

StadtMagazin

Castrop-Rauxel

Juli / August 2026

Poolparty mit frischen Fröchtchen

Sommerzeit im Kinder- und Jugendtreff Agora



Interview mit dem »Ex«

»Was ich gemacht habe, habe ich gerne gemacht«



(Fast) wie früher

Nachhaltiger Grillgenuss



Faszinierende Unterwasserwelten

TaucherInnen entdecken unbekannte Sphären

Haus am Ginsterweg
Alten- und Pflegeheim

Evangelisches
Johanneswerk



**Bunt wie das Leben
das Team Haus am Ginsterweg**

Haus am Ginsterweg

Ginsterweg 31
44577 Castrop-Rauxel
02305/9234010
hag@johanneswerk.de
www.johanneswerk.de/ginsterweg

aa **AUTO DIENST**

DIE MARKEN-
WERKSTATT

WIR KAUFEN IHR AUTO!!!

KEIN AUTOVERKAUF OHNE UNSER ANGEBOT!



**Gebraucht-
wagenkauf und
-verkauf ist
Vertrauens-
sache!**

**DER RICHTIGE PARTNER
FÜR GEBRAUCHTFAHRZEUGE**



KAMPE

AUTOHAUS BERNHARD KAMPE

Herner Str. 135 · 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 - 44 07 30 · Fax 0 23 05 - 44 07 32
verkauf@autohaus-kampe.de

Bestattungen Friedrich
Inhaber: Carsten & Sebastian Laatsch



- » Erd-, Feuer- und See-
Bestattungen
- » Überführungen im
In- & Ausland
- » eigene Trauerhalle
- » eigene Abschiedsräume

Telefon 0 23 05 . 7 64 63

Von Mensch zu Mensch - Jederzeit für Sie da!

Am Markt 8 | 44575 Castrop-Rauxel | www.friedrich-bestattungen.de



Das Stadtmagazin
bei Facebook

Ein Magazin nur für Sie

»Nur einen einzigen Schritt kostet es dich, diesen Sommer zu erleben. Geh' hinaus und schon bist du mittendrin in diesem Sommer!«

Irina Rauthmann (*1958), deutsche Aphoristikerin und Lyrikerin



Axel Sieling
Verlagsleitung



Antje Dittrich
Redaktionsleitung

Liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer ist da – und mit ihm die Zeit, in der Castrop-Rauxel seine ganz besondere Lebensqualität zeigt. Überall laden grüne Oasen dazu ein, den Alltag für einen Moment hinter sich zu lassen. Die Natur rund um unsere Stadt schenkt uns Erholung direkt vor der Haustür. Gerade jetzt wird deutlich, wie wertvoll diese Landschaften sind – als Treffpunkt, Rückzugsort und Quelle neuer Energie.

Zum Sommer gehört aber auch ein Ritual, das Menschen zusammenbringt: das Grillen. Dabei geht es längst nicht mehr nur um Würstchen und Steaks. Frisches Gemüse aus der Region, kreative Beilagen und vegetarische Spezialitäten bereichern heute viele Grillabende und zeigen, wie vielfältig Genuss sein kann. Vielleicht ist genau das die schönste Seite dieser Jahreszeit: Sie lädt uns ein, gemeinsam Zeit zu verbringen, miteinander ins Gespräch zu kommen und die kleinen Momente zu genießen. Ein lauer Sommerabend, das Lachen guter Freunde und ein gedeckter Tisch unter freiem Himmel erinnern uns daran, dass Glück oft ganz unkompliziert ist.

Glücklich machen uns auch die zahlreichen Events für Groß und Klein, die im Rahmen des hundertjährigen Bestehens der Stadt ein außergewöhnliches Flair mit sich bringen. Auch diese Ausgabe unseres Stadtmagazins möchte Sie inspirieren, Castrop-Rauxel neu zu entdecken.

Freuen Sie sich auf spannende Geschichten, interessante Menschen und Anregungen, wie Sie die Sommermonate in unserer Stadt in vollen Zügen genießen können. Wir wünschen Ihnen viele sonnige Tage, unvergessliche Begegnungen und einen Sommer voller schöner Augenblicke. Genießen Sie die Natur, die Gemeinschaft und alles, was unsere Heimat so lebenswert macht.

Ihr Stadtmagazin-Team
Axel Sieling

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 (verantwortl.), Antje Dittrich,
Pia Lüddecke, Christian Hirdes

Anzeigen:

E-Mail: axelsieling@stadtmag.de
(gültige Anzeigenpreisliste 2025)

Satz und Layout:

Selisky Design
Stahlbaustraße 8 · 44577 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 / 35 80 30 · E-Mail: info@selisky.de · www.selisky.de

Druck:

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

Titelbild:

Kinder- und Jugendtreff Agora © Foto: Stadtmagazin
Johannes Beisenherz © Foto: Stadtmagazin
Grill © Foto: New Africa - stock.adobe.com
Taucher © Foto: TCR e.V.

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 Verlags. Für unverlangt eingesandte 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 22. September.
Redaktionsschluss ist am
8. September.

Lymph- Kompressions- versorgung mit VenoTrain curaflow



Sanitätshaus
Orthopädietechnik
Rehatechnik

Gesundheitshaus
Witzler

Hugostr. 8a
44579 Castrop-Rauxel

Tel. 0 23 05 / 89 02 63

www.gesundheitshaus-witzler.de





© Foto: Johannes Beisenherz

6



© Foto: Stadlarchiv Castrop-Rauxel

9



© Foto: Stadt Castrop-Rauxel

12

Inhalt

Interview mit dem ›Ex‹ »Was ich gemacht habe, habe ich gerne gemacht«	6
CASTROPIADE 5.0 steht im Zeichen der American Sports	8
Feuerwehr hautnah	8
Parkbad Süd war die ›gute Stube‹ der Stadt.	9
100 Kilometer für 100 Jahre	9
Poolparty mit frischen Früchtchen Sommerzeit im Kinder- und Jugendtreff Agora	10
›100 Spielideen für 100 Jahre Castrop‹	12
Spannendes Ferienprogramm im Freilichtmuseum LWL Hagen.	13
Buchtipps für Kids	14
Barfuß durch das Outback Buchpremiere in der Leselust	15
NICOCYL® produziert ergonomische Bodenplatten für Industrie und Handwerk	16
Hilfreiche Antworten auf wichtige Fragen zu Steuern.	17
Trinkwasser sparen!	18
Achtung vor Gartenpflanzen	19
»Extrem komplizierte Brüche reizen mich besonders!«	20
Reiseapotheke · Tipp	21
(Fast) wie früher Nachhaltiger Grillgenuss	22



Meine Leistungen in Kurzübersicht:

- Finanz- und Lohnbuchhaltung mit DATEV
Unternehmen online
 - Erstellung von Jahresabschlüssen
 - Ausarbeitung Ihrer Steuererklärungen
- Betreuung und Abwicklung von Betriebsprüfungen
 - Beratungsleistungen

WortReiz · Rätsel für Wort- und Ortskundige.	24
Vorsorgeordner bringt Licht ins Dunkel.	25
Faszinierende Unterwasserwelten Zu Gast bei Kraken und Korallen.	26
Dies & Das.	28
Termine: Hier ist was los!	30
Rätselspaß.	31

26



© Foto: TCR



© Foto: AQK/colourbox/hfr

19



© Foto: Michael Trötschel / DLRG

28

Alle Arbeiten rund ums Dach



Flechdach
Ziegeldach
Metaldach
Fassadenbau
Reparaturen

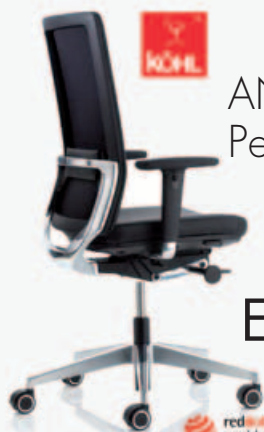
Qualität schafft Vertrauen

Hans-Joachim Drath
Dachdeckermeister • Klempnermeister
Am Förderturm 4 • 44575 Castrop-Rauxel
info@dachdecker-drath.de

www.dachdecker-drath.de



0 23 05 / 4 28 10



ANTEO ALU
Perfekt sitzen ...

... mit Ihrem
Ergonomie-Coach

red dot 21
world of design

BÜRO FRITZ
Moderne Bürosysteme

Digitale- / Farb- / Kopier- und Drucksysteme • Telefax • EDV
Medientechnik • Büromöbel • Bürobedarf
Eigene Werkstatt für Bürotechnik

Manfred Fritz GmbH
Haselweg 39
44575 Castrop-Rauxel

Telefon 0 23 05 / 1 47 76
Telefax 0 23 05 / 1 40 28

SHARP BÜROPRINT



www.buero-fritz.de
info@buero-fritz.de

Interview mit dem »Ex«

»Was ich gemacht habe, habe ich gerne gemacht«

In diesem Jahr wird Castrop-Rauxel 100 Jahre alt. Wir sprechen mit Menschen, die das Schicksal der Stadt geprägt und begleitet haben. Den Anfang macht: Johannes Beisenherz. Zwar war er nicht 100 Jahre Bürgermeister, aber man kann ihn durchaus als Jahrhundertbürgermeister bezeichnen. Jedenfalls sorgte er mit seinem legendären Auftritt als Queen Elizabeth für ein echtes Highlight in der Stadtgeschichte 😊

Name: Johannes Beisenherz

Alter: 76

Geburtsort: Castrop-Rauxel

Beruf: Bürgermeister im Ruhestand

Familienstand: verheiratet, zwei erwachsene Söhne

Erinnern Sie sich noch daran, was Sie als Kind werden wollten?

Nö. Meine Eltern hätten gerne gehabt, wenn ich nach der Zehnten abgegangen wäre, um bei der Sparkasse anzufangen. Ich hatte sogar schon den Einstellungstest bestanden und musste nur noch den Lehrvertrag unterschreiben. In letzter Minute überzeugte uns eine Lehrperson vom ASG, dass ich auf der Schule bleiben und Abi machen soll. Danach schwankte ich zwischen zwei Berufen: Lehrer und Journalist. Mir wurde aber schnell klar, dass man als Journalist Vitamin B braucht, um in

bestimmte größere Redaktionen zu kommen. Also schrieb ich mich gemeinsam mit meiner jetzigen Frau, die ich schon zur Oberstufenzeit kennengelernt hatte, für ein Lehramtsstudium an der Ruhruni Bochum ein. Sie wählte Französisch und Theologie, ich Deutsch und Theologie. Und ich war mit dieser Entscheidung überhaupt nicht unglücklich.

Was hat Sie im Erwachsenenalter dazu bewogen, sich politisch zu engagieren?

Das kann ich konkret beantworten: der Bundestagswahlkampf von Willy Brandt 1969. So kam ich zur SPD. Auch das Geschehen rund um die APO, die außerparlamentarische Opposition, hat mich sehr gefesselt: zu sehen, dass man durch Protest etwas bewegen kann. Wir haben damals auch an Demos im Umfeld der Universität teilgenommen.

Welchen Rat würden Sie Ihrem jüngeren Ich vor dem ersten Amtstag geben?

Nimm dir die Zeit, in deine Rolle hineinzuwachsen! Und lass dich von guten Leuten beraten, die lange im Geschäft sind! Das Bürgermeisteramt ist ein Amt, das große Freude bereitet und Verbindung zu den Menschen herstellt. Es strahlt aber auch eine gewisse Bürde aus und fordert Entscheidungen ein. Als ich anfang, hatte ich eine erfahrene Sekretärin an meiner Seite, die mich sehr unterstützt hat.

Ihr witzigstes Erlebnis als Bürgermeister:

Mein Auftritt als Queen Elizabeth im Zuge einer WDR-Aktion! Wir sollten eine historische Szene aus den 50ern nachspielen. Damals waren Schwäne von der Themse als Geschenk in den Stadtpark gebracht worden. Das WLT hat mich also als Queen verkleidet. Begleitet von einer königlichen Garde mit Fellmützen wurde ich vom Bürgerhaus zum Marktplatz kutschiert, wo ich eine Ansprache hielt. Mir hat es einen Riesenspaß gemacht – und die Leute hatten noch wochenlang danach ihre Freude.



Bürgermeister a.D. Johannes Beisenherz in seinem Garten

© Foto: Stadtmagazin

Was war das absurdeste Anliegen, das je auf Ihrem Schreibtisch gelandet ist?

Einmal kam eine verzweifelte Frau in meine Sprechstunde, die mich darum bat, ihr einen Partner zu besorgen. Ernsthaft!

Wie ruhig gestaltet sich Ihr Ruhestand?

Nach elf Jahren als Bürgermeister kann man nicht von Hundert auf Null gehen. Da verblödet man. Ich wollte mich engagieren. Und das habe ich dann auch getan – im Rahmen von Sprachkursen für Migranten, Jobcoachings, in der Bürgerstiftung AGORA, im Tierschutz und beim DRK. Als Standesbeamter führe ich nach wie vor sporadisch Trauungen durch. Den Rest der Zeit verbringe ich mit Gartenarbeit oder mit unserem Hund Willy, der mir beigebracht hat, dass man unterwegs nicht mit dem Handy telefoniert.



© Foto: Johannes Beisenherz

So gern er auf Reisen geht, zieht es ihn doch immer wieder in die Heimat zurück.



Unvergessen: der Auftritt als Queen Elizabeth

© Foto: Johannes Beisenherz



Auch als Bergmann war er schon unterwegs ...

Das klingt ja fast schon ein bisschen stressig. Haben Sie denn nie frei?

Oh doch, ich spiele jeden Sonntag mit meinem Bruder Tennis. Einmal im Jahr steht ein großer Familienurlaub auf dem Programm, dann treffen wir uns alle in Holland oder im Allgäu. Zusammen mit meiner Frau habe ich u. a. drei schöne Kreuzfahrten und einige Fernreisen unternommen. Außerdem besuchen wir regelmäßig Theaterstücke des WLT, Kabarettveranstaltungen im Spiegelzelt Dortmund und Konzerte.

Haben Sie eine Lieblingsband?

Ich mag alles im Rock- und Popbereich, am besten aus den 60ern, 70ern und 80ern, und habe schon viele große Künstler live gesehen, von Lionel Richie über Bryan Adams, Phil Collins und Sting bis hin zu Jennifer Rush.

Lieblingsfilm: ›Dirty Dancing‹ fand ich toll. Oder ›Zur Sache, Schätzchen‹ mit der jungen Uschi Glas. Ansonsten bin ich ein Krimi-Fan.

Lieblingssessen: Taxi-Teller

Das Ruhrgebiet ist ...

... ein Schmelztiegel, wo Menschen unterschiedlichster Kulturen zusammen viel geschaffen haben. Durch den Wandel von Industrie und Umwelt wird das Ruhrgebiet heute nicht mehr als Kohlerevier wahrgenommen, sondern als Anziehungspunkt für Touristen. Es ist wirklich meine Heimat – ich habe mich nie veranlasst gesehen, woanders hinzuziehen.

Was macht Ihnen Angst?

Angst habe ich nicht. Es gibt jedoch Dinge, die mir Sorge bereiten, gerade im Hinblick

auf meine Kinder und Enkelkinder. Ich meine nicht nur die AfD, sondern die gesamte geopolitische Situation. Wenn ich in die USA schaue, packt mich das kalte Grausen. Ähnliche Entwicklungen, wenn auch in abgeschwächter Form, sind in

Ländern wie Italien und Frankreich zu beobachten. Ein weiteres Ärgernis ist der Umgang in den sozialen Medien. Da entwickelt sich eine Art der verbalen Unkultur bis hin zu Pöbeleien und Hetze, die mich sehr besorgt.

Was macht Sie glücklich?

Meine Familie mit Frau und Kindern. Und dass ich in der Lage bin, meinen Interessen und Hobbys nachzugehen.

Mit welchem Promi würden Sie gern mal einen Kaffee trinken gehen?

Meinen Neffen Micky treffe ich regelmäßig, da brauche ich keinen Kaffee. Wenn er noch leben würde: Uwe Seeler.

Gibt es etwas, das Sie bereuen?

Kann ich nicht sagen. Was ich gemacht habe, habe ich gerne gemacht. Vielleicht war nicht alles perfekt – aber wenn ich einen Fehler bemerkt habe, habe ich immer versucht, ihn wieder auszubügeln.

Wenn Sie einen Wunsch frei hätten ...

... würde ich mir wünschen, noch einige Jahre gesund und munter und agil zu sein. Und dass mir meine Familie erhalten bleibt!



Immer an seiner Seite: Hund Willy.

© Foto: Johannes Beisenherz

© Foto: Stadtmagazin

Stars & Stripes

CASTROPIADE 5.0 steht im Zeichen der American Sports

Wenn diese ›Gladiatoren‹ das Spielfeld betreten, vibriert der Boden ... American Sports wie Football oder Baseball stehen für Energie, Entertainment und große Emotionen. So könnte auch am 5. September die Erde beben, wenn sich der Marktplatz bei der Castropiade 5.0 unter dem Motto ›Let's sport and party‹ in eine pulsierende Wettkampfarena verwandelt.

Die fünfte Auflage des Spektakels wartet mit jeder Menge Action, Mitmach-events und einem grandiosen Bühnenprogramm in echter Stars-and-Stripes-Manier auf – bei freiem Eintritt. Im Zentrum steht wie immer die Team-Challenge: In verschiedenen Disziplinen im Stil von ›Spiel ohne Grenzen‹ wetten Mannschaften um den begehrten Titel ›Castroper Dreamteam 2026‹. Rund um die Wettbewerbe gibt es spektakuläre Show-Acts und Trendsportarten zum Ausprobieren. Diese stehen in diesem Jahr ganz im Zeichen der American Sports, von American Football, Baseball und 3x3-Basketball über das weniger bekannte Flagfootball (die familienfreundliche American-Football-Variante) bis hin zum Cheerleading.

Bei einem Charity-Projekt zum Mitmachen treten Besucher und Besucherinnen kräftig in die Pedale: Jeder Kilometer zählt und kommt als Spende einem guten Zweck zugute. »Unter anderem unterstützen wir großartige lokale Initiativen wie Lenis Garten e. V. und CRIDS e. V.«, verrät Veranstaltungsmanagerin Vanessa Schulz. Abgerundet



© Foto: Vanessa Schulz

wird das Programm durch Live-Bands, Dance-Performances und Streetfood. »Das Tanz.Werk Castrop-Rauxel ist wieder dabei, ebenso die Bands vom Spar-kassen Clubraum Contest: ›Bärte mit Mädchen‹, ›Dreams Don't Sleep‹ und ›GAP‹. Außerdem spielt die großartige Knastband ›In and Outs‹. Am Abend nach der Siegerehrung klingt das Event dann mit einer Open-Air-Party aus. Um

den perfekten Sound kümmert sich DJ Azon – frisch zurückgekehrt von der Mainstage des Parookaville-Festivals.

CASTROPIADE 5.0

05.09., 14–22 Uhr · Altstadtmarkt
Ausführliche Infos zum Programm
und Teilnahmebedingungen:
www.castropiade.de

Feuerwehr hautnah

Was passiert, wenn's brennt? Wie hoch ist eine Drehleiter? Und wie schwer ist es, mit einem Wasserschlauch auf eine Torwand zu zielen? Dies und anderes erfahren große und kleine Leute beim ›Tag der Feuerwehr‹ am 12. September auf dem Altstadtmarkt.

Neben vielen Highlights zum Schauen und Staunen können sich alle auf tolle Mitmach-Angebote und Informationen zum Neubau der Hauptwache freuen.



© Foto: Stadt Castrop-Rauxel

Im Mittelpunkt des Spektakels stehen die fünf Löschzüge der Freiwilligen Feuerwehr, die hauptamtliche Wache, der Rettungsdienst und die Jugendfeuerwehr. Darüber hinaus beteiligen sich aber auch weitere Hilfsorganisationen am Programm.

Von 11 bis 18 Uhr werden mehrere Einsatzfahrzeuge auf dem Marktplatz parken. Dabei wird die große neue Drehleiter nicht zu übersehen sein. Ansprechpartner der hauptamtlichen Wache und des Rettungsdienstes stehen parat und zeigen ihre Aufgaben und Ausstattung. Auch die Freiwillige Feuerwehr ist mit

ihren Jugendfeuerwehren vor Ort und gibt Einblicke in ihre ehrenamtliche Arbeit. Wer selbst aktiv werden möchte, kann einfache Einsatzübungen von der Defibrillator-Schulung bis zum Training an der Spritzwand mitmachen. Abgerundet wird der Tag durch Getränke, Imbisse und Unterhaltung.

Tag der Feuerwehr

12.09., 11–18 Uhr · Altstadtmarkt
Kostenfrei
www.castrop-rauxel.de/feuerwehr

Parkbad Süd war die ›gute Stube‹ der Stadt

Nicht nur die Stadt Castrop-Rauxel wird in diesem Jahr hundert, auch das altehrwürdige Parkbad Süd hat Grund zu feiern. Der Verein ›Hände weg vom Stadtgarten Castrop!‹ e. V. lädt daher am 13. September – dem Tag des Offenen Denkmals – zu einem Exkurs in die Vergangenheit ein.

Im September 1926 öffnete das Parkbad Süd in Castrop-Rauxel erstmals seine Pforten. 1995 wurden das inzwischen geschlossene Schwimmbad und der umgebende Stadtgarten zum Bau- und Gartendenkmal erklärt. Am europaweiten Tag des Offenen Denkmals 2026 präsentiert der aus einer Bürgerinitiative entstandene Verein die Geschichte der bis heute beliebten Grünanlage: Gäste erwartet eine Ausstellung mit historischen Fotografien, Filmen und Infomaterialien. Gezeigt werden beispielsweise Originalaufzeichnungen, die vor hundert Jahren den Bau des Parkbades und des Stadtgartens als ›gute Stube‹ der neugegründeten Stadt Castrop-Rauxel beschreiben.

Insbesondere die Erinnerungen des damals zuständigen Stadtbaurats Peter Schmitz (1878–1953) bieten spannende Einblicke in Ziele, die die Stadtväter in einer Zeit großer Krisen und Unsicherheiten zur Errichtung des Areals bewegten. Professionelle und private Fotografien dokumentieren den Badebetrieb, die Zeit der Stilllegung, die Baustelle und das Parkbad als pulsierenden Veranstaltungsort mit einladender Gastronomie. Filme zur Geschichte von engagierten Heimatfilmern sowie von der Stadtverwaltung beauftragte Imagefilme werden anlässlich des runden Jubiläums ebenfalls zu sehen sein.



© Foto: Stadtarchiv Castrop-Rauxel

100 Jahre Parkbad Süd / Tag des Offenen Denkmals

13.09. · Am Stadtgarten 20 · kostenfrei
www.parkbad-sued-castrop.de/verein

100 Kilometer für 100 Jahre

An Geburtstagen schneidet der gemeine Durchschnittsbürger die Torte an – Anhänger des Allgemeinen Deutschen Fahrrad Clubs (ADFC) schwingen sich aufs Rad. Unter dem Motto ›100 Kilometer für 100 Jahre Castrop-Rauxel‹ geht es durch den Osten, Westen, Norden und Süden der Stadt und die angrenzenden Ortsteile.

Rund 25 Kilometer je Strecke liegen vor den Teilnehmenden. Die kostenfreien Touren mit Bezug zum Stadtjubiläum werden unter der fachkundigen Leitung des ADFC durchgeführt und führen an markanten Punkten in den jeweiligen Ortsteilen vorbei. Die Ausfahrt am 17. September ist gleichzeitig als Sommertour des Bürgermeisters ausgewiesen.



© Foto: ADFC Castrop-Rauxel

Falls Sie also Lust haben, die Sahnetorte stehen zu lassen und stattdessen in die Pedale zu treten, können Sie jetzt schon mal Ihre Kette ölen. Und melden Sie sich rechtzeitig an – bei den Touren am 15., 16. und 18. September sind die Teilnehmerzahlen auf 25 Personen begrenzt. Für alle, die es nicht erwarten können, empfehlen wir zusätzlich die ADFC-Tour ›Auf zum Schloss Cappenberg‹ (60 km) am 23. August.

›Das Castrop-Rauxeler Quartett:

100 Jahre Castrop-Rauxel – 100 km radeln

15.09., 15 Uhr · C-R Osten

Start: Grünanlage Westheide/Talstraße im Zentrum von Dingen

16.09., 15 Uhr · C-R Westen

Start: Stadtmittelpunkt, Europaplatz

17.09., 15 Uhr · C-R Norden

Start: Emscherland Platz zwischen Wartburgstraße und Sprung über die Emscher

18.09., 16 Uhr · C-R Süden

Start: Erinpark/Förderturm, Erinstraße 9

Anmeldung: castrop-rauxel@adfc-kvire.de

›Auf zum Schloss Cappenberg‹

Tagestour mit dem ADFC

23.08., 10–17 Uhr · Berliner Platz

Infos & Anmeldung: castrop-rauxel.adfc.de

Poolparty mit frischen Früchtchen

Sommerzeit im Kinder- und Jugendtreff Agora

Sommer, Sonne, 30 Grad. Wenn die Großen über die Hitze klagen, geht die ›Party‹ im Kinder- und Jugendtreff Agora erst richtig los. Auf dem Gelände an der Zechenstraße 2a in Ickern stehen mehrere Planschbecken bereit. Knirpse in Badesachen springen durchs Wasser, und auch die Betreuerinnen stecken gerne mal ihren Zeh ins kühle Nass.



Erfrischung gefällig? Antonia, Emma, Nele, Merle und Emi freuen sich über das kühle Nass. Und auch die Großen Thimm Strangfeld (hi. li.), Sarah Brandt (mi.) und Ines Carralero y Martinez (hi. re.) stecken gerne mal ihren Zeh in den Pool.

Heute bleibt der Ofen aus

Nebenan im Gruppenraum sind einige Mädchen damit beschäftigt, Äpfel, Bananen und Wassermelone in mundgerechte Stücke zu schneiden. So lässt es sich leben! »Eigentlich steht heute das Kinderkochen auf dem Programm«, erzählt Fachkraft Sarah Brandt, die das wöchentliche Angebot plant und beaufsichtigt. Immer dienstags von 16 bis 18 Uhr bereiten die jungen Gäste gemeinsam abwechslungsreiche Gerichte zu. Wegen der hochsommerlichen Temperaturen bleibt der Ofen aber diesmal aus. »Stattdessen machen wir eine große Obstplatte. Die klein geschnibbelten Früchte werden gleich rausgebracht und können beim Planschen im Pool genascht werden.«

»Viele wussten nicht, dass NiG zur Agora gehört«

Freizeitaktivitäten für Kinder und Jugendliche finden unter dem Dach des Agora Kulturzentrums schon seit vielen Jahren statt. Im März wurde die als ›NiG – Next Generation Ickern‹ bekannte Location unter neuem Namen wiedereröffnet. »Viele wussten nicht, dass NiG zu Agora gehört – dass es hier einen festen Treffpunkt für junge Menschen gibt«, so Bereichsleiter Thimm Strangfeld. »Deshalb heißt das Ganze jetzt nur noch: Kinder- und Jugendtreff Agora.« Parallel erhielten die in die

Jahre gekommenen Räumlichkeiten einen frischen Anstrich. Der Billardtisch wurde durch einen großen Bastel- und Esstisch ersetzt. Herzstück ist der hauseigene Kiosk, an dem man für kleines Taschengeld Eis und Bonbons kaufen kann. »Und für die Eltern ist immer eine Tasse Kaffee da«, ergänzt Ines Carralero y Martinez, Mitarbeiterin des Agora Kulturzentrums und Antidiskriminierungsberaterin.

Kochen, Kino, Kreatives

Täglich von montags bis freitags öffnet der neue alte Treff seine Pforten. Zu den Kernzeiten von 13 bis 20 Uhr ist immer irgendetwas los. Die Kinder können Spiele spielen oder einfach zusammensitzen. Außerdem gibt es jeden Tag ein offenes Angebot, vom Kochen über die Kreativwerkstatt oder das Bewegungsangebot bis hin zum Kinonachmittag. »Darüber hinaus ist auch eine Hausaufgabenbetreuung jederzeit möglich«, verrät Sarah Brandt. »Wir haben zwar noch keine feste Gruppe, aber ausreichend Platz und Betreuungspersonen, sodass man kann sich bei Bedarf in einen ruhigen Nebenraum zurückzie-

DEINE STIMME. DEIN BEAT. DEINE STADT.

RAP-PROJEKT ZUR INTERKULTURELLEN WOCHE 2026

KOSTENLOS! FÜR ALLE SCHÜLER*INNEN

UNSERE STIMMEN. UNSERE STADT.
Vielfalt hörbar machen. Junge Stimmen. Kurze Perspektiven. Lebenswelten im Beat.

WAS DICH ERWARTET

- Eigene Texte schreiben
- Rap & Songwriting
- Kreative Workshops
- Professionelle Unterstützung
- Best-Produktion
- Aufnahme eines gemeinsamen Songs
- Ein musikalisches Statement von Jugendlichen für Castrop-Rauxel

100 JAHRE CASTROP-RAUXEL

Welche Orte sind dir wichtig?
Wo triffst du deine Freunde?
Was macht deine Stadt aus?

FÜR WEN?

Für Schülerinnen und Schüler aller weiterführenden Schulen in Castrop-Rauxel.

Vorkenntnisse brauchen wir nicht. Nur deine Ideen, deine Stimme und Lust auf Musik.

SEI DABEI!
BRING DEINE IDEEN. DEINE STIMME. DEINEN BEAT.

INTERKULTURELLE WOCHE 2026
27. SEPTEMBER BIS 4. OKTOBER 2026

JETZT ANMELDEN!

ada@agora-kulturzentrum.de
02305 / 923040
Facebook: AGORA Kinder- und Jugendtreff Ickerner Treffpunkt

oder sprich einfach deine Lehrkraft in der Schule an.

GEFÖRDERT VON: AGORA Bürgerstiftung, AGORA Kinder- und Jugendtreff Ickerner Treffpunkt, ada nrw, 100 JAHRE 1914-2024



© Foto: Stadtmagazin

Zusammen schmeckt das Obst noch besser.

hen kann.« Ergänzt wird das Programm durch Sonderveranstaltungen wie das beliebte Gartenprojekt und saisonale Highlights von Casterix bis Halloween.

»Plötzlich waren wir 27«

Die Teilnahme an den offenen Tagesangeboten ist übrigens komplett kostenfrei, mitmachen jederzeit möglich. Nur für das Kinderkochen sollte man sich am besten vorher anmelden. »Letzte Woche hatte ich 15 Kids einkalkuliert«, berichtet Sarah Brandt mit einem Schmunzeln. »Plötzlich waren wir 27. Im Endeffekt kein Problem – ich bin schnell losgefahren und habe mehr Zutaten besorgt. Wir sind ja flexibel und freuen uns über jeden Gast. Allerdings ist es schon praktischer, wenn ich die Einkäufe im Vorfeld erledigen kann.«

»Super multikulti«

Im Treff fühlen sich nicht nur die Kleinsten ab 6 Jahren pudelwohl. Die Türen stehen auch für Jugendliche und junge Er-

wachsene bis 27 offen. »Wobei die Älteren oft erst nach 18 Uhr eintrudeln«, sagt Ines Carralero y Martinez. »Die wollen dann meist in Ruhe chillen, quatschen und ihre Musik hören. Manche helfen aber auch bei den Gruppenangeboten und gehen sehr lieb mit den jüngeren Kindern um.« Vielfalt ist dabei mehr als eine schöne Theorie – sie wird wie selbstverständlich gelebt. »Wir waren schon immer super multikulti, und dafür wollen wir weiterhin stehen! Durch die Sprach- und Integrationskurse, die tagsüber bei Agora stattfinden, haben wir automatisch Kontakt zu Menschen aus unterschiedlichsten Kulturen. Zudem engagieren wir uns im Bereich Inklusion und heißen Kinder mit Beeinträchtigungen ausdrücklich willkommen.«

Planschen statt zocken

Der Kinder- und Jugendtreff Agora ist also viel mehr als eine reine Freizeiteinrichtung, die nach der Schule Abwechslung vom Alltag bietet. Das Haus ist auch ein Ort der interkulturellen Begegnung und kreativen Horizonterweiterung. »Natürlich dürfen die Kids bei uns auch mal zocken oder Filme gucken«, so Ines Carralero y Martinez. »Aber wir wollen ihnen zeigen, dass es noch andere schöne Sachen gibt, die Spaß machen.« Wie zum Beispiel ein sonniger Sommertag mit Obstplatte im Planschbecken. Beim Toben im Pool spielt es keine Rolle, aus welchem Land man kommt oder ob jemand ein Handicap hat. Hauptsache, das Wasser ist schön kühl und die Melone schmeckt!

Kinder- und Jugendtreff Agora

Zeichenstraße 2a · 44581 Castrop-Rauxel · Tel. 0 23 05 / 92304-0
agora-kulturzentrum.de

Spielen, feiern, Spaß haben!

Im Sommer wird der runde Geburtstag der Stadt mit jungen Menschen in mehreren Castrop-Rauxeler Revieren begeistert gefeiert.

Am 30. August zeigt das Ickerner Familienfest, was im Stadtteil Ickern steckt. Vereine, Organisationen, Händler und Initiativen versprechen auf der gesperrten Ickerner Straße und dem Marktplatz Ickern jede Menge Spaß. Am 4. September geht es bei der Familiennacht im Marcel-Callo-Haus ordentlich rund. Open-Air-Kino, eine Zaubershow, Stockbrot, Seilbahn und kleine Bastelangebote begeistern Groß und Klein. Und auch in Deininghausen erwarten Kinder viele aufregende Highlights: am 5. September beim tollen Bärenfest auf dem Bärenplatz. Hier ist der Bär los!

30.08., 13–18 Uhr
Ickerner Familienfest

04.09., 17–22 Uhr
100 Jahre – Familiennacht im Marcel-Callo-Haus

05.09. 13–17 Uhr
Bärenfest in Deininghausen



© Foto: Pajanos Volando - Kigen - stock.adobe.com



© Foto: Stadt Castrop-Rauxel

›100 Spielideen für 100 Jahre Castrop‹

Casterix-Kids erobern die Stadt

Wenn die Stadt Castrop-Rauxel ihren 100. Geburtstag feiert, lässt auch Casterix die Korken knallen – im übertragenen Sinn, versteht sich, denn das Ferienprogramm richtet sich an Kinder und Jugendliche.

Bewegung, Kultur, Überraschungen

Im Jubiläumsjahr haben die Jugendzentren, Vereine und Kirchengemeinden keine Kosten und Mühen gescheut, um all jenen, die nicht in den Urlaub fahren, eine tolle Zeit zu bescheren. Bereits am 20. Juli startete der Casterix Ferienspaß mit dem gemeinsamen Großprojekt ›100 Spielideen für 100 Jahre Castrop – Kinder erobern die Stadt‹ im Marcel-Callo-Haus. An fünf unterschiedlichen Thementagen machen Kids zwischen sechs und zwölf die Castroper Altstadt unsicher. Dank einer Tageskasse kann man bei diesem flexiblen Angebot immer noch einsteigen. Am Mittwoch geht es um Bewegung, am Donnerstag um Kultur. Freitag ist Überraschungstag. Für Minis gibt es parallel das ›Casterixchen‹ im Familien- und Bildungsbüro Schillerstraße 3: ein bunter Strauß an Kreativ-, Spiel- und Bewegungsangeboten für die Kleinsten ab eins in Begleitung eines Erwachsenen.



© Foto: Stadt Castrop-Rauxel

An fünf Tagen findet das Spielplatz-Picknick statt: 29.07. 10–12 Uhr Vinckestr. 162, 05.08. 14–16 Uhr Marienstr. 45, 12.08. 10–12 Uhr Hannemannstr. 10, 19.08., 14–16 Uhr Stadtgarten Schillerstraße und 26.08. 10–12 Uhr Spiel- und Sportpark Castroper Holz

Sport, Spiel & Spätschicht

Darüber hinaus können sich Kinder und Jugendliche in Castrop-Rauxel über die gesamten Ferien verteilt auf viele verschiedene Tagesaktionen und Ausflüge freuen: vom Spielplatz-Picknick für Familien über Tischtennis, Kickern, Schwimmen und Fußball bis hin zu Rallies, Radtouren und einer Kanutour auf der Stever. Auch wer lieber bastelt, kocht oder sich kreativ am Computer betätigt, kommt auf seine Kosten. Und die beliebte St.-Antonius-Eisdiele wird natürlich auch wieder ihre Pforten öffnen. Tagestrips führen zum Beispiel zum Movie Park, in den Zoo Gelsenkirchen oder zum Ketteler Hof. In der sechsten Ferienwoche wird das CASTE-RIX-MOBIL an fünf Tagen im Spiel- und Sportpark gastieren. Ältere Jugendliche lädt das BoGi's Café in der fünften Ferienwoche zur ›Spätschicht‹. Und wen es doch in die Ferne zieht, der kann zwischen drei Ferienfreizeiten wählen.

Spannende Exkursionen

Tipps aus der Redaktion: Vom 3. bis 7. August findet im Emscherland die Projektwoche ›Wasserforscher‹ statt. Wo der idyllische Suderwicher Bach in die Emscher fließt, blüht seit dem Gewässerumbau die Natur. Der Bezirksverband Castrop-Rauxel/Waltrop der Kleingärtner e. V. lädt Kinder von sechs bis dreizehn Jahren zu einer fünftägigen Sommerakademie unter freiem Himmel ein. Im Rahmen von spannenden Exkursionen wird die Tierwelt im und am

Bach erforscht und die Parkanlage erkundet. Noch mehr Wasserspaß gibt es bei den Pöppinghauser Wassersporttagen am AMC Yachthafen vom 26. bis zum 28. August. Kids von zehn bis fünfzehn Jahren erhalten Einblicke in Theorie und Praxis unterschiedlichster Wassersportarten, von der Hafenrundfahrt über Motorschlauchboot und Stand UP Paddeln bis hin zur Knotenkunde. Zum Abschluss gibt es eine Rallye mit Siegerehrung!

Fazit: Bis Weihnachten ist es noch lange, lange hin, aber auch im Sommer bleiben dank Casterix keine Wünsche offen!



© Foto: Nancyvozt68, Kigen - stock.adobe.com

Es wird auch dieses Jahr ordentlich mit der ›Plecke‹ gekämpft.

Alle Casterix-Termine inklusive Anmelde-Infos gibt es auf der Website der Stadt Castrop-Rauxel: www.castrop-rauxel.de

Rätseln, basteln, spielen, experimentieren

Spannendes Ferienprogramm im LWL Freilichtmuseum Hagen

Der Ausflug lohnt sich! Im Sommer wird das LWL-Freilichtmuseum Hagen zum Treffpunkt für Familien, die gemeinsam kreativ werden, tüfteln und draußen etwas unternehmen möchten. Zwischen historischen Werkstätten, Wasserrädern und grünen Wegen wartet in den Ferien jede Woche ein neues, abwechslungsreiches Mitmachprogramm auf Kinder und Jugendliche.



© Foto: LWL/Heike Wippmann



© Foto: LWL/Heike Wippmann

Handwerk und Technik spielerisch erlernen

Ob Papier schöpfen, Schlüsselbänder kneten, mit Holz arbeiten oder eine eigene Marmeladenbahn bauen – hier entstehen mit den eigenen Händen kleine Kunstwerke und clevere Konstruktionen zum Mitnehmen. Technikfans können erste Schritte im Programmieren wagen, kreative Köpfe zeichnen und malen unter professioneller Anleitung, und kleine Forscher probieren aus, wie Fotografie früher ohne Smartphone funktionierte. Viele Angebote verbinden Handwerk, Technik und Kreativität ganz spielerisch miteinander.



In der Papiermühle entstehen kleine Kunstwerke zum Mitnehmen.

© Foto: LWL/Jakob Studnar

Der Fantasie freien Lauf lassen

Dabei geht es nicht nur ums Zuschauen: In den Werkstätten wird gesägt, geknotet, gestaltet und experimentiert. Kinder lernen traditionelle Techniken kennen, testen Materialien und können ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Das weitläufige Museumsgelände bietet dazu die passende Kulisse für einen entspannten Ferientag mit der ganzen Familie.

Wilde Zahlen – verrückte Formen

Ergänzt wird das Ferienprogramm durch die interaktive Ausstellung ›Mathematisch – Wilde Zahlen, verrückte Formen‹. Hier laden zahlreiche Stationen dazu ein, Mathematik einmal ganz anders kennenzulernen – mit Rätseln, Formen, Kugelbahnen und überraschenden Experimenten zum Ausprobieren. Zum Abschluss der Sommerferien findet am 30. August das große Kinderfest statt. Dann wird im gesamten Museum getüftelt, gebaut und gespielt – ein schöner Anlass für einen Familienausflug zum Ferienende. Tipp: Für die meisten Events ist eine Anmeldung zwar erwünscht, aber nicht nötig.

Termine auf einen Blick

21.–24.07., 12–14 & 14.30–16.30 Uhr
Papier-Experimentierwerkstatt

28.07., 10–14 Uhr
›In die digitale Welt mit BOB3‹ (Anmeldung erforderlich bis 21.07.)

28.–31.07., 12–14 & 14.30–16.30 Uhr
Schlüsselbänder & Co. aus Paracord

04.–07.08., 12–14 & 14.30–16.30 Uhr
Das Geheimnis der Lochbild-Kamera

11.–14.08., 12–14 & 14.30–16.30 Uhr
Mal-Tage

12.08., 12–14 Uhr
Mal-Tage in Gebärdensprache

18.–21.08., 12–14 & 14.30–16.30 Uhr
Erfinderworkshop Marmeladenbahn bauen

25.08.–28.08., 12–16.30 Uhr
Grünholzwerkstatt

30.08., 12–17 Uhr
Kinderfest

LWL Freilichtmuseum Hagen

Mäckingerbach · Hagen
Tel. 0 23 31 / 78 07-0
www.lwl-freilichtmuseum-hagen.de

WAS BEIST AM STRAND UND
IST SCHWER ZU VERSTEHEN?
EINE MUSCHEL!



Labyrinth



Optische Zauberei

Huch, die gestreiften Balken sind ja ganz krumm
und schief – oder etwa nicht?



Lösung: Nein, es sind vollkommen gerade
Rechtecke. Durch die blauen Streifen entsteht eine
optische Täuschung.



Fit fürs neue Schuljahr mit Benny Blu

Das neue Schuljahr steht in den Startlöchern. Benny Blus clevere Wissensbücher und coole Hausaufgabenhefte sorgen für Lernspaß und Durchblick im Hausaufgaben-Dschungel.

Lampenfieber vor dem ersten Schultag? Nicht mit Benny Blu! In seinem Wissensbuch ›Grundschule‹ begleitet der blauhaarige Schlaukopf angehende ABC-SchützInnen beim Start in den neuen Lebensabschnitt und beantwortet ihre wichtigsten Fragen rund um den Schulalltag. Ergänzt durch die Titel ›Lerntipps‹ und ›Verkehr‹ klappen auch Hausaufgaben und Schulweg wie am Schnürchen. Ideale Geschenke für die Schultüte oder den Schulstart! Übrigens: Die Wissensbücher gibt es zu vielen weiteren Themen aus Geschichte, Kultur, Natur, Wissenschaft und Technik und lohnen sich über die ganze Grundschulzeit!

Für den nötigen Überblick im turbulenten Schulalltag sorgen die Benny Blu Hausaufgabenhefte – in der 1. und 2. Klasse im großzügigen DIN A4-Format mit viel Platz für Aufgaben, Notizen und Termine. Ab der dritten Klasse haben SchülerInnen die Wahl zwischen DIN A4 und DIN A5. Der besondere Clou: Jeder Organizer enthält ein vollständiges Wissensbuch aus dem Benny Blu Universum – bei den Varianten für die 1. und 2. Klasse noch dazu in praktischer Silbenschriftweise speziell zum Lesenlernen. Alle Ausgaben punkten mit Extras wie Ferienübersichten, Notenlisten, Anlauftabelle, spannenden Wissenstipps sowie einem herausnehmbaren Kartenspiel mit Kartenbox (nur im DIN A4-Format). Mit dem integrierten Freunde-Buch kommt der Spaß auch in den Freistunden nicht zu kurz.



© Quelle: LAMA Verlag

♥ VERLOSUNG! ★

Wir verlosen 3 Wissensbücher und 3 Hausaufgabenhefte.
Einfach bis zum 10. August eine Mail mit dem Betreff ›Benny Blu Hausaufgabenheft‹ oder ›Benny Blu Wissensbuch‹ an info@stadtmag.de schicken und mit etwas Glück gewinnen.

Benny Blu Wissensbücher ab 5 Jahren

Benny Blu Wissensbücher ab 5 Jahren · DIN A6 · 2,45 Euro

Benny Blu Hausaufgabenhefte

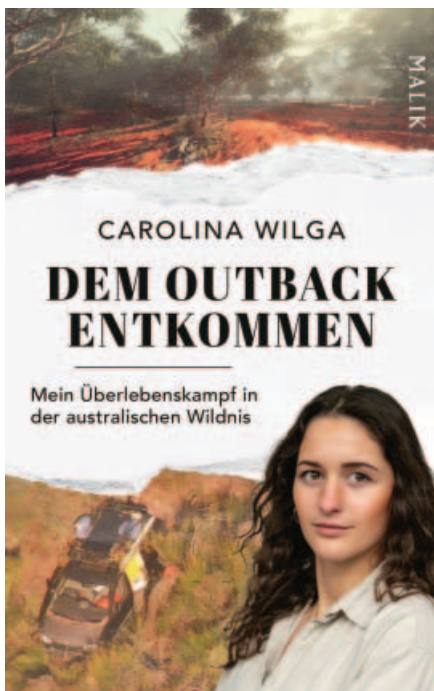
DIN A4 für 1./2. Klasse · 6,20 Euro

DIN A4 + DIN A5 ab der 3. Klasse · 3,90 Euro

Barfuß durch das Outback

Buchpremiere in der Leselust

Viele erinnern sich noch gut an den Fall der verschwundenen Carolina Wilga. Dann im Juli 2025 das Aufatmen: ›Vermisste deutsche Backpackerin in Australien gefunden‹. Ihren Überlebenskampf in der australischen Wildnis hat die 26-Jährige in einem Buch verarbeitet. Die Premiere findet am 1. September in der Stadtbibliothek statt.



Carolina Wilga, geboren 1999 in Castrop-Rauxel, arbeitete nach ihrer Ausbildung als Zerspanungsmechanikerin, bevor es sie hinaus in die Welt zog. Auf der Suche nach ihrer Berufung reiste sie

über Marokko und Indonesien bis nach Australien. Hier verirrt sich die 26-jährige Backpackerin nach einem Unfall mit ihrem Van im menschenleeren Outback. Von der groß angelegten Suchaktion, die weltweit durch die Medien geht, erfährt sie jedoch nichts. Barfuß und nur mit einem Kleid und einem Schal bekleidet, schlägt sie sich zwölf Tage lang durch Wüsten und Buschland. Erträgt bitterkalte Nächte und brütende Hitze am Tag, trinkt Tau von Grashalmen und baut sich Unterkünfte aus Ästen und Wurzeln.

Ihre Erlebnisse hat die junge Frau mit Unterstützung der Autorin Kathrin Nord zu Papier gebracht. Auf 240 Seiten entspinnt sich eine fesselnde Geschichte von Verzweiflung, Überlebenswillen und der Kraft, trotz allem unermüdlich weiterzugehen. Das Buch ist exklusiv in der Castroper Leselust erhältlich. Bei der Premiere am 1. September wird Carolina Wilga aus dem Werk lesen und über ihre Erfahrungen sprechen. Die Moderation übernimmt Buchhändlerin Ti-phaine Scholz.



© Foto: Denise Letting / Piper

Carolina Wilga
**›Dem Outback entkommen
 Mein Überlebenskampf in der
 australischen Wildnis‹**
 MALIK Verlag
 22,00 Euro

Buchpremiere
 01.09. · 19.30 Uhr
 Stadtbibliothek Castrop

Beeren
bruch Viertel

**MUSTERHAUS-
BESICHTIGUNG**
 Sonntags von 11 – 13 Uhr
 Beerenbruchviertel /
 Karoline-Fele-Str. 38

**NUR NOCH WENIGE HÄUSER IM BELIEBTEN
NEUBAUGEBIET IN CASTROP-RAUXEL**

- Doppel- und Reihenhäuser
- Energieeffiziente Bauweise
- Inklusive Photovoltaikanlage
- 110 und 129 m² Wohnfläche
- Qualitätsvolle Ausstattung mit FBH, Smarthome u.v.m.
- Schon ab 423.500 €



Mehr Informationen: Jürgen Krickau | 0160 2799130
 krickau@vista-reihenhaus.de | beerenbruchviertel.de

Ein Projekt der DORNIEDEN Gruppe

»Man legt nur einmal«

NICOCYL® produziert ergonomische Bodenplatten für Industrie und Handwerk

Wellbeing am Arbeitsplatz? Davon können viele Mitarbeitende in Industrie und Handwerk nur träumen. Oft herrscht ein hoher Lärmpegel, harte Betonböden belasten Rücken und Gelenke. Hier setzt die Kampagne ›Ergonomie der Werkstatt‹ an, die der Verband ›Tischler Schreiner Deutschland‹ (TSD) in Kooperation mit ausgewählten Unternehmen, so auch mit der NICOCYL® GmbH, realisiert. Denn: Hochwertige Recycling-Bodenbeläge sorgen für mehr Komfort an der Werkbank.



Auch die Feuerwehr nutzt die ergonomischen Bodenplatten aus dem Hause NICOCYL.

Schalldämpfend & rückschonend

»Bewertet man die Geräuschbelastung, kommt es nicht allein auf die Dezibel-Zahl an – entscheidend ist die psychoakustische Wahrnehmung«, erklärt NICOCYL®-Chef Hermann de Jong. »Wir alle kennen es von Konzerten, dass Lautstärke je nach Qualität der Musik als mehr oder weniger störend empfunden wird. Ähnlich ist es in einer Werkstatt oder Produktionshalle. Messungen zeigen, dass unsere NICOCYL®-Platten einen positiven Effekt auf die Akustik haben und bei gleichen Umgebungsgereuschen ein um 25 Prozent angenehmeres Hörempfinden ermöglichen. Auch die elastische und rückschonende Beschaffenheit der Platten trägt zu einer Verbesserung der Arbeitsatmosphäre bei.«

»Ein 100-prozentiges Recyclingprodukt«

Vor drei Jahren hat Hermann de Jong die Geschäftsführung des Unternehmens mit Sitz in Ickern übernommen. Rund 1.000 Tonnen recycelte Kunststoffe aus Kabelisolierungen werden hier jährlich zu neuen Bodenbelägen verarbeitet. Das gemahlene PVC wird im Spritzgussverfahren in eine quadratische Form gebracht und für den jeweiligen Anwendungsbereich individuell gefräst. »In unserer Branche genügt oft schon ein

geringer Anteil an wiederverwertetem Material für die Bezeichnung als Recycling-Produkt«, so Hermann de Jong. »Unsere Platten sind jedoch ein 100-prozentiges Recycling-Produkt, was unseres Wissens einmalig in Deutschland ist – selbst die Fräsreste werden in den Produktionskreislauf zurückgeführt.« Neben der NICOCYL® GmbH befindet sich die für Vertrieb und Verlegung zuständige Firma IBOFORM im Haus.



Hermann de Jong beim Pressestermin mit den Kooperationspartnern von ›Tischler Schreiner Deutschland‹



»Ich will keinen von ihnen missen!«

Die NICOCYL® GmbH geht auch beim Thema kulturelle Vielfalt mit gutem Beispiel voran. Das zwölfköpfige Team am Rapensweg vereint Menschen aus fünf Nationen: Fachkräfte mit deutschen, niederländischen, türkischen, tunesischen und syrischen Wurzeln arbeiten hier Hand in Hand. »Unsere syrischen Kollegen haben ihre Heimat vor mehr als zehn Jahren als Flüchtlinge verlassen«, berichtet Geschäftsführer Hermann de Jong, seines Zeichens halber Holländer. »Sie sind in Castrop-Rauxel ›gelandet‹ und haben bei uns ihre Chance wahrgenommen, beruflich neu anzufangen.« Was als Herausforderung begann, entwickelte sich im Laufe der Zeit zu einer Bereicherung für das Unternehmen. Die Produktion, seit vielen Jahren von einer Fachkraft mit tunesischem Migrationshintergrund geleitet, bot einem der syrischen Kollegen die Gelegenheit, sich durch gezieltes ›Training on the Job‹ fachlich und sprachlich weiterzuentwickeln und in die verantwortungsvolle Position des zweiten Schichtleiters hineinzuwachsen. »Alle Mitarbeiter sind Teil der NICOCYL-Familie und bringen mit großem Engagement und Teamgeist ihre Erfahrungen, Perspektiven und Ideen in die tägliche Arbeit ein«, so Hermann de Jong. »Ich will keinen von ihnen missen!«



© Foto: NICOCYL

In vielen Tiefgaragen ist der Recycling-Belag ebenfalls anzutreffen.

Dicht, robust & langlebig

Die Industrieböden aus Ickern sind in der ganzen DACH-Region und in den Benelux-Ländern gefragt, wo sie in Schreinereien, Produktionsbetrieben und Logistikunternehmen zum Einsatz kommen. Auch Sportstadien, Messehallen, Tiefgaragen und Waschstraßen profitieren von den Eigenschaften der PVC-Platten, die sich darüber hinaus durch eine hohe Robustheit auszeichnen. »Bei Betonböden können Wasser, Öle, Salze oder Chemikalien durch Risse in den Untergrund sickern«, weiß Hermann de Jong. »Nicht so bei unseren dampf- und diffusionsdichten Belägen. Zudem hält das elastische Material selbst tonnen-

schweren Belastungen über Jahrzehnte stand. Fahrzeuge wie Gabelstapler oder fallen gelassene Werkzeuge verursachen nicht direkt Macken, es gibt kaum Abnutzungserscheinungen. Daher das Motto: Man legt nur einmal.«

»Sie sind die Zukunft«

Investitionen in neue Produktionstechnologien und die Mitgliedschaft in der Standortinitiative ›CAS kann‹ haben der Firma zuletzt namhafte Neukunden beschert. Ein echter Meilenstein ist die Partnerschaft mit dem Tischlerverband TSD, dem 20.000 Betriebe in Deutschland angehören. »Wir sind stolz darauf, was wir als alteingesessenes mittelstän-

disches Unternehmen in Sachen Nachhaltigkeit bewegen«, freut sich Hermann de Jong. »Durch den Fokus auf das Thema Ergonomie am Arbeitsplatz wollen wir weiterwachsen und neue Märkte erschließen. Denn eine umweltfreundliche Produktion und gute Arbeitsbedingungen sind kein Widerspruch. Sie sind die Zukunft!«

NICOCYL-GmbH

Am Rapensweg 213
44581 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 / 96 75 0
www.nicocyl.de

Anzeige

Hilfreiche Antworten auf wichtige Fragen

Was muss ich bei der Steuererklärung beachten? Wie ist der aktuelle Stand bei der Riester-Rente? Bei diesen und zahlreichen anderen Fragen zum Thema Steuern leistet die ›Vereinigte Lohnsteuerhilfe e. V., der größte Lohnsteuerverein Deutschlands, wertvolle Hilfe – auch hier in Castrop-Rauxel.

»Als Beratungsstellenleiter der VLH stehe ich den Vereinsmitgliedern vor Ort das ganze Jahr über bei allen Fragen zur Verfügung«, erklärt Andy Pörschke. Ob ArbeitnehmerInnen, Beamte, Auszubildende, Studierende, RentnerInnen oder Pensionäre – Andy Pörschke berät alle höchst persönlich und kompetent ohne Zusatzkosten. Dabei geht es um weit mehr als um Einkommenssteuer, auch steuerliche Aspekte wie Riester-Rente und Wohnriester, die Beantragung von möglichen Förderungen und Zulagen sowie die Überprüfung von Steuerbescheiden sind Teile des umfassenden Angebots. »So erhalten alle das für sie optimale Steuerergebnis und können sich über die Erstattung zu viel einbehaltener Kapitalertragsteuer freuen.«



© Foto: Colours-Pic - stock.adobe.com

Tipp: Für die umfangreiche und höchst professionelle Unterstützung rund um das Thema ›Steuern‹ zahlen VLH-Mitglieder nur einen jährlichen Mitgliedsbeitrag, der sich nach der Höhe der Einnahmen richtet. Wer wenig verdient, zahlt auch einen geringen Beitrag. Eine Mitgliedschaft kostet ab 39 Euro pro Jahr.

VLH · Beratungsstelle Andy Pörschke

Grimbergstr. 13 · 44577 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 / 7 04 50 34
Mobil 01 72 / 8 32 79 70
Andy.Poerschke@vlh.de

Weitere Informationen zum
Lohnsteuerhilfverein finden Sie unter
www.vlh.de

Trinkwasser sparen!

Bei den immer massiveren Hitze- und Trockenphasen ist die Nutzung von Regenwasser in Haus oder Garten eine sofort wirksame Möglichkeit, den Trinkwasserbedarf spürbar zu senken – ein wichtiger Beitrag für Natur und Nachhaltigkeit. Hier einige Tipps der Verbraucherzentrale.

Hoher Verbrauch

In Deutschland verbraucht jede Person durchschnittlich rund 120 Liter Wasser pro Tag – einen erheblichen Teil davon für Anwendungen, die keine Trinkwasserqualität erfordern wie Toilettenspülung (ca. 27 %), Wäschewaschen (12 %) und Gartenbewässerung sowie Reinigungsarbeiten (6 %). Das macht zusammen fast die Hälfte unseres täglichen Verbrauchs. Mit einfachen Maßnahmen könnten wir diesen durch Regenwasser oder aufbereitetes Brauchwasser reduzieren und unsere Umwelt entlasten.

Im Außenbereich

Mit dem richtigen Speicher lässt sich viel wertvolles Wasser einsparen. Gleichzeitig kann der Garten nachhaltig und ressourcenschonend bewirtschaftet werden. Für jeden Garten, jeden Platz und jedes Budget gibt es passende Lösungen: vom



© Foto: Николай Скрипник · Kigen · stock.adobe.com

platzsparenden Wandtank, der klassischen Regentonnen, einem großen IBC-Container bis zur Anschaffung einer großvolumigen Zisterne, deren Einbau manche Kommune sogar finanziell fördert.

Im Innenbereich

Um Regenwasser im Gebäude z. B. für Toilettenspülung, Wäschewaschen oder Reinigung zu nutzen, braucht man eine durch einen Heizungs- und Sanitärfachbetrieb nach den einschlägigen Vorschriften und dem Stand der Technik fachgerecht installierte Regenwassernutzungsanlage mit einem zweiten, klar getrennten Leitungsnetz. Wichtig ist zudem eine sachgemäße Nutzung sowie eine regelmäßige Wartung. Dann ist die Versorgung über den Speicher mit automatischer Nachspeisung zuverlässig sichergestellt. Hygienische Nachteile sind dabei nicht zu erwarten, da Regenwasser ausschließlich für Nicht-Trinkwasserzwecke genutzt wird und das Regenwasser-Leitungsnetz weiterhin strikt vom Trinkwassernetz getrennt bleibt.

Großer ökologischer Effekt

Auch um Kanalisation und Kläranlagen zu entlasten, sollte Regenwasser möglichst auf dem eigenen Grundstück zurückgehalten und genutzt werden, etwa durch Sammlung und Verbrauch im Garten oder durch Versickerung. Nur so gelangt bei Regen weniger Niederschlagswasser in die Abwasserkanäle und das Risiko von Überlastungen sinkt. Bei der Abwassergebühr hängt die finanzielle Einsparung von den Regelungen der jeweiligen Kommune ab: Regenwasser, das im Haushalt genutzt wird, gelangt weiterhin in die Kanalisation. Der größte Gewinn liegt daher oft im ideellen und ökologischen Effekt – man geht verantwortungsvoller mit der Ressource Wasser um und trägt ganz konkret dazu bei, Abwassersysteme und Umwelt zu entlasten.



**Ihr innovativer Fachpartner
in Castrop-Rauxel.**

Alles aus einer Hand.

- Solarenergie besser nutzen
- Heizung mit dem einfachen Online-Heizungsplaner
- Sanitärarbeiten, Badplanung und Badberatung
- Komplettbadsanierung
- Vermietung von Bautrocknern
- Vermietung von mobilen Heizgeräten bis 900 kW

KUNO EICK GmbH

Sanitär Heizung Klima Solar Mobile Wärme

Friedrichstraße 33a · 44581 Castrop-Rauxel
Tel 02305 972900 · www.kuno-eick.de



Weiterführende Informationen:

›Regenwasser sammeln und nutzen‹ gibt es als Broschüre in gedruckter Form vor Ort in den Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW oder online unter www.klimakoffer.nrw/klimaanpassung-regenwassersammlung

Achtung vor Gartenpflanzen

Im heimischen Garten drohen insbesondere für Kinder und Haustiere Vergiftungen

Von außen ist es ihnen nicht anzusehen, aber einige heimische Gartenpflanzen sind giftig und können somit lebensgefährlich sein – vor allem für Kinder und Haustiere. So verzeichnete der Giftnotruf Bonn im vergangenen Jahr mehr als 5.800 Beratungen zu Vergiftungen oder Vergiftungsverdachtsfällen mit Pflanzen. »Die Menschen werkeln jetzt wieder im heimischen Garten und viele Kinder nutzen den Garten zum Spielen. Dabei sollten sie beachten, dass es dort auch giftige Pflanzen geben kann, die ein nicht unerhebliches Gefahrenpotenzial für die eigene Gesundheit bergen«, sagt AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock.



Hobbygärtner sollten sich vor dem Bepflanzen der heimischen Blumenbeete aber auch beim Kauf von Zimmerpflanzen unbedingt darüber informieren, welche Pflanzen giftig sind und somit Gesundheitsgefahren bergen.

Wenn es um das Thema Giftpflanzen geht, denken viele Menschen zuerst an außergewöhnliche Pflanzen in den Tropen. Doch hierzulande ist zum Beispiel die Eibe als robuste Heckenpflanze sehr beliebt und wird häufig in Gärten angebaut. Fast alle Pflanzenteile sind giftig. In den Kernen ist die höchste Giftkonzentration. In den Nadeln, dem Holz und den Fruchtsamen steckt das giftige Alkaloid Taxin. Besonders gefährlich ist es, die Kerne zu kauen oder Nadeln zu sich zu nehmen.

Die gefährlichsten Giftpflanzen im Garten sind: Eisenhut, Engelstrompete, Herbstzeitlose, Eibe, Blauregen, Oleander, Thuja und Tollkirsche. Natürlich gibt es darüber hinaus noch eine Vielzahl weiterer für Menschen giftiger Pflanzen, die in vielen Gärten und Wohnbereichen zu finden sind. Deshalb ist es ratsam, sich bei Ungewissheit im Gartenfachmarkt zu informieren, bevor eine neue Pflanzenart den Weg in den eigenen Haushalt findet.

»Wer plant, seinen Garten zu bepflanzen oder Grünpflanzen in den Wohnbereich zu integrieren, sollte zunächst überlegen, von wem der Garten genutzt werden soll. Sind es ausschließlich Erwachsene, ist die Anpflanzung von Giftpflanzen eher unproblematisch. Gehören jedoch Kinder oder Haustiere zum Haushalt und könnten den Garten nutzen oder in der Wohnung mit Zimmerpflanzen in Kontakt kommen, bergen diese Pflanzen ein Gefahrenpotenzial«, warnt Jörg Kock.

Im Falle einer vermuteten Vergiftung durch eine Pflanze gilt: Ruhe bewahren, Pflanzenteile aus dem Mund entfernen, Wasser trinken (Kinder ein bis zwei Gläser Wasser, Erwachsene zwei bis drei Gläser, nicht mehr), Pflanzenteile zur Bestim-



Häufiger Beratungsbedarf bei Säuglingen und Kleinkindern: Von außen ist es ihnen nicht anzusehen, aber einige heimische Gartenpflanzen, wie zum Beispiel die Eibe oder der Kirschlorbeer, sind giftig.

mung aufheben, kein Erbrechen auslösen und die Informationszentrale gegen Vergiftungen anrufen. Die Expertinnen und Experten der Informationszentrale gegen Vergiftungen am Universitäts-Klinikum Bonn (Giftnotruf Bonn) beraten rund um die Uhr kostenfrei unter der Rufnummer 02 28 / 1 92 40. Bei lebensbedrohlichen Symptomen ist sofort der Notruf 112 zu wählen.

Weitere Informationen zu giftigen Gartenpflanzen unter www.gizbonn.de

Perfekt. Von Neher. Nach Maß.

Insektenschutzgitter **Lichtschacht-Abdeckungen**

ELSA *Die flächendeckende Alternative!*

Insektenschutz & Spanndecken K.-U. Jecker
 Crangerstr. 68 • Herne • Info (0 23 23) 96 16 02
 Ausstellung: Terminabsprache • www.jecker.info

»Extrem komplizierte Brüche reizen mich besonders«

»Es erfüllt mich, wenn ich Patienten helfen kann, ihre Eigenständigkeit zurückzuerlangen«, sagt Mahmood Abo Mostafa. Jemandem, der seinen Arm zuvor kaum anheben konnte, mit einer Operation zu ermöglichen, sich wieder allein zu kämmen, fasziniert den Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie im Evangelischen Krankenhaus Castrop-Rauxel. Heute vor zehn Jahren trat er im EvK, das inzwischen zum EVA Ruhr gehört, seinen Dienst an.

Sein Start am 1. Juli 2016 beginnt ausgerechnet in einem Bürocontainer im Garten des EvK, weil die Zentrale Notaufnahme umgebaut wird. Die ungewöhnliche Situation nimmt er gelassen – schließlich verbringt der Facharzt für Chirurgie, Unfallchirurgie, spezielle Unfallchirurgie und Notfallmedizin seine Zeit ohnehin viel lieber bei den Patienten. Der persönliche Kontakt ist ihm wichtig: von der Sprechstunde über das Gespräch vor dem Eingriff bis zur Visite danach. Kein Wunder, dass er sich noch an viele seiner Patienten erinnert.

Die hat er zunächst in Süddeutschland. Der gebürtige Palästinenser, der mit 18 Jahren fürs Studium nach Deutschland gekommen ist, lebt und arbeitet dort lange Zeit. In Erlangen, wo er Deutsch lernt, lernt er auch seine spätere Frau kennen. Noch während des Studiums an der Uni in Würzburg gründen beide eine Familie. »Ich habe früh gelernt, Verantwortung zu übernehmen«, sagt der 53-Jährige. Seine Arzt-Laufbahn beginnt er im Ortenau Klinikum Achern, wo er sich sukzessive spezialisiert. Dann wechselt er nach Lüdenscheid zu den Märkischen Kliniken, wo er bald Leitender Oberarzt wird. Bis Mahmood Abo Mostafa das Pendeln von Dortmund leid ist. Es folgt der Wechsel ans EvK Castrop-Rauxel, wo Mahmood Abo Mostafa mit dem Ziel antritt, zu wachsen, sich weiterzuentwickeln – und das Leistungsspektrum zu erweitern. Zehn Jahre später sprechen die Zahlen für sich: »Die Behandlungsfälle sind um das Fünffache gestiegen, das Behandlungsspektrum hat sich vervierfacht.«

Zunächst etabliert er im EvK neue Sprechstundenangebote, dann Hüft- und Knieendoprothetik. Als er den hohen Bedarf an Schulterprothesen erkennt, spezialisiert er sich weiter. Schon bald implantiert er 60 Schulterendoprothesen jährlich – mehr als viele Kliniken im Umkreis von 50 Kilometern. Und er schließt noch eine Versorgungslücke: die operative Versorgung von Beckenbrüchen. Auch die Hand- und Fußchirurgie baut er aus. Gemeinsam mit der Klinik für Geriatrie entsteht zudem das Zentrum für Alterstraumatologie. Hier werden ältere Patienten nach der operativen Versorgung durch die Unfallchirurgen geriatrisch weiterbehandelt, um ihre Mobilität möglichst schnell wiederherzustellen.

Im Zuge der Krankenhausplanung wurden elektive Knie- und Hüftprothesen nach Witten verlagert. Auf ihren vertrauten Operateur brauchen Patientinnen und Patienten aus Castrop-Rauxel dennoch nicht zu verzichten: Mahmood Abo Mostafa operiert mit seinem eingespielten OP-Team im EvK Witten, das wie das EvK Castrop-Rauxel zum EVA Ruhr gehört. Die Sprechstunde findet weiterhin in Castrop-Rauxel statt, Anästhesie, Operation und stationäre Behandlung erfolgen in Witten, die Anschlussversorgung wieder in Castrop-Rauxel. Kontakt: 0 23 05 / 1 02-22 31



Mahmood Abo Mostafa, Chefarzt der Klinik für Unfallchirurgie und Orthopädie im EvK

© Foto: EVA Ruhr/Volker Beushausen

Längst werden zu diesem Zeitpunkt auch komplizierte Brüche wie Fersenbeinbrüche oder Schienbeinkopffrakturen im EvK behandelt. »Extrem komplexe Frakturen reizen mich besonders«, sagt Mahmood Abo Mostafa. »Die Wiederherstellung der Anatomie fasziniert mich.« Schon früh hat sie den Wunsch in ihm geweckt, Unfallchirurg zu werden: Mahmood Abo Mostafa ist im Gazastreifen in Kriegszuständen groß geworden. »Ich habe viele schlimme Verletzungen gesehen, die nicht angemessen versorgt wurden. Das wollte ich ändern«, erinnert sich der sechsfache Vater. Das ist ihm mehr als gelungen.



Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel

Grutholzallee 21 | 44577 Castrop-Rauxel

Kontakt: 02305 102-0



Evangelischer Verbund
Augusta Ruhr



EvK Castrop-Rauxel

Reiseapotheke

Bestens versorgt für Kurz-Tripsps und längeren Urlaub

Immer häufiger sind wir beim schönen Wetter unterwegs und in Kürze starten auch die Sommerferien. Ganz gleich, ob mit FreundInnen zum Konzert-Wochenende oder mit der Familie in den Badeurlaub – beim Thema Reiseapotheke gilt: Haben ist besser als brauchen. Hier einige Tipps der Apothekerkammer Westfalen-Lippe, wer welche Präparate einpacken sollte.

Medikationsplan nicht vergessen!

Ob nah oder fern, Richtung Norden oder Süden: Die eine richtige Reiseapotheke gibt es dabei nicht, denn was reingehört, muss nicht nur auf Reiseziel und -dauer, sondern vor allem auch auf die mitreisenden Personen abgestimmt sein. Zur Basisausstattung gehören aber in jedem Fall Dauermedikamente, die auch zu Hause eingenommen werden müssen, in ausreichender Menge, und vor allem bei Fernreisen idealerweise der Medikationsplan. Außerdem sind Materialien zur Wundversorgung und -desinfektion, passende Schmerzmittel und etwas gegen Durchfall ratsam. Und natürlich darf der passende Sonnenschutz nicht fehlen.

Arzneimittel mögen keine Hitze

Familien müssen dabei etwas mehr Platz im Gepäck für die Reiseapotheke einplanen, denn: Kinder sind keine kleinen Erwachsenen – unter keinen Umständen dürfen sie die Arzneimittel der erwachsenen Mitreisenden oder älteren Geschwister mitbenutzen und einnehmen, denn das kann lebensgefährlich werden. Darüber hinaus muss auch unterwegs auf die richtige Lagerung geachtet werden, denn Arzneimittel mögen keine Hitze und sollten am besten trocken und bei einer Temperatur gelagert werden, die nicht über 25 Grad liegt. Und wenn Arzneimittel ausdrücklich gekühlt werden müssen, muss das natürlich auch unterwegs berücksichtigt werden.



© Foto: DARA - Kigen - stock.adobe.com

ze und sollten am besten trocken und bei einer Temperatur gelagert werden, die nicht über 25 Grad liegt. Und wenn Arzneimittel ausdrücklich gekühlt werden müssen, muss das natürlich auch unterwegs berücksichtigt werden.

Fliegende Händler bergen Gefahren

Für Festivalbegeisterte und reisende Familien gilt gleichermaßen: Auch im Notfall fehlende Medikamente bitte ausschließlich in offiziellen Apotheken kaufen. Keine Tabletten von Fremden annehmen bzw. auf der Straße bei flie-

genden Händlern erwerben! Die Gefahr, dabei an eine Fälschung zu geraten, ist groß!

Tipp: Nicht nur deswegen sei es empfohlen, sich möglichst frühzeitig um die Zusammenstellung der Reiseapotheke zu kümmern. Die Apotheke vor Ort hilft dabei. Die Mitarbeitenden beraten individuell und wissen, welche Medikamente jeweils ratsam sind. Außerdem können sie auch Tipps dazu geben, welche Impfungen je nach Urlaubsziel vielleicht noch angezeigt sind.



Endlich gibt es die kleinsten Im-Ohr-Hörgeräte

auch mit Akku-Technik – jetzt unverbindlich zu Hause testen!

Hörakustik-Meisterin Beate Foppmann und ihr Team



Ickern HÖRT
HÖRGERÄTE & ZUBEHÖR
Wir hören zu - damit Sie verstehen!

Ickerner Straße 54 · 44581 CASTROP-RAUXEL
Mo.-Fr. 9.00-13.00 Uhr und 14.00-18.00 Uhr
www.ickernhoert.de

Hörakustikmeisterin Beate Foppmann (li.) und Hörakustikerin Tanja Becker freuen sich auf Ihren Besuch!

Die Highlights:

- kaum sichtbar
- 4 Komfortprogramme
- mit dem Smartphone einstellbar
- mit Akku-Technik

SOFORT Termin sichern:



0 23 05 - 99 83 836



0 15 56 - 02 34 836



Tipp: Wartung und Einstellung von Hörgeräten, auch wenn diese nicht bei uns gekauft wurden

(Fast) wie früher

Nachhaltiger Grillgenuss

Gemeinsam schmausen auf der Terrasse, den verlockenden Duft von Holzkohle und knusprigen Würstchen in der Nase ... Für die Autorin dieses Artikels ist das Grillen eine von klein auf heißgeliebte Tradition.

Obst grillen? Das geht!

In letzter Zeit jedoch beobachtet sie einen Trend: Immer mehr Menschen ernähren sich vegetarisch oder gar vegan, was bei der Speiseplanung unbedingt berücksichtigt werden muss, damit das kulinarische Stelldichein kein vorschnelles Ende findet. Wo bei gegrilltes Gemüse natürlich (!) auch für FleischliebhaberInnen eine wunderbare Ergänzung bietet. Zucchini, Auberginen, Champignons, grüner Spargel, Paprika, Zwiebeln, Kartoffeln, Kürbis und Mais, aber auch Äpfel, Birnen, Bananen oder Pfirsiche eignen sich hervorragend für die Zubereitung auf dem Rost und steuern teils völlig neue Geschmackskomponenten bei. Moment mal: Obst grillen? Das geht! Probieren Sie unser Rezept!

Fleisch von glücklichen Tieren erkennen

Wer so gar nicht auf sein traditionelles Grill-Highlight verzichten möchte, greift optimalerweise zu hochwertigen Produkten aus artgerechter Haltung. Fleisch von glücklichen Tieren erkennen Sie am Tierschutz- oder Bio-Label. Nachhaltig



© Foto: New Africa - stock.adobe.com

gefangene Meeresbewohner tragen das MSC- oder Naturland-Siegel. Fisch aus kontrollierten Aquakulturen wird durch das ASC-Siegel oder das Bio-Label ausgewiesen. Vielleicht müssen Sie dafür an der Kasse ein paar Euro mehr hinblättern, doch es lohnt sich, weil man Qualität in der Regel eben doch schmecken kann. Lieber ein gutes Stück vom Händler des Vertrauens als drei Billig-Koteletts aus der Tiefkühltruhe! Darüber freut sich schlussendlich auch die Bikini-Figur.

Vorsicht bei Alufolie

Wo wir beim Thema Gesundheit sind: Rohes Fleisch kann mit krankmachenden Keimen belastet sein und sollte daher ordentlich durchgegart werden. Die Verbraucherzentrale mahnt zudem zur Vorsicht bei der Verwendung von Alu-Grillschalen oder Alufolie: Durch salzhaltige Marinaden könne sich gesundheitsschädliches Aluminium lösen und auf das Essen übergehen. (Das gleiche gilt übrigens für säurehaltige Lebensmittel wie etwa Schafskäse in Tomaten oder mit Zitronensaft gewürzte Fischfilets.) Besser ist eine Grillschale aus Edelstahl. Tipp: Fleisch, Fisch oder Gemüse lediglich dünn mit einem hitzestabilen Öl bestreichen und erst nach dem Garen auf dem Teller würzen. Dieses Vorgehen schützt die Speisen auch vor dem Austrocknen während des Grillprozesses. Und lassen Sie ja nichts anbrennen!

So schützen wir den Regenwald

In den letzten Jahren hat sich nicht nur lebensmittelbedingt einiges geändert. Während eingefleischte Grillfans gerne ein offenes Holzkohlefeuer entfachen, schätzen immer mehr Menschen die kurze Vorheizzeit von Gas- und Elektrogeräten. Ein weiterer Vorteil: Durch den fehlenden Rauch entstehen hierbei weniger gesundheitsschädliche Stoffe und es gibt keine Asche zu entsorgen. Aber auch wer auf die alte Art mit Holzkohle oder Briketts grillt, kann halbwegs ökologisch unterwegs sein. Etablierte Prüfsiegel wie das FSC-Siegel, das Bio-Siegel oder das Naturland-Siegel kennzeichnen Holzprodukte, die aus nachhaltiger Forstwirtschaft stammen. So können wir zumindest sicher sein, nicht aus Versehen einen Teil tropischer Regenwälder zu verfeuern. *pl*

Feldsalat mit gegrillten Pfirsichen (4 Portionen)

- 4 Pfirsiche
- 400 g Feldsalat
- 200 g Feta
- 1 Bund Rosmarin
- 3 EL Ahornsirup
- 2 EL Apfelessig
- 2 EL Olivenöl
- 1 Prise Salz
- 50 g Pinienkerne
- 50 g frische Minze



© Foto: OBESStock - Kigen - stock.adobe.com

Diakonie 

Castrop-Rauxel

Senioren-Tagestreff im Wichernhaus

**MITEINANDER.
FÜREINANDER. TÄGLICH.
#AUSLIEBE**



Senioren-Tagestreff im Wichernhaus
Telefon 02305 – 920 83 23
www.diakonie-herne.de

Feldsalat waschen und trocken tupfen. Den Fetakäse würfeln und mit dem Salat in eine große Schüssel füllen. 2 EL Ahornsirup, Apfelessig, Olivenöl und Salz zu einem Dressing verrühren und über den Salat geben. Alles gut vermengen. Die Pinienkerne kurz anrösten. Die Pfirsiche in Spalten schneiden, mit dem Rest des Ahornsirups bestreichen, den Rosmarin darauf verteilen und für fünf bis zehn Minuten auf den Grill geben, bis die Oberfläche auf beiden Seiten karamellisiert ist. Den Salat mit den karamellisierten Pfirsichen anrichten und das Ganze mit den angerösteten Pinienkernen und frischer Minze bestreuen. Funktioniert auch mit gegrillter Nektarine oder Birne!



Halloumi-Süßkartoffel-Spieße

(ca. 6 Stück)

600 g Halloumi (ungewürzt)

1 Süßkartoffel

1 Knoblauchzehe

1 Chilischote

3-4 Stängel frische Minze

(nach Belieben)

10 EL Olivenöl

4 EL Zitronensaft

1-2 TL Honig

Salz, Pfeffer

Den Halloumi in mundgerechte Stücke schneiden. Die Süßkartoffel ebenfalls grob würfeln und in Salzwasser gute 5 Minuten vorgaren. (Das Fleisch sollte noch bissfest sein, damit es später beim Aufspießen nicht zerfällt.) Währenddessen Knoblauch, Chili und Minze fein hacken. Mit Olivenöl, Zitronensaft, Honig,

Salz und Pfeffer zu einer Marinade verrühren. Die Würfel in der Marinade wälzen und für eine halbe Stunde durchziehen lassen. Nun die Spieße abwechselnd mit Halloumi und Süßkartoffel bestücken. Auf den Rost legen und ca. 5 Minuten grillen, bis sie schön braun sind. Mit frischer Minze servieren.



Gefüllte Birnen mit Gorgonzola

4 reife Birnen

Olivenöl zum Bestreichen

100 g Gorgonzola

4 EL Holunderblütensirup

2 EL Sojasoße

2 EL Olivenöl

2 EL Weißweinessig

½ TL Pfeffer aus der Mühle

50 g geröstete und gehackte Walnüsse oder Haselnüsse

Frische Minzblätter

Holunderblütensirup, Sojasoße, Olivenöl, Weißweinessig und frisch gemahlener Pfeffer zu einem Dressing verquirlen. Die Birnen halbieren, entkernen und mit etwas Olivenöl bestreichen. Von beiden Seiten jeweils ca. 3 Minuten bei hoher Temperatur anrösten, bis sich Grillspuren zeigen und das Fruchtfleisch schön weich ist. Den Gorgonzola zerkrümeln. Die Birnenhälften mit der Öffnung nach oben auf einem Teller anrichten und mit den Gorgonzola-Bröseln und den gehackten Nüssen befüllen. Großzügig mit dem Holunderblütendressing beträufeln und mit frischen Minzblättern garnieren. Voilà!



Bettenwelt
SCHÜLKEN

Kompetenz rund ums Bett



- Matratzen
- Lattenroste
- Boxspringbetten
- Bettgestelle
- Bettwaren
- Badematten
- Frottier
- Bettwäsche
- Heimdecken
- Heimtextilien
- Dekokissen
- Geschirrtücher
- Tischwäsche
- uvm.



- Individuelle Beratung
- Kostenloser Lieferservice
- Kostenlose Entsorgung der Altware

**Ein Spezialist
kann einfach mehr!**



Öffnungszeiten

Montag – Freitag 9.30 – 18.30

Samstag 9.30 – 15.00

Wittener Straße 37–39

44575 Castrop-Rauxel

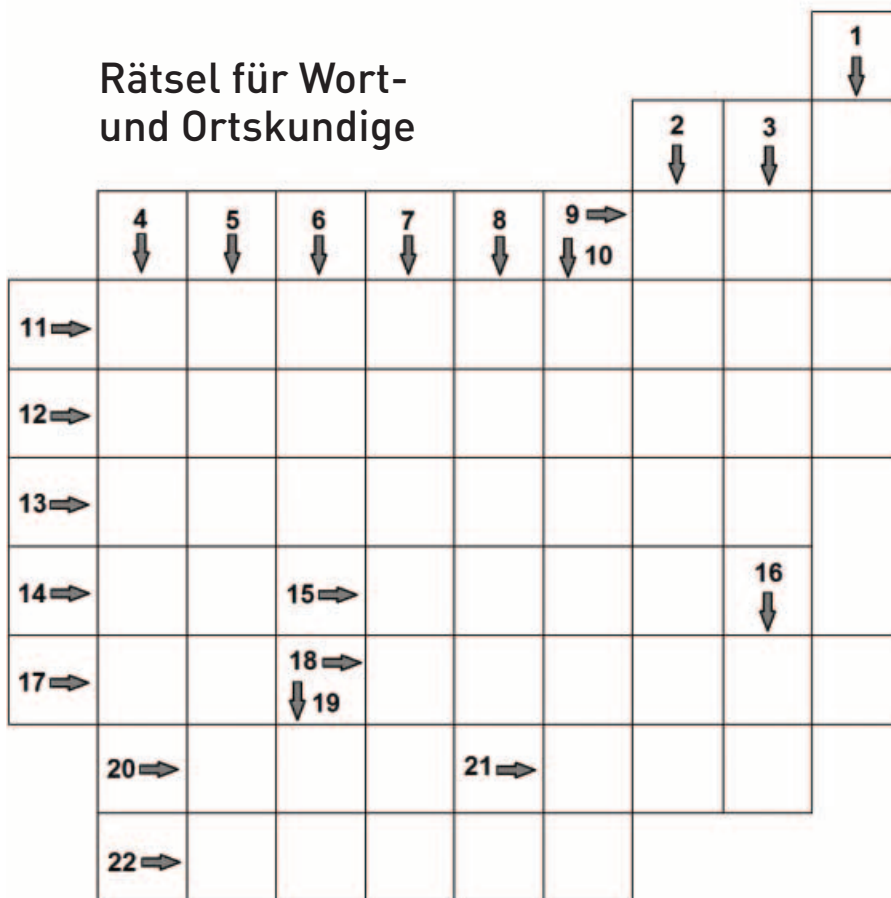
Tel. 0 23 05 / 973 974-0

info@bettenwelt-schuelken.de

www.bettenwelt-schuelken.de



Rätsel für Wort- und Ortskundige



1 ...ackerstraße: eher Sträßchen (teilweise Fußweg neben Feldern) in Merklinde 2 können Sie werden oder sein, und ne Antwort bzw. Lösung wäre gut 3 z. B. auch im Parkbad Süd oder im Schloss-Bladenhorst-Rittersaal, wenn nicht gerade geschlossen, oft geschlossen 4 wenn Nimbus 2.000 flugunfähig, kann man ihn immer noch dazu benutzen 5 Hilfsmittel zum Weichkochen 6 Nach Schul-Ende zieht es viele junge

Leute dahin. 7 durch Versetzung beglückt, verzückt, entrückt 8 beim Quiz, wenn man keine Ahnung hat. Oder jemandem etwas, wenn man eine Meinung hat. 9 Irgendwas mit ›erde‹, ob -logisch, -grafisch oder -caching 10 die armen auf dem Grill 11 Frebergstr. 1 oder Bernhard-Awe-Str. 5: Da müssen Sie aber notfalls nicht hin, denn die macht ja dann Hausbesuche. 12 ... in Castrop-Rauxel: Zentrum Widumer Platz, City-

Center, Am Markt usw. usw. 13 Hui Buh! Begegnung mit ... auf Bladenhorst? 14 vor ›in‹ nicht mehr sie, die Zeche, sondern ..., der Park 15 Kann man Castingshow-Juroren-Lob »Das war mega« noch toppen? 16 durch Jesu Geburt in der Bibel Schluss mit dem @ 17 nach ›im‹ Synonym zu Handumdrehen 18 seltenerer Vorname als z. B. Peter (der mit dem Wolf, der musikuntermalt ...tentor tritt.) 19 Wenn der Chef, der Esel, andere unterschreiben lässt 20 It's (according to Shoop-Shoop-Cher) in whose kiss? 21 Kultur-Kürzel im Ersten 22 Die, die von Amts wegen wortwörtlich 8 tun

Die Auflösung gibt's im nächsten Stadtmagazin. Oder schreiben Sie gern eine Mail – auch bei Kritik, Rückfragen oder wenn Sie ein paar leichtere Extra-Tipps haben möchten:

christian.hirdes@stadtmag.de

Auflösung letztes Rätsel

1 ohne 2 re 3 Barren 4 as 5 us 6 meinen 7 Garten 8 Orient 9 Esel 10 or 11 Tesla 12 Senior 13 ti 14 Baum 15 Reiz 16 Goethestrasse 17 Arsen 18 Eier 19 Lege 20 Dieb 21 Etui 22 rieseln 23 irden 24 srb 25 Tell 26 KA 27 Eiszeiten 28 Ken 29 Algor 30 neun 31 ante 32 Erbe 33 bi



**seit über 30 Jahren in Ickern
von Menschen – für Menschen**

Pflegerische Hände GmbH

Ickerner Straße 56
44581 Castrop-Rauxel
Telefon (0 23 05) 8 09 00
Telefax (0 23 05) 54 62 14
info@pflegendehaende.de
www.pflegendehaende.de

Öffnungszeiten:

Mo–Fr 8.00–12.30 Uhr
Mo, Di u. Do 15.00–17.00 Uhr

Gerne sind wir auch außerhalb dieser Zeiten nach vorheriger Terminabsprache für Sie da.

Alle Infos auf einen Blick

Vorsorgeordner bringt Licht ins Dunkel

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, haben Angehörige nicht nur mit Verlust und Trauer zu kämpfen. Unzählige organisatorische Aufgaben sorgen für zusätzlichen Stress in einer ohnehin belastenden Situation: Wo hat Onkel Willi sein Testament hinterlegt? Welche Verträge müssen gekündigt, welche Behörden informiert werden? Und was passiert jetzt eigentlich mit dem Facebook-Konto? Ein professioneller Vorsorgeordner bündelt alle Informationen auf einen Blick und bringt Licht ins Dunkel, wenn die Zeit am schwersten ist.

»Hier ist alles drin!«

»Hinterbliebene müssen dann nicht lange suchen und sich den Kopf über schwierige Entscheidungen zerbrechen«, bringt Bestatter Carsten Laatsch die Vorteile einer rechtzeitigen, umfassenden Vorsorge auf den Punkt. »Sie können einfach die Mappe aus dem Schrank ziehen und sicher sein: Hier ist alles drin!« Doch was genau wird für den Fall der Fälle eigentlich benötigt? Wie kann ich sicherstellen, nichts Wichtiges zu vergessen? Und welche Dokumente müssen notariell beglaubigt werden? Carsten und Sebastian Laatsch vom Bestattungshaus Friedrich wissen, worauf es ankommt, und stehen vorsorgewilligen KundInnen beratend zur Seite.

Von der Vorsorgevollmacht bis zum digitalen Nachlass

»Die Bestattungsvorsorge im Rahmen einer Sterbegeldversicherung oder eines Treuhandkontos ist nur eines von vielen Themen, denen man sich zu Lebzeiten widmen sollte, um Hinterbliebenen Kummer zu ersparen und sicherzugehen, dass der eigene Wille umgesetzt wird.« Sie fassen zusammen: »Der Inhalt eines Vorsorgeordners reicht von der Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung über zu kündigende Mitgliedschaften, Abos und Versicherungsverträge bis hin zum sogenannten digitalen Nachlass inklusive der nötigen Zugangsdaten und Passwörter. Sogar Kontaktlisten von Freunden oder Texte für Karten und Trauerreden können hier hinterlegt werden. Wir helfen Ihnen gerne bei der Ausgestaltung.«

Rechtsanwaltskanzleien unterstützen

Um die rechtliche Seite abzusichern, kooperiert das Castroper Unternehmen mit zwei Rechtsanwaltskanzleien aus der Region. Denn in Gesetzestexten lauern viele Fallstricke. Und von so manchem relevanten Zusatzpassus hat der Laie eventuell noch nie gehört. »Wir dürfen selbst keine Rechtsberatungen vornehmen und kommen im Bereich Testament, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht auch ganz klar an unsere Grenzen«, erklärt Carsten Laatsch. Hier springen die Juristen ein. »Die Kanzlei Marius Hebebrand aus Dortmund und die Kanzlei Kleymans & Partner aus Recklinghausen unterstützen uns dabei, Formulierungen in geordnete, rechtssichere Bahnen zu lenken, damit es gegenüber Krankenhäusern und Nachlassverwaltern keine Unklarheiten gibt.«

Fachvorträge mit Fragerunden

Die Zusammenarbeit umfasst auch gemeinsame Fachvorträge rund um die verschiedenen Facetten der Vorsorge. »Solche Vorträge bieten wir schon länger an, aber die Juristin, die uns neuerdings dabei begleitet, hebt das Ganze als Expertin für die rechtliche Seite auf ein anderes Niveau«, freut sich Sebastian Laatsch. »Darüber hinaus können jetzt auch spezielle Fragen der Zuhörenden beantwortet werden.« Die Vorträge



Carsten Laatsch (li.) und sein Neffe Sebastian Laatsch sind die gemeinsamen Inhaber des Bestattungshauses Friedrich am Altstadtmarkt.

finden überall da statt, wo sie gewünscht sind – vom Haus der Begegnung in Habinghorst über den Kleingartenverein Waltrup bis hin zu Kliniken und Pflegeheimen. »Vorsorge ist ein Thema für ältere Menschen – da machen wir uns nichts vor«, so Carsten Laatsch. »Trotzdem ist es nie zu früh, sich damit zu beschäftigen.«

Ausblick: In Zukunft möchte das Bestattungshaus auch jüngere Menschen ansprechen – mit kulturellen Veranstaltungen wie Lesungen und Konzerten für den guten Zweck.

Bestattungen Friedrich

Am Markt 8 · 44575 Castrop-Rauxel
Tel. 0 23 05 / 7 64 63
www.friedrich-bestattungen.de

Faszinierende Unterwasserwelten

Zu Gast bei Kraken und Korallen



© Foto: TCR

Malerische Korallenriffe, bunte Fische, geheimnisvolle Wracks ... Schon wenige Meter unter der Wasseroberfläche eröffnen sich Welten wie aus dem Märchenbuch. Mit dem Versprechen, einen schnellen Einblick in die ebenso fremden wie faszinierenden Sphären zu erhaschen, locken die Tauchbasen des Südens jährlich hunderttausende Touristen an. Sind aber Crashkurse an Urlaubsorten zu empfehlen? Wie aufwendig ist eine solide Tauchausbildung? Was sollte man bei maritimen Abenteuern beachten? Wir haben beim Tauchverein Castrop-Rauxel e.V. (TCR) nachgefragt: Kirsten Merten (1. Vorsitzende/ Tauchlehrerin) und Dr. Volker Wagner (2. Vorsitzender) sind dem Tauchsport seit Jahren verbunden und geben ihre Erfahrungen gerne weiter.

Wie haben Sie persönlich zum Tauchsport gefunden?

Kirsten Merten: Ich habe meinen ersten Tauchkurs während des Studiums in Münster gemacht. Ein Teil der Praxis wurde im Rahmen eines Tauchurlaubs in Cadaqués absolviert. Die Erfahrungen in der Gruppe haben mich so begeistert, dass ich dem Sport bis heute treu geblieben bin.

Dr. Volker Wagner: Ich kam erst relativ spät dazu. Der Wunsch war allerdings schon viel, viel früher vorhanden. Aber wie das oftmals so ist, wurde die Realisierung immer wieder verschoben. Mit 50 sagte ich mir: Jetzt oder nie!

Was fasziniert Sie am Tauchen?

Kirsten Merten: ... dass sich mir eine Welt erschließt, für die der Mensch nicht gemacht ist. Dabei genieße ich besonders das Gefühl der Schwerelosigkeit und die Ruhe. Tauchen ist ein langsamer, fast meditativer Sport, bei dem man sich auf wenige, wesentliche Dinge konzentriert. Auch fasziniert mich die Tier- und Pflanzenwelt unter Wasser, wobei es nicht primär die großen oder auffällig bunten Fische sind, die mich

reizen, sondern eher die kleinen, gut getarnten Lebewesen, wie man sie z. B. im Mittelmeer findet, bei denen ich ganz genau hinschauen muss.

Dr. Volker Wagner: Seit frühester Kindheit bin ich an der Tierwelt interessiert, insbesondere an allem, was im Wasser lebt – aus dem Grund bin ich Biologe ge-

worden. Das entspannte ›Schweben‹ unter Wasser bedeutet jedoch keinesfalls, Konzentration und Achtsamkeit zu verlieren. Ich muss zu jeder Zeit die Kontrolle über mich und meine Ausrüstung haben und im ständigen Kontakt mit meinem Buddy bleiben. Diese Kombination von Entspannung, Fokussierung und Selbstbeobachtung macht den Kopf frei vom Alltag. Unter der Wasseroberfläche Gast in einer anderen Welt sein zu können, löst bei mir immer wieder große Freude aus. Leider wird diese Freude aber auch durch den Anblick sterbender Korallenriffe und die Spuren der Umweltverschmutzung getrübt.

Wie lange muss man eigentlich trainieren, ehe man in freien Gewässern tauchen kann?

Kirsten Merten: Der Erwerb des ›Open Water Divers‹ berechtigt zum Tauchen im Freiwasser, also auch an den beliebten Urlaubsdestinationen, wo man von der jeweiligen Tauchbasis im besten Fall einen Guide an die Hand bekommt. Ich rate jedoch jedem Anfänger, Vereinsfahrten wahrzunehmen, um Routine zu erlangen. In der Regel begleiten erfah-



© Foto: TCR

Übung macht den Meister: Trainingstauchgang im Sandhofer See



Beim Tauchen auf den Philippinen eröffnen sich faszinierende Unterwasserwelten.

rene Vereinsmitglieder und oft auch Tauchlehrer die Gruppe, geben Tipps und unterstützen bei Unsicherheiten. Während die Guides der Tauchbasen die Taucher und ihre Fähigkeiten erst einmal kennenlernen müssen, kennen sich die Mitglieder eines Vereins bereits vor der Reise. Dadurch können die Erfahrenen auf die Bedürfnisse der Anfänger besser eingehen.

Dr. Volker Wagner: Eine weitere Voraussetzung ist eine gute Tarierung, also die Kontrolle des Auftriebs, um im Wasser schwebend das Gleichgewicht halten zu können. Diese wird bei Übungstauchgängen in heimischen Gewässern trainiert. Je nach Talent kann man dafür mit 20 bis 50 Tauchgängen kalkulieren.

Tauchen Sie immer mindestens zu zweit? Wie tief gehen Sie runter?

Dr. Volker Wagner: Eine der Grundregeln lautet: ›Tauche niemals allein‹. Das Buddy-System gilt auch in der Gruppe, wo Zweier- oder Dreier-Teams innerhalb der Gruppe zusammenbleiben. Ich tauche am liebsten in Tiefen zwischen 10 und 20 Metern. Hier sind die Unterwasserfarben noch intensiv. Man muss auch bedenken: Je tiefer man runter geht, desto mehr Luft verbraucht man und desto kürzer wird der Tauchgang.

Kirsten Merten: Die maximale Tauchtiefe beträgt selbst für erfahrene Taucher 40 Meter und sollte aufgrund des Gefahrenpotenzials nicht überschritten werden.

Für viele Menschen sind tiefe, dunkle Gewässer ein bisschen unheimlich. Man liest auch immer mal wieder von Tauchunfällen. Was würden Sie Personen sagen, die Sicherheitsbedenken haben?

Kirsten Merten: Grundsätzlich ist Respekt sinnvoll, weil er dazu beiträgt, dass man sich seine Grenzen bewusst macht und Tauchgänge sorgfältig plant. Der größte Teil der Sporttauchgänge ver-

läuft ohne Zwischenfälle. Wenn es jedoch zu einem Unfall kommt, sind oft Faktoren wie Leichtsinnigkeit, Missachtung von Sicherheitsregeln, medizinische Probleme oder Überforderung im Spiel – Dinge, die sich durch gutes Training und Umsichtigkeit vermeiden lassen. Zuletzt bleibt festzuhalten, dass niemand tauchen muss, wenn er das nicht möchte, da das Wohlbefinden des Tauchers die Grundvoraussetzung für einen angenehmen und sicheren Tauchgang darstellt.

Dr. Volker Wagner: Statistisch gesehen ist das Gerätetauchen nach einer professionellen Ausbildung sicherer als Skifahren oder Reiten. Ein seriöser Tauchschein schließt das Erlernen von Notfallprozeduren ein. Beginnen sollte man auch eher mit flachen Tauchgängen bei gutem Tageslicht. Ein Nachttauchgang muss nicht gleich am Anfang stehen. Ich persönlich rate daher von Crashkursen am Urlaubsort ab, wo oftmals der Tauchschein nach drei bis fünf Tagen ausgestellt wird. Ganz wichtig: Ängste sollten offen angesprochen werden. Jeder vernünftige Tauchpartner muss diese ernst nehmen. Sich über andere lustig machen und Überheblichkeit sind ein No-Go!

Was war Ihr außergewöhnlichstes Unterwasser-Erlebnis?

Kirsten Merten: Ich habe in Mexiko einen Tauchgang mit Walhaien machen dürfen. Aber auch ganz ›normale‹ Tauchgänge bieten immer wieder eindrucksvolle Erlebnisse, z. B. einen neugierigen Oktopus oder einen Fischschwarm, der von Makrelen bejagt wird.

Dr. Volker Wagner: Im Komodo Nationalpark konnte ich große Mantas beim spielerischen Umeinanderkreisen beobachten. Es war eine unvergessliche Erfahrung, diese wundervollen Tiere mit einer Spannweite von fünf bis sechs Metern hautnah zu erleben. Da möchte

man gar nicht mehr auftauchen. Auch einer meiner ersten Tauchgänge ist mir gut in Erinnerung: Wir tauchten über einem Riffplateau, dann ging es über die Riffkante hinaus. Unter mir nichts als tiefes Blau. Hier bekommt das Gefühl zu schweben nochmal einen besonderen ›Kick‹.

Welche Umweltregeln gilt es beim Tauchen zu beachten?

Kirsten Merten: Taucher sollten darauf achten, Tiere und Pflanzen nicht zu berühren oder zu stören und ausreichend Abstand zu den empfindlichen Lebensräumen, z. B. Korallenriffen, einzuhalten. Eine gute Tarierung hilft dabei, den Gewässerboden nicht aufzuwirbeln oder versehentlich Organismen zu beschädigen. Außerdem sollte nichts aus der Natur mitgenommen werden. Müll hingegen sollte nach Möglichkeit entsorgt werden, sofern dies gefahrlos und ohne Eingriff in den Lebensraum möglich ist. Auch das Füttern von Tieren sollte unterbleiben, da es ihr natürliches Verhalten verändern kann.

Plant der TCR für 2026/2027 wieder Tauchfahrten?

Dr. Volker Wagner: Im August dieses Jahres bin ich mit einer kleinen Gruppe auf Halmahera, der größten Insel der indonesischen Inselgruppe der Molukken. Diese Region gilt unter Tauchern als echter unberührter Geheimtipp. Für Juli 2027 planen wir zudem eine Vereinsreise auf die kroatische Insel Krk.

Kirsten Merten: Darüber hinaus sind Tagesausflüge zu weiter entfernt liegenden deutschen Destinationen wie zum Kreidesee Hemmoor oder zum Tauchsportzentrum Nordhausen angedacht.



© Foto: Michael Tröskel / DLRG

Schwimmen unterm Sternenzelt

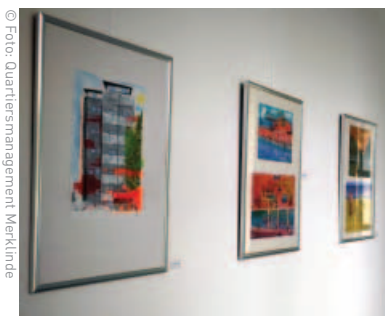
Beim Nachtschwimmen im Parkbad Nord können die Bade Gäste im Schein des Mondes unter freiem Himmel bei zarten Musikklangen ihre Bahnen ziehen. Am Samstag, 1. August, veranstaltet das Bäderteam der Stadt Castrop-Rauxel das Angebot zum mittlerweile achten Mal. Unterstützung erhalten sie von den Ehrenamtlichen der DLRG und des THW.

Ab 20 Uhr öffnet das Freibad seine Pforten. Der Kiosk hat ebenfalls geöffnet und bietet kühle Getränke und Gegrilltes. Bis 23.45 Uhr lässt sich die magische Atmosphäre unter dem Sternenzelt genießen. Letzter Einlass ist um 23 Uhr. Gut zu wissen: Jugendliche unter 16 Jahren werden nur in Begleitung der Eltern eingelassen und müssen an der Kasse ihren Personalausweis vorzeigen. Das Mitbringen von alkoholischen Getränken, Glas und berauschenden Mitteln ist nicht gestattet.

Nachtschwimmen

01.08., 20–23.45 Uhr · Parkbad Nord
www.castrop-rauxel.de/freibad

›Viele Teile – eine Stadt‹



© Foto: Quartiersmanagement Merklinde

Noch bis zum 3. September dürfen wir im Begegnungszentrum Harkortschule Merklinde in der außergewöhnlichen Ausstellung ›Viele Teile – eine Stadt‹ unsere Heimat völlig neu entdecken.

Zum 100-jährigen Stadtjubiläum haben Bürge-

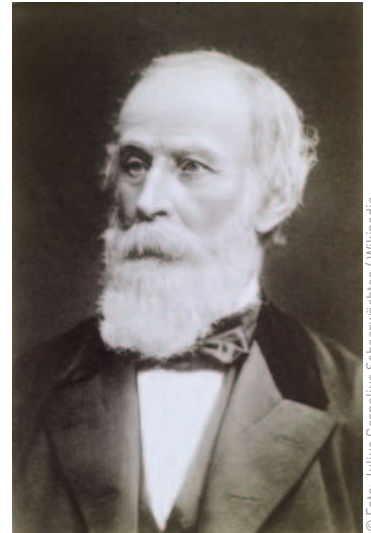
rInnen in einem VHS-Kurs kreativen Ideen zu ihren Stadtteilen und Lieblingsorten künstlerisch gestaltet. Entstanden sind vielfältige Bilder, Zeichnungen und Collagen, die sowohl die große Verbundenheit mit den Stadtteilen als auch kritische Perspektiven zum Ausdruck bringen. Von kleinen Zeichnungen bis zu riesigen Gemälden, von surrealistischen bis realistischen Darstellungen mit Wiedererkennungswert ist alles dabei. Die Besuchenden erwarten eine bunte Mischung aus Bildern mit sehr bekannten Gebäuden bis zu unbekannten ›Lost Places‹.

Ausstellung

lfd. bis 3. September
 Begegnungszentrum Harkortschule Merklinde

Ein Abend wie in Irland

Er gehörte zu den schillerndsten Persönlichkeiten des Ruhrgebiets: der irische Zechengründer William Thomas Mulvany war ein echter Pionier der Gründerzeit. Dank seiner Zeche ERIN entwickelte sich Castrop vom verschlafenen Ackerbürgerstädtchen zur florierenden Industriestadt.



William Thomas Mulvany

© Foto: Julius Cornelius Scharwächter / Wikipedia

In Gedenken an die alten Zeiten veranstaltet die Standortgemeinschaft Casconcept e.V. mit Kooperationspartnern am 4. September ein Irish Folk Nightshopping. Bis spät in den Abend locken geöffnete Geschäfte und stimmungsvolle irische Live-Musik in die Castroper Altstadt. Zwischen Guinness-Flair, Folk-Rhythmen und guter Laune wird der Einkaufsbummel zu einem besonderen Erlebnis.

Irish Folk Nightshopping

04.09., 18–22 Uhr
 Castroper Altstadt

Geschichte verbindet

Der Tag des offenen Denkmals am 13. September lädt wieder zu herrlichen Streifzügen durch die Vergangenheit ein. Das diesjährige Motto ›NetzWERKE: Denkmale & Infrastruktur‹ legt den Fokus auf altherwürdige Bauten, die uns bewegen und verbinden.

Bestes Beispiel dafür ist das Schloss Bladenhorst. Stadtarchivar Thomas Jasper macht die wechselvolle Geschichte des Renaissancewasserschlosses aus dem 16. Jahrhundert im Rahmen einer ca. einstündigen Führung erfahrbar. Am Nachmittag können Interessierte dann rund 1,5 Stunden lang auf den Spuren der Geschichte durch die Castroper Altstadt wandern. Dazu gehören z. B. die Wohn- und Geschäftshäuser im Jugendstil und malerischen Historismus rund um den Marktplatz und Reiterbrunnen. Treffpunkt ist am Bürgerhaus. Beide Führungen sind kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Tag des offenen Denkmals · 13.09.

14 Uhr · Schloss Bladenhorst
 16 Uhr · Castroper Altstadt



© Foto: Stadtmagazin



One4Cover

Ein Stadtteil rockt

Am 29. August heißt es wieder ›Ickern rockt‹: Von 16 bis 22 Uhr verwandelt sich der Ickerner Marktplatz in ein Festivalareal mit allem, was dazu gehört.

Als Headliner entführt die bekannte Band One4Cover ab 19.30 Uhr auf eine rasante musikalische Tour durch vier Jahrzehnte. Ob 70er, 80er, 90er oder das Beste aus den 2.000er-Jahren, die fünf Vollblutmusiker bringen jeden Song mit Leidenschaft auf die Bühne und laden alle Gäste zum Singen und Tanzen ein. Lokale Gastronomen übernehmen die Verpflegung mit erfrischenden Getränken, sommerlichen Cocktails und Leckereien vom Grill.

Das Open-Air-Event ist ein Highlight im Rahmen des Veranstaltungswochenendes ›Ickern | Feste | Feiern‹, das bereits am Freitag mit dem beliebten Bürgerpicknick und der WLT-Komödie ›Pension Schöller‹ beginnt. Am verkaufsoffenen Sonntag werden Marktplatz und Ickerner Straße dann beim 10. Ickerner Familienfest zur Flaniermeile. Der Eintritt ist an allen Tagen frei.

›Ickern rockt 2026‹

29.08., 16–22 Uhr · Marktplatz Ickern

Merklinde feiert Zukunft

Unter dem Leitspruch ›Bude. Bühne. Begegnung‹ veranstaltet das Begegnungszentrum Harkortschule Merklinde einen abwechslungsreichen Tag für die ganze Familie: Am 18. September sind alle BürgerInnen dazu eingeladen, die Entwicklungen und Projekte im Stadtteil kennenzulernen und gemeinsam einen Blick in die Zukunft zu werfen.

Am Anfang stand ein Begriff, der eher nach Beamtendeutsch als nach Spaß klingt: Seit 2022 wird das ›Integrierte Stadtentwicklungskonzept‹ (ISEK) in Merklinde Schritt für Schritt umgesetzt. Ganz praktisch hat sich dadurch jedoch viel zum Positiven verändert: Der Stadtteil wurde baulich aufgewertet, das Miteinander wurde gestärkt – ein guter Grund zu feiern! Gäste können sich auf ein buntes Programm mit Live-Musik, Walking Acts und kulinarischen Angeboten freuen.

›Bude. Bühne. Begegnung. Merklinde feiert Zukunft‹

18.09., 16–21 Uhr

Begegnungszentrum Harkortschule Merklinde



© Foto: Daniel Sadrowski

Carpfen lutschen mit Mirja Boes

Kommen Sie! Staunen Sie! Sehen Sie die letzte, echte, noch lebende Mirja Boes! Seit ihrer letzten Tour ist sie älter geworden – irre! Deswegen heißt es ab sofort bei der Queen of Quatsch: ›Carpfe diem – Lutsche den Tag!‹ Das macht absolut gar keinen Sinn, aber jede Menge Spaß.



Mirja Boes

© Foto: Lars Lajon

Das Publikum erlebt Mirja Boes gefangen in der Telefonwarteschleife des Grauens. »Wenn Sie sich erhängen wollen, drücken Sie die 1!« Außerdem im Angebot: Der epische Kampf einer tapferen Hausfrau mit dem absolut bösen Endgegner der Zivilisation: dem Duschabzieher!

Den würde Mirja übrigens dem nächsten Kaffee-Jesus durchs Gesicht ziehen, wenn der selbsternannte Barista-Heiland was super Schlaues über aluminiumfreie Kaffeepads predigt. Sonst ist aber alles ganz harmonisch in ihrem neuen Programm – ehrlich! Gut – ihrer Band, den Honkey Donkeys geht's natürlich an den Kragen ... aber sonst – gaaaaanz harmonisch!

Mirja Boes & die Honkey Donkeys

›Carpfe diem!‹

19.09., 20 Uhr · Stadthalle



VLH.

Steuererklärung 2025

Wir holen das optimale Ergebnis für Sie heraus.

Andy Pörschke

Beratungsstellenleiter

Grimbergstr. 13

44577 Castrop-Rauxel

E-Mail: andy.poerschke@vlh.de

☎ 0 23 05 / 7 04 50 34

☎ 01 72 / 8 32 79 70



www.vlh.de

Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 StBerG.

29.–31.07. Gemeindezentrum Hl. Kreuz
›Urlaub ohne Koffer‹
 Der Caritasverband lädt zu drei Tagen voller Abwechslung, Gemeinschaft und schöner Momente

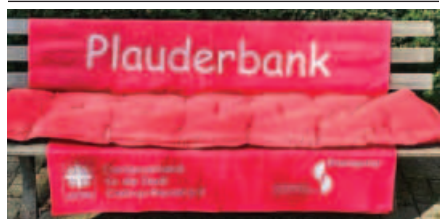
31.07., 18–21.30 Uhr 360° LAECKER
Cocktail & Steak Experience
 Workshop mit Feuer, Shaker & Premium-Steak

01.08., 20–23.45 Uhr Parkbad Nord
Nachtschwimmen



© Foto: Peter Engelsied/Getty Images

02.08., 11–15 Uhr Europaplatz
Spielzeugmarkt



© Foto: Caritas CR

06.08., 10–12 Uhr Marktplatz Altstadt
Plauderbank ...
 ... für Gespräche über ›Gott und die Welt‹ mit Ehrenamtlichen der Caritas

13.08., 17–22 Uhr Marktplatz Altstadt
Naschmarkt · Musik und Genuss

14.08., 18–21 Uhr 360°LAECKER
Griechische Taverne live
 Genussabend

15.08., 15–19 Uhr St. Josef
›Der Wanderer‹
 Geschichten vom Weg

16.08., 10–16 Uhr Im Dahl
Wanderung für die Seele
 Astrologisch inspirierter Entwicklungsweg in der Natur



© Foto: Quelle Michael Dickes

18.08., 15 Uhr Lerchenstr. 81
Blick hinter die Kulissen
 Führungen durch die JVA Castrop-Rauxel, Anmeldung erforderlich

20.08., 10–12 Uhr Marktplatz Altstadt
Plauderbank ...
 ... für Gespräche über ›Gott und die Welt‹ mit Ehrenamtlichen der Caritas

22.08., 14–19 Uhr Freiraum211
Horoskopaufstellungen ...
 ... mit dem Astro-Teppich

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

😊 = Tipps für Kids und Familien



© Foto: Volker Beushausen

22.08., 20 Uhr Stadthalle
›Heimsuchung‹ · Premiere
 Theaterstück des WLT nach dem Jahrhundertroman von Jenny Erpenbeck

28.08., 20 Uhr Marktplatz Ickern
›Pension Schöller‹
 Open-Air-WLT-Komödie im Rahmen des Bürgerpicknicks Ickern



© Foto: Volker Beushausen

29.08., 16–22 Uhr Marktplatz Ickern
Ickern rockt

☺ 30.08., 13–18 Uhr Marktplatz Ickern
Ickerner Familienfest

02.09., 15 Uhr Lerchenstr. 81
Blick hinter die Kulissen
 Führungen durch die JVA Castrop-Rauxel, Anmeldung erforderlich

☺ 04.09., 17–22 Uhr Marcel-Callo-Haus
Familiennacht
 Bunte Aktionen und besondere Erlebnisse für die ganze Familie

04.09., 18–22 Uhr Marktplatz Altstadt
Irish Folk Nightshopping

05.09., 13–17.30 Uhr Haus am Ginsterweg
Sommerfest ...
 ... mit Gemeinschaft, Musik und guter Stimmung

☺ 05.09., 13–17 Uhr Bärenplatz
Bärenfest für ALLE



© Foto: Stadt Castrop-Rauxel

☺ 05.09., 14–23 Uhr Fuchsweg 51
80 Jahre SUS Merklind
 Geburtstagsfeier mit Spielen der Jugendabteilungen, Kinderfest, Walking-Fußball-Spiel u.v.m.

05.09., 14–22 Uhr Marktplatz Altstadt
CASTROPIADE
 US-Trendsport, Streetfood und Live-Musik

05.09., 18 Uhr Waltroper Straße
Oktoberfest der 2. Kompanie des ABSV Henrichenburg

☺ 06.09., 10–17 Uhr Dortmunder Str. 69
Fest für Groß und Klein ...
 ... vom Kleingartenverein Am Schellenberg

☺ 06.09., 13–18 Uhr Stadthalle
›Die drei ??? – Der singende Geist‹
 Premiere und Theaterfest WLT für Groß und Klein

10.09., 17–22 Uhr Marktplatz Altstadt
Naschmarkt · Musik und Genuss



© Foto: Toypllosion GbR

12.09., 10–18 Uhr Europa- & Stadthalle
TOYLOSION
 Spielzeuge unserer Kindheit, spannende Live-Auktionen, kreative Künstler und tolle Tombola

12.09., 11–18 Uhr Castrop-Rauxel
Kulinarische Schnitzeljagd
 Infos + Anmeldung über kulinarische-schnitzeljagd.de/castrop-rauxel

12.09., 11–18 Uhr Marktplatz Altstadt
Tag der Feuerwehr

12.09., 12–18 Uhr Lange Str. 51
Jubiläumsfest 15 Jahre Haus der Begegnung

13.09. 14–15 Uhr Schloss Bladenhorst
 16–17.30 Uhr Castroper Altstadt
Führung zum Tag des offenen Denkmals

13.09., 20 Uhr Castrop-Rauxel Studio
›Heimsuchung‹
 Theaterstück des WLT nach dem Jahrhundertroman von Jenny Erpenbeck

☺ 16.09., 16 Uhr Stadtbibliothek
›Rotkäppchen‹
 Figurentheater für Kinder ab 4 Jahren



© Foto: ludgerstaender.de

18.–21.09. Marktplatz Altstadt
Castroper Herbstkirmes

☺ 18.09., 15–18 Uhr St. Antoniuskirche
Weltkindertag in Ickern

18.09., 16–21 Uhr Harkortschule Merklind
Bude. Bühne. Begegnung
 Merklind feiert Zukunft

19.+20.09. Europahalle
Bello
Die Hundemesse



© Foto: Quelle Eventforum Castrop-Rauxel

19.09., 20 Uhr Stadthalle
›Carpfe Diem‹
 Comedy mit Mirja Boes & HonkeyDonkeys

Sudoku

einfach

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

schwierig

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

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

Sudoku leicht
Auflösung aus Ausgabe 168

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

Sudoku schwierig
Auflösung aus Ausgabe 168

Wenn scheinbar zwei dasselbe sagen

Dasselbe rät entschlossen Gaby ihrem Gatten Klaus beim ersten Blick auf dessen jüngst geerbtes, olles Haus, wie Jill verliebt am Telefon dem Jörg, der sie vermisst, seitdem er mit den Kumpels im Mallorca-Urlaub ist:
»Reis' ab!«

Dasselbe rief der alte Griesgram, als an Halloween vor seiner Tür zwei Monster »Süßes oder Saures« schrien, wie das verwöhnte Blag, als Oma just hat wissen woll'n, ob's auch das knusprig-braune Äuß're isst vom Hähnchen-boll'n:
»Haut ab!«

Dasselbe sagt Marie auf Timos »Sorry, wenn ich frag', doch sag' mal, wann genau ist noch mal unser Hochzeitstag?« wie die Schlangenfamilie, als Papa schimpft: »Ich fall um! Was für ein Dreckstall hier, was liegt da auf dem Boden rum?«
»Häute.«



Aus dem Buch
»Komischer Poet –
Sprachspielschäden aus fünf Dekaden«
vom Musikkabarettisten
Christian Hirdes
ISBN 978-375836-443-3



© Foto: KI generiert - ChatGPT

Bilden Sie aus folgenden Buchstaben ein Wort:

N	E	E
B	R	E
T	A	U

Auflösung
aus Ausgabe 168:
TRADITION



Pflege + Wohnen

Josefshaus Castrop-Rauxel



Unser Josefshaus Castrop-Rauxel
Pflege + Wohnen im Herzen von
Castrop-Rauxel bietet Menschen
nach individuellem Bedarf
Unterstützung und Teilhabe.

Germanenstraße 54
44579 Castrop-Rauxel
Fon: 02305 702-0
josefshaus@vka-pb.de

Ansprechpartnerin:
Claudia Kunert-Özbag
(Leitung)

Zu unserem Angebot gehören:

- professionelle Pflege und Kurzzeitpflege
- kompetente Beratung
- abwechslungsreiche und individuelle Betreuung
- spezielle Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz

Wir freuen uns Sie kennenzulernen.

www.vka-pb.de



Das digitale Ticket für Bus & Bahn: **eezy.nrw**

Check in. Komm an. Check out.

- Berechnung nach Luftlinie
- Preisvorteil zum Einzelticket
- Kein Abo

In der DSW21-App.
Dein Weg ist unser Ziel.