 Vortrag

16.05., 20 Uhr Haus Witten
»Gentherapie: Zukunftsvision und Realität«
 Bürgeruni von vhs und UW/H



Heinrich Mühlenbroich Immobilien

www.muehlenbroich.com, Tel. 02302 1719218
 immobilien@muehlenbroich.com

Mit Kompetenz und Expertise zum Erfolg ...

Sudoku

einfach

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

schwierig

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

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

Sudoku einfach
aus Ausgabe 149

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

Sudoku schwierig
Auflösung aus Ausgabe 149

Bilden Sie aus folgenden Buchstaben ein Wort:

N	R	O
G	E	T
R	T	A

Auflösung
aus Ausgabe 149:
MOTORRAD

Wenn scheinbar zwei dasselbe sagen

Dasselbe sprach der Kapitän, vom Chef der Reederei befragt, was für das Unglück denn der Grund gewesen sei, wie der Leander auf die Frage seines Vaters Bernd: »Was hast du heute im Gitarrenunterricht gelernt?«
»EIN RIFF.«

Dasselbe sprach ein schwer belad'ner Pizzalieferant zu einem Kind, das ihm im Hauseingang im Wege stand, wie jener Hundehalter, dessen Tier, brav und geübt, sich daraufhin in die gewünschte Position begibt:
»MACH PLATZ!«

Dasselbe sagt Susann zu Walter, der auf zünft'ge Art im Bett den Rücken ihr massiert, was er schon häufig tat, wie Heinz zu Fritz, der eine eig'ne Website hat erstellt, und fragt, was die noch bräuchte, damit sie dem Heinz gefällt:
»MEHR LINKS!«



SOVD Wir lassen Sie nicht allein!

Sozialberatungszentrum

SoVD NRW e. V.

SBZ Witten

Pferdebachstr. 11
58455 Witten

Telefon: 02302 12858

Fax: 02302 82516

witten-ennepe-ruhr@sovd-nrw.de

www.sovd-witten.de

Sie erreichen uns telefonisch

Mo.–Do. 9–13 Uhr

und 14–16 Uhr

Fr. 9–13 Uhr

Beratungen finden nur nach vorheriger telefonischer Terminabsprache statt.

Wir beraten und vertreten Sie in sozialrechtlichen Angelegenheiten wie Rente, Hartz IV, Behinderung, Kranken- und Pflegeversicherung.

Wir kämpfen auf allen politischen Ebenen für die Rechte von Rentnern, gesetzlich Krankenversicherten, pflegebedürftigen und behinderten Menschen

Wir informieren über alle gesetzlichen Neuregelungen im Sozialbereich durch Vorträge, Broschüren, Sozial-Infos, Web-TV, Homepage und Mitgliederzeitung

Wir bieten Vergünstigungen bei unseren Kooperationspartnern bei Vorlage Ihres Mitgliedsausweises

Wir veranstalten Vorträge, Feste und Ausflüge für unsere Mitglieder vor Ort und betreiben eine Begegnungsstätte für Senioren

Werden Sie Mitglied in der größten Sozialorganisation Wittens!

Aus dem Buch

»Komischer Poet –

Sprachspielschäden aus fünf Dekaden»

vom Musikkabarettisten

Christian Hirdes

ISBN 978-375836-443-3



SCHENKE LEBEN,
SPENDE BLUT.

SPENDE
BLUT 
BEIM ROTEN KREUZ

www.DRK.de 0800 11 949 11

IN WITTEN LEBEN, BEI UNS *wohnen!*



Sprechen Sie uns an!

www.sgw-witten.de
www.witten-sued.de
www.wwo-witten.de
www.saw.nrw
www.witten-mitte.de

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
Tel. 0 23 02 2 81 43-0



Glasfaser ohne Wenn und Aber!

Wir sind das Glasfaserunternehmen für den Westen



Ein Glasfaseranschluss bringt Ihr Zuhause technologisch auf den neusten Stand und steigert den Wert Ihrer Immobilie nachhaltig.

Sichern Sie sich jetzt noch bis zum 30. April kostenlos Ihren Glasfaseranschluss in Rüdinghausen, bis zum 31. Mai in Stockum und bis zum 31. Juli in Witten Mitte (Nord/Süd).

Die Außendienstmitarbeiter/innen beraten Sie gern persönlich zu allen Fragen rund um den Breitbandausbau. Vereinbaren Sie einfach Ihren persönlichen Beratungstermin:

Tel. 0 26 32 / 93 20 99

E-Mail: witteninfo@glasfasernetzenrw.de

Oder registrieren Sie sich direkt kostenlos für die Anbindung Ihrer Immobilie(n) unter:

witten-stadtmagazin.eonglasfaser.net

eonglasfaser.net